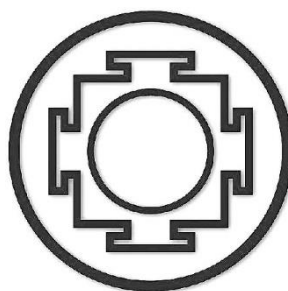


LA RECONCILIACIÓN

APUNTES DE EXPERIENCIA Y REFLEXIONES



Fernando Alberto García
Centro de Estudios –
Parques de Estudio y Reflexión - Punta de Vacas
(Mendoza, Argentina)
Octubre de 2020

ÍNDICE

ÍNDICE	3
INTRODUCCIÓN	5
PRIMERA PARTE: ANTECEDENTES	7
LA RECONCILIACIÓN EN LA OPERATIVA	15
LA RECONCILIACIÓN Y LOS PRINCIPIOS DE LA ACCIÓN VÁLIDA	17
LA RECONCILIACIÓN Y LAS EXPERIENCIAS GUIADAS	18
LA RECONCILIACIÓN Y “EL MENSAJE DE SILO”	19
SEGUNDA PARTE: ENCUADRE	21
INTRODUCCIÓN	21
GENERALIDADES	21
ALGUNAS DEFINICIONES	22
INDICADORES DE NECESIDAD DE RECONCILIACIÓN	23
TIPOS Y TEMAS DE RECONCILIACIÓN	24
Reconciliación empírica y reconciliación intencional	26
El marco interpretativo y operativo de la reconciliación	27
LA RECONCILIACIÓN COMO CASO DE INTEGRACIÓN DE CONTENIDOS	28
RECONCILIACIONES MÁS GENERALES	29
QUÉ NO ES RECONCILIAR	31
LA RECONCILIACIÓN COMO “CULTURA” INTERNA	32
TERCERA PARTE: PROCEDIMIENTOS DE RECONCILIACIÓN	35
Fundamentos operativos	35
Otras generalidades	38
La copresencia atencional	40
La actitud básica	42
El nivel de trabajo de la conciencia	44
La movilidad y dinámica de las “imágenes”	44
El trabajo de los centros de respuesta	45
Algunas resistencias frecuentes	46
Generalidades	46
Breve nota sobre las culpas y el culpar	47
Argumentos transferenciales y argumentos catárticos.	50
Algunos factores que facilitan la reconciliación	51
La capacidad de “soltar”	52
RECURSOS Y APOYOS OPERATIVOS	52
El modelo de las experiencias guiadas	53

Las modificaciones conductuales.....	63
Las ayudas externas.....	65
El apoyo de los aforismos personales.....	65
EL PROCESO DE LA RECONCILIACIÓN	66
LAS INSTANCIAS PSÍQUICAS.	66
LA REELABORACIÓN POSTERIOR.	68
LA PROFUNDIZACIÓN DE LA RECONCILIACIÓN	69
LA INCORPORACIÓN DE LA RECONCILIACIÓN COMO “CULTURA” INTERNA	70
INDICADORES DE RECONCILIACIÓN	70
OTROS CASOS OCASIONALES O COTIDIANOS	72
LA RECONCILIACIÓN COMO EXPERIENCIA ESPIRITUAL PROFUNDA	74
EPÍLOGO	77
BIBLIOGRAFÍA	79
ANEXO 1: LA MODIFICACIÓN DEL TRASFONDO PSICOSOCIAL	81
ANEXO 2: JORNADAS DE EXPERIENCIA.	85
ANEXO 3: USO Y PROFUNDIZACIÓN DE LAS EXPERIENCIAS GUIADAS	89
ANEXO 4: “¡RECONCILIÉMONOS! HACE BIEN Y SE VIVE MEJOR.”	105
ANEXO 5: “APUNTES DE LA NO-VIOLENCIA: SI VERDADERAMENTE ODIAS A TU ENEMIGO, DEBERÁS RECONCILIARTE CON ÉL”	113
ANEXO 6: EXPERIENCIA GUIADA: LA DIVERSIDAD	117
ANEXO 7: BREVE NOTA SOBRE LA RECONCILIACIÓN Y LA ASCESIS	121

INTRODUCCIÓN

La presente producción y la anterior, sobre “Fracaso y cambio”¹, son mutuamente complementarias y ampliatorias

Si quisiéramos darle un tratamiento más cabal al tema, podríamos encuadrar más detalladamente la reconciliación como caso particular dentro de los temas mayores del sufrimiento, la muerte y la trascendencia. Asimismo, quizá no deberíamos limitarnos a profundizar en su alcance individual, sino extendernos también a sus alcances interpersonales y psicosociales.

En su alcance más amplio, la reconciliación hace a la obra de Silo por humanizar la tierra aspirando a la constitución de la nación humana universal. La dimensión espiritual abreva en la visión mística de Silo plasmada en “La Mirada Interna”. Esto adquiere un mayor relieve en la actual crisis mundial que acompaña la transición hacia la primera civilización planetaria de la humanidad.

Entendemos que, cualesquiera sean los posibles alcances y los tratamientos de la reconciliación, estos no están disociados entre sí. Sin embargo, aun teniendo en cuenta esto, aquí nos centraremos en el trabajo interno individual por la reconciliación.

Apuntamos también a contextualizar el tema de la reconciliación y a integrar sus distintos tipos de presentación y de modos de implementarla. Es decir, un hilo conductor a través de sus variados enfoques adecuados a pequeños grupos o a grandes conjuntos, destinados a la difusión pública o a especialistas, con lenguaje común o técnico, con una exposición formal o informal, etc.

Sin bien la comprensión de los diversos aspectos de la reconciliación es importante, aquí nuestro enfoque primario no es de tipo especulativo, sino experiencial y operativo. Nos limitamos al logro de la reconciliación personal, entendiendo que, cualquiera sea el interés y amplitud con que se considere la reconciliación, existen principios generales que son comunes a cualquier posible tratamiento y aplicación.²

Dado que este escrito no es de introducción al tema, sino que está dirigido a lectores suficientemente enterados de este y su importancia, se optó por no abundar en consideraciones motivacionales referidas a la reconciliación. De modo que este no es un material de utilidad para su difusión pública, ni tampoco una suerte de “manual práctico” para iniciarse en la reconciliación.

Por otra parte, si bien esta es una ampliación del tema, este trabajo tampoco es una enciclopedia, sino una breve recopilación de algunos de mis apuntes. Se trata de perspectivas y apoyos para acometer la reconciliación, suficientemente explicadas e ilustradas con citas bibliográficas como para que cumpla su objetivo.

Este escrito se suma a los numerosos intercambios de experiencia y las reflexiones que se derivan de ella. Básicamente es un intercambio de experiencia y

¹ García, Fernando A, “Fracaso y cambio”, Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, 2016.

² Por ejemplo, las llamadas “Leyes: leyes de vida, de luz, de evolución”, a las que corresponden los Principios de la Acción Válida, no pueden ser eludidas a nivel personal, interpersonal o psicosocial. Tampoco pueden ser eludidas cuando la reconciliación sea tratada tanto desde un punto de vista psicológico como de uno místico.

comprensión del tema, esperando que resulte de alguna utilidad e interés para profundizar nuestra experiencia.

En la primera parte, se recopilan brevemente algunos antecedentes que dan contexto histórico al tema.

En la segunda parte, se da un encuadre del tema, cubriendo algunos aspectos relevantes de carácter general.

En la tercera parte, se entra de lleno en los aspectos y recursos prácticos de la reconciliación.

En el Epílogo, se hacen consideraciones generales como conclusión del trabajo.

En la Bibliografía, una breve lista de materiales bibliográficos permite el acceso a las fuentes usadas para profundizar el tema.

En el Anexo 1, se transcribe una exposición de Silo sobre “La modificación del trasfondo psicosocial” que es relevante para la reconciliación de alcance psicosocial desde una perspectiva operativa.

En el Anexo 2, Silo – Jornadas de Experiencias. Hito referencial de exposición y proceso conjunto.

En el Anexo 3, Aporte sobre el uso y profundización de las experiencias guiadas.

En el Anexo 4, Aporte ilustrativo de exposición “¡Reconciliémonos! Hace bien y se vive mejor”.

En el Anexo 5, Aporte ilustrativo de opinión titulado “Apuntes de la no violencia: Si verdaderamente odias a tu enemigo, deberás reconciliarte con él”.

En el Anexo 6, Aporte ilustrativo de experiencia guiada llamada “La diversidad”.

En el Anexo 7, Aporte de una breve nota sobre la relación entre Ascesis y reconciliación.

PRIMERA PARTE: ANTECEDENTES

En toda la enseñanza y la obra de Silo, la reconciliación es un tema importante y recurrente que aparece expuesto tanto explícita como implícitamente, sea en su alcance individual o social.

Para ejemplificarlo, y con interés histórico, transcribiremos sólo unas pocas y breves citas bibliográficas significativas como para ilustrar el permanente interés por la reconciliación a lo largo del tiempo en la enseñanza y obra de Silo. A tal fin, evidenciamos en **negrita** algunas palabras o frases representativas.

En las notas a pie de página y en la parte de Bibliografía damos una lista suficientemente representativa para profundizar el tema.

Dado el interés y amplitud específicos de este escrito, deberemos enfocarnos en su alcance de trabajo interno personal, quedando copresente la reconciliación en sus alcances interpersonal, psicosocial y de la humanidad en su conjunto.

Por otra parte, dada la inevitable desigualdad de las citas en más de un sentido, quienes estén interesados podrán encontrar un interesante hilo conductor para hilvanar todo esto en las explicaciones dadas por Silo en 2008, bajo el título de “El Mensaje”.³

En las siguientes citas hay variadas formas en que la reconciliación aparece de distintas maneras; como propuesta explícita o implícita, como tema u objetivo de reflexiones, prácticas, actividades, etc.⁴

De “El Mensaje”⁵

1° - Decimos que el hombre piensa en una dirección, siente en otra y actúa en otra diferente. Así, en cada momento vive sin armonía y obra con violencia en el mundo de los otros hombres. El caos de la humanidad, es el simple reflejo de la desarmonía interna.

2° - De este modo, aunque no quiera, el hombre actúa en contra de lo que siente, siente en contra de lo que piensa y piensa en contra de lo que actúa.

3° - No es pues responsable de sus errores porque no sabe lo que hace. Duerme profundamente y su ilusión mayor es creer que está despierto.

4° - Propagamos entre los pueblos la doctrina del despertar, de la no-violencia y de la hermandad.

5° - Accionamos por la liberación interior y exterior del hombre.

6° - Decimos: Que jamás se responda a la violencia con violencia.

*7° - Que las razas se **hermanen** definitivamente integrando una sola humanidad.*

³ Silo, “El Mensaje”, Comentarios de Silo, Centro de Estudios Punta de Vacas, 2008. Vídeo y transcripción disponibles en <http://silo.net>.

⁴ Resaltamos en **negrita** algunas palabras significativas.

⁵ Silo. “El Mensaje”, 1964. Incluido en “El Librito”, 1970. Copia física (impresión) escaneada.

8° - *Que ese Dios y esa otra vida más allá de la muerte se busquen en el fondo dormido de uno mismo. En aquel fondo lleno de fuerzas desconocidas y poderes inmensos.*

9° - *Que todo accionar sea pacífico: No-violencia física; no-violencia económica; no-violencia racial y no-violencia religiosa.*

10° - *Que nuestros deberes permanentes sean: despertar cada día más armonizado el pensamiento, el sentimiento y la acción y al mismo tiempo, despertar a los demás por la enseñanza y la práctica de ésta, la más humilde y sencilla de las doctrinas.*

11° - *Salvemos al hombre de la **venganza**, preparando el camino de la nueva humanidad que ya se acerca.*

De la “Arenga de la curación del sufrimiento”⁶

“Lleva la paz en ti y llévala a los demás”.

De “La enseñanza de Silo”⁷ y de “Silo - su enseñanza popular”⁸

“Logra la paz en ti y en los demás.”⁹

... “Silo ha explicado que todo hombre y mujer deberían meditar al finalizar cada día, sobre las buenas y malas acciones realizadas en la jornada a fin de proponerse al día siguiente ser mejores y no cometer errores nuevamente.

Para meditar correctamente, es necesario buscar un lugar silencioso y pensar lentamente lo que se ha obrado durante el día.

Se puede meditar a solas o en compañía de otros, pero siempre en silencio y sin distracciones.”¹⁰

...

La paz empieza en uno mismo y luego se transmite a los demás. Hay guerra y violencia en el mundo porque los hombres no tienen paz en su corazón.

Aquél que odie la injusticia, la opresión, la violencia y la guerra, debe comenzar por lograr la paz en su conciencia.

...

Para lograr la paz hay que empezar con uno mismo. Se lleva la paz, la tranquilidad y la alegría a la propia conciencia cumpliendo con los Mandatos, meditando cada día y buscando siempre el lado bueno de las personas y las cosas.

...

Resumiendo: uno logra la paz en su conciencia cuando cumple con los Mandatos, cuando medita y cuando **busca el lado bueno de las personas y de las cosas**. El hombre y la mujer sin paz, provocan la violencia y la injusticia entre los demás.¹¹

⁶ Silo – Obras Completas Vol. I. Habla Silo. I. Opiniones, comentarios y participación en actos públicos. La curación del sufrimiento.

⁷ Material de circulación interna y difusión, 1969. Copia física (mecnografiada) escaneada.

⁸ “Silo- Su enseñanza popular”, Publicación mensual de Editorial Transmutación, año 1, número 1, Buenos Aires, marzo-abril 1970. Copia física (impresión) escaneada.

⁹ *Ibíd.* Los mandatos. 5.

¹⁰ *Ibíd.* La meditación.

¹¹ *Ibíd.* La paz.

De “La Mirada Interna”¹²

“Si has trabajado observando lo recomendado puede suceder, no obstante, que no hayas logrado el pasaje. Ello no puede convertirse en foco de preocupación sino en indicador de falta de “soltura” interior, lo que podría reflejar mucha tensión, problemas en la dinámica de imagen y, en suma, **fragmentación en el comportamiento emotivo**... Cosa que, por otra parte, estará presente en tu vida cotidiana.” “

De la conferencia “El conocimiento y la evolución de uno mismo”¹³

“Pero hay que saber que al hablar de “conocimiento y evolución de uno mismo”, el Autoconocimiento cumple con una función de comprensión de las situaciones de sufrimiento diario y la aplicación de los Principios cumple con una tarea de evolución. Claro está que no se puede separar uno del otro, pero son temas bien diferentes.

Bastaría ajustar la actitud frente a la vida de acuerdo a lo que proponen los Principios, para ir logrando **reconciliación** y progreso en uno mismo.”

De la “Conferencia sobre Religión Interior”¹⁴

“Estamos hablando de que, en determinadas circunstancias de la propia vida, surge la necesidad de la oración, o la necesidad de pedido. Cuando el hombre se siente muy solo y cuando el hombre se siente en encrucijadas, y no sabe cómo resolver tales situaciones, siente la necesidad de orar. En esos casos, nosotros decimos: es interesante la oración en la medida en que sea un acto de bondad interna, **un acto de reconciliación consigo mismo** y un acto de unidad consigo mismo.”

De Canarias 1976¹⁵

“El trabajo tiende a orientar al sujeto hacia la persuasión de los contenidos, hacia la transformación de esos contenidos en lugar de la confrontación directa. Persuadir a esos contenidos -se trate de dragones, guardianes, de lo que quieran; de enemigos- y lograr **reconciliación interna con tales enemigos**. De tal modo que así se ablandan esos enemigos, esos fantasmas internos. Y de ese modo se tiene control de la situación. De manera que la amistad es muy buena consejera en el control de la situación, y además se pueden ver los fenómenos en perspectiva.”

De Canarias 1978¹⁶

“Pero este es un caso; esto es difícil. Hagámoslo más fácil, utilicemos la mecánica de la conciencia. ¿Para qué ir contra una gran fuerza? Utilicemos la dirección natural de la conciencia, utilicemos el trabajo de las imágenes de la conciencia, utilicemos los impulsos para guiar a la conciencia en una dirección que sea interesante. Así pues, guiando a la conciencia mediante sistemas que ustedes conocen, tales como los sistemas transferenciales, guiando a la conciencia en una dirección u otra, vamos haciendo cosas prácticas, inmediatas, interesantes, por

¹² Silo – Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. La Mirada Interna. XV. La Experiencia de Paz y El Pasaje de la Fuerza. 9.

¹³ Silo. Conferencia “El conocimiento y la evolución de uno mismo”. 3 de julio de 1974

¹⁴ Conferencia sobre Religión Interior dada por Silo en Mendoza (Argentina), 30 de agosto de 1974.

¹⁵ Silo. Libro de Escuela. Teoría General De La Practica Transferencial. Canarias 1976. Día 16º

¹⁶ Silo – Canarias 1978, transcripción de cintas magnetofónicas grabadas durante las conferencias que dictara Silo en Las Palmas de Gran Canaria (España), entre el 27 de septiembre y el 4 de octubre de 1978. Quinto día (02-10-78).

ejemplo, **reconciliarnos con nosotros mismos**, resolviendo problemas biográficos, ¿verdad? Eso se entiende en el comercio (risas). Sirve, es útil; es útil, se logran beneficios. No tanta neurosis, no tanto problema. Entonces, claro, vamos guiando a la conciencia, resolviendo problemas biográficos, problemas de ansiedad por el futuro, problemas de stress. Vamos resolviendo todo esto porque, claro, vamos produciendo distensiones profundas, vamos **integrando contenidos** que están mal integrados, que han llegado a nuestra vida, que se han producido en nuestra vida y que, claro, nos provocan gran contradicción.”

De “El Libro de La Comunidad” ¹⁷

“Puntos de Doctrina

Podemos sintetizar la doctrina de la Comunidad en sus puntos más importantes: 1° El ser humano tiende a lograr su felicidad. 2° El dolor y el sufrimiento se oponen a la felicidad. 3° El dolor es físico y su retroceso depende del avance de la sociedad y de la ciencia. El sufrimiento es mental y su retroceso depende de la **reconciliación** consigo mismo. 4° Se sufre por vivir situaciones contradictorias, por recordarlas y por imaginarlas. Esas son las tres vías del sufrimiento. 5° Únicamente un verdadero sentido de la vida proporciona unidad, logra reconciliación, esto es: rompe la contradicción en las tres vías.

Resumiendo: cuando surge el verdadero sentido, el ser humano **se reconcilia consigo mismo**, haciendo retroceder el sufrimiento y despejando el camino de la felicidad.”

Del “Libro de Ceremonial” ¹⁸ y del libro “El Mensaje de Silo” ¹⁹

*“Quiero que me sigas ahora, por un paisaje que habrá de **reconciliarte contigo mismo**.” “Estás **reconciliado**, estás purificado...”*

De los comentarios sobre “El sentido de la vida” ²⁰

“Nosotros no aspiramos al sufrimiento. Nosotros aspiramos a **reconciliarnos** incluso con nuestra especie, que tanto ha sufrido, y gracias a la cual nosotros podemos hacer nuevos despliegues. No ha sido inútil el sufrimiento del hombre primitivo. No ha sido inútil el sufrimiento de generaciones y generaciones que han estado limitadas por esas condiciones. Nuestro agradecimiento es para aquellos que nos precedieron no obstante su sufrimiento, porque gracias a ellos podemos intentar nuevas liberaciones.”

Del acto público en Madrid ²¹

“¿Cómo vencerá el ser humano a su sombra? ¿Acaso huyendo de ella? ¿Acaso enfrentándola en incoherente lucha? Si el motor de la historia es la rebelión contra la muerte, rebélate ahora contra la frustración y la venganza. Deja, por primera vez en la historia, de buscar culpables. Unos y otros son responsables de lo que

¹⁷ El texto citado aparece por primera vez en 1981, en “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano). Siguió siendo parte de las siguientes revisiones del libro en los años 2000 y 2009.

¹⁸ Libro de Ceremonial, Ingreso a la Orden. 1977. Normas, Reglamentos y Ceremonial de “La Comunidad” (para el desarrollo humano). Ceremonial. I. Ceremonias ocasionales. Asistencia. 1ro. de enero de 1980.

¹⁹ “El Mensaje de Silo”. La experiencia. Asistencia. 2002.

²⁰ Silo. Quito, 22/10/2006.

²¹ Silo. Obras Completas Vol. I. Habla Silo. I. Opiniones, comentarios y participación en actos públicos. Acto público, Pabellón de los Deportes. Madrid, España. 27 de septiembre de 1981

hicieron, pero nadie es culpable de lo que sucedió. Ojalá en este juicio universal se pueda declarar: “no hay culpables”, y se establezca como obligación moral para cada ser humano, **reconciliarse con su propio pasado**. Esto empezará aquí hoy en ti y serás responsable de que esto continúe entre aquellos que te rodean, así hasta llegar al último rincón de la Tierra.

Si la dirección de tu vida no ha cambiado, necesitas hacerlo; pero si ya cambió necesitas fortalecerla. Para que todo esto sea posible, acompáñame en un acto libre, valiente y profundo que sea además **un compromiso de reconciliación**. 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”, y explícales, entonces, este **mensaje de reconciliación**. Quisiera repetir estas frases: “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’ y explícales, entonces, este mensaje de reconciliación”.

Para todos, ¡paz, fuerza y alegría!”

De la Conferencia en Colombo ²²

“¿Para qué cosa sirve y es necesario cambiar la dirección de la propia vida? Para lograr la **reconciliación**, la paz y la alegría de vivir. Uno se debe **reconciliar** con su propio pasado y con su medio inmediato. Y si no se hace esto, la vida no cambiará. Aquí surge un problema como ya nos ocurrió en otro acto público en Europa. En esa ocasión se me acercó una señora y dijo:

-- ¿Cómo me pide que me reconcilie con una persona que arruinó mi vida? He pasado treinta años recordando aquello y ¿qué sentido tendría ahora reconciliarme?

Entonces le pregunté: -- Cómo han sido para Ud. estos treinta años de resentimiento?

-- Tristes y terribles-, me respondió.

-- Entonces, ¿prefiere vivir otros treinta años así, o cambiar de dirección?

Hay dos condiciones para hacer un cambio positivo en la vida: trabajar para superar el sufrimiento en los otros y **reconciliarse** consigo mismo y con el medio inmediato. Estas dos ideas básicas pueden transformar el medio en cuanto se lleven a la práctica organizadamente.

Hoy nosotros decimos: deja por primera vez de buscar culpables. Ojalá se pueda declarar que no hay culpables y se establezca para todo ser humano la responsabilidad de **reconciliarse** con su propio pasado.

...

Hoy y no mañana busca la **reconciliación**. Saluda a tu padre y a tu madre, a tu marido o tu mujer, a tu hijo, a tu amigo y tu enemigo, y diles con el corazón abierto: “Algo grande y nuevo ha pasado hoy en mí”, y explícales lo que pasó a fin de que ellos también puedan llevar este mensaje.”

Del acto público en Bombay ²³

“Debes empezar una vida nueva y debes tener fe en que puedes hacerlo. Para que esto sea posible, acompáñame en un acto libre, valiente y profundo que sea,

²² Conferencia dada por Silo en el teatro central de Colombo, Sri Lanka. 24/10/81.

²³ Silo. Obras Completas Vol. I. Habla Silo. I. Opiniones, comentarios y participación en actos públicos. Acto público. Playas de Chowpatty. Bombay, India, 1 de noviembre de 1981.

además, un **compromiso de reconciliación**. 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”, y explícales entonces, este **mensaje de reconciliación**. Quisiera repetir estas frases: “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’ y explícales entonces, este **mensaje de reconciliación**.”

Para todos, ¡paz, fuerza y alegría!”

De los apuntes de un retiro en Farellones ²⁴

“Es conveniente “descargar” estas imágenes, en este sentido hablamos de jubileo. No se trata de **reconciliarse**, de perdonar: nada de gestos, de abrazos... Hay que jugar con las imágenes y con el punto de vista, descargar estas imágenes; no es conveniente mantener estos venenos adentro del Movimiento. Traer tensiones a una reunión, por ejemplo, es una falta de consideración al conjunto: ... Armar una lista de personas del Movimiento con las cuales queda algo “suspendido” para después trabajar con esas imágenes.”

De una Ceremonia de Bienestar²⁵

“Oficiante. Concluiremos esta ceremonia dando la oportunidad, a quienes así lo deseen, de sentir la presencia de aquellos seres muy queridos que, aunque no están aquí en nuestro tiempo y en nuestro espacio, se relacionan con nosotros en la experiencia del amor, la paz y la cálida alegría...”

Silo: “Quienes así lo deseen”, porque quienes no lo deseen, no. Esos seres muy queridos que están en tu memoria, ligados, en experiencias compartidas. Están adentro de uno.

Por ejemplo, “mi papá se murió y no me quedaron todas las cosas resueltas”. Hay que **reconciliarse**. No hay que cerrar, no hay que clausurar, hay que seguir comunicando, conectando. Así como sentís la presencia de otro, también sentís la presencia de ellos; entonces la comunicación no se corta, porque están.

Pueden aparecer acompañados de algo de nostalgia. Claro, pero después se va mejorando. Hace bien **reconciliarse**. Porque seguro que están en nuestra memoria, en otro espacio... tal vez... porque, ¿qué hay adentro? ¿tripas? (risas) Bueno, es otro modo de pensarlo. A uno seguro que le hace bien, a ellos...tal vez.”

De la Inauguración de la Sala de Sudamérica ²⁶

“Alejar la contradicción es lo mismo que superar el odio, el resentimiento, el deseo de venganza. Alejar la contradicción es cultivar el deseo de reconciliación con **otros y con uno mismo**. Alejar la contradicción es perdonar y reparar dos veces cada mal que se haya infligido a otros. “

De los comentarios en Bomarzo ²⁷

“Y sobre la bondad, ¿qué podría decirte de la bondad? Que se experimenta como una **reconciliación** con uno mismo, aunque se refiere a los otros. Así como se experimenta el odio, lo opuesto a la **reconciliación**, a la bondad. El odio te lleva a una tensión tal que exige una catarsis, una tensión inaguantable, en donde no

²⁴ Silo. Apuntes del retiro Consejo Fénix en Farellones, 01 de abril de 1990. 3.-Comentarios.

²⁵ Silo en la Salita “El Baqueano” de El Mensaje de Silo, Buenos Aires, 18/11/2004.

²⁶ Silo. Inauguración de la Sala de Sudamérica. La Reja (Argentina), 7 de mayo de 2005.

²⁷ Silo. Charla con Mensajeros en Bomarzo (Italia), 03/09/05.

soportas al otro, donde quieres hacer desaparecer al otro. En la bondad se amplía el otro y en él te reconoces y eso te **reconcilia**.”

De introducción a una Ceremonia de Oficio en Quito ²⁸

“Para que resulte bien la experiencia de la fuerza, por ejemplo, uno se relaja internamente, se afloja, trata de dejar de lado sus tensiones, trata, (risas) y trata también de ponerse en una situación afectiva, emotiva, positiva, de calidez, de **reconciliación** con uno. Ese pequeño esfuerzo que hay que hacer para sintonizar bien con esto. Cuando se hace estos trabajos de la fuerza, ponerse en esa postura de calidez interna, de cercanía con uno o de acercarse uno a sí mismo. Trata uno de acercarse a sí mismo, a los espacios profundos, y en esa situación, nada; hay quienes llevan adelante esa experiencia, van sugiriendo situaciones internas y se produce ese fenómeno extraordinario que conocemos como el pasaje de la Fuerza.”

Silo. Jornadas de inspiración. Punta de Vacas. 5 de mayo de 2007.

Dado que toda la alocución de Silo como el evento mismo tuvieron la reconciliación como centro, la adjuntamos por completo como Anexo 2.

De una conversación con la Comisión del Parque Los Manantiales ²⁹

Silo: La reconciliación es para una humanidad más interesante, un paso más avanzado. Más adelante, la reconciliación será menos que otra cosa.

Pregunta: ¿Y qué podría ser eso otro?

Silo: No sé. Será una cosa inspirada.

De un encuentro con amigos en Roma ³⁰

“Pregunta: En las relaciones con la izquierda vemos que son buena gente, pero son viejos, miran atrás. ¿Podemos nosotros conducir una reconciliación de esas personas con su pasado para que miren al futuro?”

“Silo: Yo creo que es posible, que una persona se reconcilie con su pasado, **reconciliarse** con lo que pasó es entender que eso ya no sirve más; si tú insistes en no reconciliarte con tu pasado, en afirmar tu pasado es imposible que tú avances “ ... ¿Cómo nos agarramos a esas nuestras cosas? ¿Como nuestros buenos amigos, camaradas que se siguen agarrando al pasado, que no se han reconciliado con el pasado, no han logrado soltar con eso? Y soltar es mucho más difícil que agarrar. Ya nos lo explicó un señor Keller, hace muchos años, que los monos, por ejemplo, ciertos monos, tenían problemas para soltar. En muchos lugares se los atrapaban a los monos porque se hacía un agujero en un árbol y se ponía arroz; los monitos ponían la mano y cerraban el puño, para no soltar el arroz. Costó muchísimo hacer que los monos alejaran una banana para que la banana cayera en una fisura y ellos pudieran recogerla. Porque siempre se trataba de agarrar. No estamos saliendo del tema, pero en todo caso la tendencia va hacia agarrar y no soltar. ¿Vamos a soltar nuestro pasado tan fácilmente?

Reconciliar es considerar realmente lo que pasó sin traerlo en la mochila, reconciliar es reconocer lo que sucedió y no insistir en traerlo porque yo tenía razón. Hay mucho que ver allí, hay que conversar de esas cosas, estas cosas que no son

²⁸ Silo. Quito, 22/10/2006.

²⁹ Apuntes conversación con Silo y la Comisión Parque Manantiales, 9 de junio 2007.

³⁰ Silo. Charla informal con amigos del Partido Humanista. Roma, 1 de mayo de 2008.

tan concretas, que hacen a un espíritu común. El espíritu. ¿Quién es este caballero?”

De conversaciones con amigos en Buenos Aires y en Santiago de Chile ³¹

“Con la Marcha Mundial estamos dando en algo que la gente siente rápidamente y dice que es interesante. Es una idea a la que los notables pueden adherir. De eso se trata, de ir en la misma dirección sin importarnos de dónde viene el que adhiere. Se acabó el dedo acusador. Vienen de la izquierda, de la derecha, del ateísmo o de la religión. No nos importa por qué apoyan. Necesitamos una suerte de higiene mental para borrar de nosotros mismos ese dedito acusador, esa especie de “juez”, para hacer primar en nosotros el futuro. No nos importan los antecedentes de quien adhiere, sino a dónde va. Si adhiere a la MM, trabajamos juntos y ojalá de modo organizado. Esa dirección mental nos conviene tenerla muy en cuenta: el primado del futuro. Hay que **reconciliar** hacia el futuro.”

De una charla con Comisiones de las Comunidades ³²

Esto es así, vamos hacia el futuro, así que qué importa de dónde venimos. Si no, estamos fritos. Ese no porque es gordo, el otro porque es flaco. Y además, ¿quién lo dice a eso? ¿Quién decreta, que tales sí y tales no? ¿Pero qué es esto? Un poquito de... ¿Quién lo decreta?

No nosotros, que somos expertos en errores; que podemos comprobar cómo se equivoca uno. ¡Qué vamos a andar privilegiando el pasado!

Los distintos paisajes de formación, como se armó cada uno con sus cosas, los líos, los celos, las luchas. No conviene, no es operativo.

Entonces hay que hacer un pequeño trabajito, y venga de donde venga, y quiera empujar en esa dirección, y apuntar al futuro, tiene de algún modo que **reconciliarse** con su posibilidad. Con algo que es posible a futuro, aunque hoy esté todo muy mal.

De “El Paisaje Interno” ³³

“20. Debes ser muy claro en esto: tú no estás en guerra contigo mismo. Empezarás a tratarte como un amigo con el que hay que **reconciliarse**, porque la misma vida y la ignorancia te alejaron de él.

21. Necesitarás una primera decisión para **reconciliarte** comprendiendo tus contradicciones anteriores. Luego, una nueva decisión para querer vencer tus contradicciones. Por último, la decisión de construir tu vida con actos de unidad rechazando los materiales que tanto perjuicio han atraído sobre tu cabeza.”

³¹ Charla de Silo con coordinadores generales en Buenos Aires y Santiago, 1 y 9 diciembre de 2008 (Apuntes fundidos de ambas charlas)

³² Silo. Transcripción de la charla de Silo con Comisiones de las Comunidades Parque Manantiales, 16 de mayo de 2009.

³³ Silo. El Paisaje Interno. IX. Contradicción y unidad.

LA RECONCILIACIÓN EN LA OPERATIVA ³⁴

El 15 de julio de 1975, Silo expuso los objetivos y trabajos de la Escuela en Corfú (Grecia).³⁵ Durante varios meses, allí comenzó a formalizarse y sistematizarse nuestra Psicología en sus aspectos teóricos y operativos. Es decir, comienza también nuestra Operativa, que será nuevamente ampliada con las exposiciones del “Libro de Escuela” (Canarias, 1976) y de Canarias 1978. Luego fue extractada para su publicación en 1980 en “Autoliberación”, y posteriormente en “Apuntes de Psicología”. Mientras tanto, en aquel entonces y hacia el medio, se formaban los cuadros del Movimiento y la “Religión Interior” estaba vigente.³⁶

Del libro “Autoliberación” ^{37 38}

De hecho, en los términos de nuestra Psicología, la reconciliación supone una transferencia,³⁹ como veremos más adelante. Asimismo, las experiencias guiadas en general, y en particular las que tienen como finalidad la reconciliación, son procedimientos simplificados derivados de las técnicas de Operativa.

“En transferencia se habla de “persuasión” de las resistencias, queriendo indicar con ello que se las debe acometer frontalmente si ellas no superan al sujeto, pero en caso contrario el guía debe intervenir apoyando la escena con algunos recursos alegóricos o, en ocasiones, invitando al sujeto a buscar una vía más fácil para llegar nuevamente a la resistencia, pero desde una perspectiva más favorable.

*“Siguiendo la idea de la persuasión de la resistencia, es siempre preferible antes que una lucha violenta que el guía sugiera la **reconciliación** con un defensor que impide agresivamente una entrada. Otro recurso similar en esos casos, es el del pago o trueque alegórico para persuadir al que dificulta el acceso.” ⁴⁰*

“¿Para qué sirve la autotransferencia? Primariamente, sirve como la transferencia para dar coherencia a los fenómenos síquicos, integrando contenidos. Su utilidad mayor radica en su actitud para producir conversiones de sentido respecto de una situación particular o de la situación general en que vive una persona.

³⁴ “Teniendo en cuenta el trabajo empírico catártico y transferencial que se realiza durante el sueño, las técnicas de Operativa pueden seguir el proceso de tomar impulsos y disparar imágenes a los puntos de resistencia. Pero es necesario hacer aquí unas breves digresiones en torno a la clasificación de las técnicas de Operativa, a los procedimientos generales y al objetivo de tales trabajos.

Agrupamos a las distintas técnicas de Operativa³ del siguiente modo. 1. Técnicas catárticas: sondeo catártico, catarsis de realimentación, catarsis de climas y catarsis de imágenes. 2. Técnicas transferenciales: experiencias guiadas⁴; transferencias y transferencias exploratorias. 3. Técnicas autotransferenciales.” Silo – Apuntes de Psicología. Psicología III. 4. Reversibilidad y fenómenos alterados de conciencia. Ulrica Ediciones, Rosario (Argentina), 2006.

³⁵ Silo. “Ubicación del trabajo de Escuela” (apertura y objetivos de Escuela), audio y escaneo de documento. Corfú, 15/07/75.

³⁶ Silo. “Nuestra actividad en el mundo”, Corfú, 12/12/1975.

³⁷ Ammann, Luis A. Autoliberación.

³⁸ El contexto mayor de los conceptos de “Autoliberación” aparecen en Silo. Apuntes de Psicología. Ulrica Ediciones, Rosario (Argentina), 2006 También disponible en <http://silo.net>.

³⁹ Por su interés histórico, puede interesar la “charla sobre transformaciones de impulsos (transferencias)”, Corfú (Grecia), 6 de septiembre de 1975.

⁴⁰ Ammann, Luis A. Autoliberación. Segunda parte. Operativa. Prácticas de transferencia. Lección 6. Sondeo transferencial. Las tres técnicas principales de transferencia son: niveles, transformismos y expansiones. I. Técnica de niveles.

“En los procesos autotransferenciales, al utilizar temas y argumentos fijos, los indicadores principales de resistencia están dados por defectos en el armado de una escena o por dificultades en el encaje y conversión de climas.

*“Veamos esto más de cerca: supongamos que, teniendo por interés la **“reconciliación”**, el operador monte su escena mental y emplace en ella a diversas personas con las que mantiene relaciones de enemistad. El tratará de transferir cargas de tal manera que al finalizar el trabajo quede logrado el objetivo propuesto. Sin duda, habrán aparecido en el desarrollo, numerosos registros de resistencia, pero habrá quedado en claro si el encaje se logró, o si es necesario seguir trabajando hasta lograr los registros adecuados.*

*“El operador sabrá cómo hacer correcciones, ya que el interés estará debidamente planteado (producir la **reconciliación**).*

“También habrán quedado precisados los defectos de armado escénico que pueden haber impedido un buen encaje y posterior conversión.”⁴¹

“Autotransferencia. Técnica que termina con el registro de cambio de sentido. No requiere un guía externo ya que se sigue un proceso ordenado, comprendido y aprendido previamente, en el que se va avanzando a medida que se obtienen indicadores o registros de que un paso se ha efectivamente cumplido. Su mayor inconveniente radica en que, faltando guía externo, se tiende a eludir las resistencias que aparecen en el proceso, cuando de lo que se trata es de vencerlas y superarlas.”⁴²

“Transferencia, desarrollo y salida de la. Tomada la imagen, y presente el sujeto en la escena (a nivel de representación), se la desarrolla en base a las técnicas de niveles, transformismos y expansiones, comentando el sujeto lo que sucede sin racionalizar ni bloquear. En la técnica de niveles se parte del plano medio, se desciende y se asciende por donde se descendió, se llega al plano medio, se reconoce éste y se comienza el ascenso, regresando luego al plano medio desandando el recorrido (todo el recorrido por los estados internos se hace en el nivel de semisueño). En la técnica de transformismos se trata de que el sujeto vaya transformando la imagen inicial y la de él mismo cuando parezca conveniente, haciendo luego el recorrido inverso, volviendo a la imagen de partida. En las expansiones se opera con la expansión de sensaciones cenestésicas como sea conveniente, y se vuelve a la situación inicial contrayendo nuevamente. En los tres casos, al finalizar, se coloca al sujeto en un buen estado interno, de conciliación consigo mismo.”⁴³

“Transferencia, indicadores de resistencia en la. Son indicadores la falta de imágenes, las racionalizaciones vigílicas excesivas, las insistencias catárticas, los rebotes, la fijación de imágenes, el desplazamiento excesivamente veloz de imágenes, el rechazo a salir de un determinado estado, los encerramientos. Estos problemas que pueden surgir en la práctica transferencial son los mejores indicadores, pues permiten orientarse al guía para que luego emplee la técnica adecuada, operando en el sentido opuesto a la resistencia que está indicando el bloqueo y haciendo su traducción de clima a imagen. Todo ello sin forzamiento y sin confrontaciones directas, tendiendo a la persuasión de los contenidos y a la

⁴¹ Ammann, Luis A. Autoliberación. Segunda parte. Operativa. Prácticas de autotransferencia. lección 1. Introducción a la autotransferencia.

⁴² Ammann, Luis A. Autoliberación. Vocabulario.

⁴³ Ammann, Luis A. Autoliberación. Vocabulario.

reconciliación interna con ellos, mostrando así que pueden ser integrados en un sistema manejable."⁴⁴

*"Transferencia, modo de operar en la. Atendiendo al clima: Se procura producir, inducir o rescatar del sujeto el clima fijado, elevando su potencial. Realizado lo cual (observable por las concomitancias físicas) se trata de adherirlo a una imagen conveniente sugerida por el guía, que aumente o refuerce el clima, operando luego la sustitución de la primera imagen por otras similares o contiguas. Se produce así el desplazamiento del potencial adherido a la primera imagen, llevándolo a la segunda para (de traslado en traslado) ir comprobando que la primera imagen ha perdido potencial y el clima se ha, incipientemente, desfijado. Atendiendo a las imágenes: Se opera con niveles, transformismos y expansiones; se parte del plano medio, se desciende, se asciende y se regresa al punto inicial."*⁴⁵

Dada la complejidad y amplitud de la Operativa y sus prácticas, sobre lo que aquí no tenemos nada que aportar, dejamos anotada su relevancia teórica y práctica para diversos propósitos, incluido el de la reconciliación. Si bien la Operativa requiere de mayores conocimientos y pericia técnica, ofrece los instrumentos idóneos para aquellos casos que requieran la profundidad, especificidad y ductilidad necesarios para adaptarse a las características y necesidades de cada individuo. En todo caso, remitimos a la bibliografía existente que describe los procedimientos.

LA RECONCILIACIÓN Y LOS PRINCIPIOS DE LA ACCIÓN VÁLIDA

*"Bastaría ajustar la actitud frente a la vida de acuerdo a lo que proponen los Principios, para ir logrando **reconciliación** y progreso en uno mismo."*⁴⁶

En general, todos los Principios de la Acción Válida explicitan la nueva actitud liberadora de la mente que sirve de guía para superar el sufrimiento y la raíz posesiva que opera de trasfondo en toda necesidad de reconciliación.

Por ejemplo, uno de los Principios de la Acción Válida que representa la reconciliación lograda es el de la conformidad: *"Si para ti están bien el día y la noche, el verano y el invierno, has superado las contradicciones"*.

En cada uno de esos Principios hay una fuente de reconciliación. Por ejemplo, si nuestra perspectiva mayor o más amplia es la superación del sufrimiento, una vez que los Principios son practicados y comprendidos, se convierten en referencias mayores para reconciliar lo aparentemente conflictivo, contradictorio, paradójal, etc. Por ejemplo, el Principio del Placer reconcilia la disyuntiva entre perseguir el placer o rechazarlo.

¿Cómo podría practicarse el Principio de Solidaridad más allá de las limitaciones de nuestras propias afinidades? A menos que admitamos la hipocresía⁴⁷ o el forzamiento del deber-ser, algunas diferencias no reconciliadas serían un obstáculo.

⁴⁴ Ammann, Luis A. Autoliberación. Vocabulario.

⁴⁵ Ammann, Luis A. Autoliberación. Vocabulario.

⁴⁶ Silo, "El conocimiento y la evolución de uno mismo", 1974.

⁴⁷ "La razón verdadera en el corazón falso, produce la hipocresía." Poética Menor. H. Van Doren, Editorial Trasmutación, Santiago (Chile), 1971.

De manera que, desde otro punto de vista, al intentar practicar los Principios de la Acción Válida, surgen resistencias, y algunas de esas resistencias son indicadores y se pueden superar gracias a algún tipo de reconciliación.

El Principio de la negación de los opuestos pone un punto de vista superador del que crea el antagonismo entre bandos.

En general, el gran potencial de reconciliación de Los Principios de la Acción Válida está en el hecho que pone el centro de gravedad de nuestra vida en los propios registros de unidad e integración crecientes, desvinculándolos del éxito o fracaso externos en la consecución de “objetos” de posesión.⁴⁸

LA RECONCILIACIÓN Y LAS EXPERIENCIAS GUIADAS ^{49 50}

“¿Sobre qué tratan las experiencias de la Comunidad? Sobre la **reconciliación** de las personas mismas, superando las frustraciones y los resentimientos pasados, ordenando las actividades presentes y dando un sentido futuro que elimine las angustias, los temores y la desorientación. Trabajos sobre esos puntos, se realizan en cada reunión de la Comunidad.”⁵¹

Preguntas básicas sobre la Comunidad.

“Puntos de Doctrina

Podemos sintetizar la doctrina de la Comunidad en sus puntos más importantes: 1° El ser humano tiende a lograr su felicidad. 2° El dolor y el sufrimiento se oponen a la felicidad. 3° El dolor es físico y su retroceso depende del avance de la sociedad y de la ciencia. El sufrimiento es mental y su retroceso depende de la **reconciliación consigo mismo**. 4° Se sufre por vivir situaciones contradictorias, por recordarlas y por imaginarlas. Esas son las tres vías del sufrimiento. 5° Únicamente, un verdadero sentido de la vida proporciona unidad, logra **reconciliación**, esto es: rompe la contradicción en las tres vías.

Resumiendo: cuando surge el verdadero sentido, el ser humano se **reconcilia consigo mismo**, haciendo retroceder el sufrimiento y despejando el camino de la felicidad.”⁵²

“Sobre las experiencias guiadas.

Las experiencias guiadas permiten a quienes las practican, **reconciliarse consigo mismos** superando las frustraciones y los resentimientos pasados; ordenando las actividades presentes y dando un sentido de futuro que elimine las angustias, los temores y la desorientación.

Las experiencias guiadas, se presentan con gran variedad, pero todas tienden a lo mismo: movilizar los pensamientos con referencia a conflictos o dificultades, para que se puede manejar, reorganizándolos de un modo positivo.

Podríamos definir a las experiencias guiadas como "modelos de meditación dinámica, cuyo objeto es la propia vida del que medita, con la intención de llegar a los conflictos a fin de superarlos".⁵³

⁴⁸ Silo. Libro de Escuela. Día 22. Consideraciones finales. Canarias, 1976.

⁴⁹ Silo. Obras Completas Vol.I. Experiencias Guiadas.

⁵⁰ Ver también Anexo 3 sobre las Experiencias Guiadas.

⁵¹ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

⁵² “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

⁵³ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

Aunque exceda el interés y amplitud específicos de esta producción, dejamos aquí una breve nota al respecto, conscientes de que amerita un tratamiento cabal y por separado.

En “El Mensaje de Silo” se combinan y enlazan los distintos alcances de la reconciliación; o sea, el personal, el interpersonal, y el psicosocial: tanto de los distintos conjuntos humanos como el de la humanidad en general.

En este, la reconciliación es resaltada y potenciada como experiencia espiritual profunda al vincularla con un sentido de vida trascendente. Esto está indisolublemente ligado a los grandes temas de la superación del sufrimiento, la inmortalidad y la trascendencia.

Como escrito, “El Mensaje de Silo”⁵⁵ consta de tres partes: “El Libro” (“La Mirada Interna”), las “Ceremonias”⁵⁶, y “El Camino”.

Aun sin recurrir a citas específicas, se puede reconocer el gran potencial reconciliatorio de las Ceremonias, tanto en lo que hace a cada uno de los participantes como a los participantes entre sí, gracias a la cohesión de tipo esencial y profundo que promueven tales experiencias conjuntas. En otras palabras, el trabajo interno en su alcance interpersonal y psicosocial.

Es decir, en su alcance más amplio, la reconciliación en la enseñanza y la obra de Silo apuntan a toda la humanidad, en su conjunto y en su momento histórico crítico de conformación de la primera civilización planetaria. “El Mensaje de Silo” como traducción del nuevo mito mundial en formación ⁵⁷ es el medio idóneo para esta transformación del trasfondo psicosocial. En tal sentido, incluimos como Anexo la charla magistral de Silo. en Rio de Janeiro (Brasil), el 4 de enero de 1982, llamada “La modificación del trasfondo psicosocial” por el interés histórico y operativo que reviste.

En cuanto a su implementación, las comunidades de “El Mensaje de Silo” incorporan el escrito como referencia bibliográfica mayor para su libre interpretación y para la libre organización de sus actividades.

El tema de la reconciliación aparece tratado en el “Manual de Temas Formativos y Prácticas para los Mensajeros”.⁵⁸

⁵⁴ Los textos en sus versiones fidedignas están disponibles en <http://silo.net>.

⁵⁵ <http://silo.net/es/message/index>

⁵⁶ Las primeras Ceremonias fueron presentadas por Silo (“Explicaciones sobre Ceremonial”) y oficiadas durante la Primera Conjunción Asiática, en Bombay, India, del 5 al 11 diciembre de 1977. El 1ro de enero de 1980 son incorporadas a las “Normas de organización y funcionamiento de La Comunidad”, en su parte de “Ceremonial” como “Ceremonias ocasionales” (Oficio, Imposición de manos, Imposición de manos guiada, Protección, Matrimonio, Asistencia, y Muerte) junto a las “Ceremonias de promoción” (Declaración, Ingreso a Escuela, Ingreso a la Orden, Miembro aceptado, Primer magisterio, Compromisos del Primer Magisterio).

⁵⁷ Ver “Conversaciones con Silo 6 entrevistas de Enrique Nassar”, Andrés Koryzma, Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, septiembre 2020.

⁵⁸ Centro de Estudios, Parques de Estudio y Reflexión – Punta de Vacas, 15 de marzo de 2009.

SEGUNDA PARTE: ENCUADRE

INTRODUCCIÓN

En general, además de la propia experiencia, estos comentarios están basados en todo lo que Silo expuso sobre la reconciliación, incluyendo las Jornadas de Experiencia, el 5 de mayo de 2007 en el Parque de Estudio y Reflexión Punta de Vacas.

No se trata solo de un estudio bibliográfico del tema, sino de reflexiones sobre las experiencias con la reconciliación; o sea, son breves apuntes de comprensiones expresadas con un cierto estilo “técnico” y “práctico”.

Estas reflexiones podrían ubicarse en lo que genéricamente se llama “profundización de la experiencia”. No se refieren a ningún caso específico dentro de la muy amplia gama de posibles temas de reconciliación, sino que intentan recopilar los comunes denominadores de las experiencias y comprensiones. Por otra parte, entiendo que podrían no revestir interés para quienes recién se están acercando a este tema o para quienes ya las han incorporado como experiencia.

Esta producción es también una suerte de vademécum; o sea, un texto no muy extenso que contiene un repertorio de nociones o informaciones básicas y útiles sobre la reconciliación, y que podría ser usado para ampliar la visión, para consultar o tomar en consideración, etc.

Aquí se da por supuesto que los lectores no necesitan argumentos motivacionales para despertar o aumentar su interés por la reconciliación. Si así no fuera, hay otros muchos y mejores textos disponibles para tal fin.

Todos los comentarios tienen de trasfondo un “para-qué” quizá obvio, pero indispensable; un interés o Propósito tales que proveen la dirección y la motivación necesarias para lograr la reconciliación como experiencia espiritual profunda. Sin un “para-qué” trascendente, la reconciliación perdería el contexto original que tiene dentro de las enseñanzas de Silo y, así desvirtuada, no rendir sus mejores frutos al interpretarla en función de otros sentidos.

GENERALIDADES

Desde una perspectiva, se puede decir que los temas centrales de las enseñanzas y la obra de Silo son el sufrimiento, la muerte, y la trascendencia, estrechamente vinculados entre sí.

Estos han sido tratados en su aspectos individual, interpersonal, psicosocial, y otros. También han sido tratados en diversas formas, tanto en su descripción como en sus aspectos prácticos.

Así, la reconciliación aparece como tema explícito o implícito cuando se tocan los diversos aspectos del sufrimiento, la venganza, la integración de contenidos, la coherencia, y cualquier otro tema donde estén en juego el “sí” y el “no”, el abismo y el vuelo que lo supera.

Por estar muy vinculado a los temas de la muerte y la trascendencia, el tema de la reconciliación es tratado con especificidad dentro de la superación del sufrimiento. De modo que las generalidades de la superación del sufrimiento son aplicables también a la reconciliación. Sin embargo, la reconciliación implica examinar la superación del sufrimiento desde un punto de vista específico.

El dolor es físico y el sufrimiento es mental e ilusorio. Sin embargo, los registros del sufrimiento no son ilusorios. El sufrimiento se expresa como contradicción, es decir, un serio desacuerdo entre lo que se piensa, lo que se siente y lo que se hace. A su vez, cada uno de estos tres puede estar fragmentado, dividido en partes que puján entre sí por orientar la actividad de los centros de respuesta en direcciones opuestas.

Esto podría ser resuelto por el psiquismo en tiempos relativamente breves o bien quedar sin resolución por largos periodos. En todo caso, la contradicción corresponderá a un funcionamiento de los centros de respuesta por exceso o por defecto, en sus partes y subpartes. Y todo esto será registrado cenestésicamente como exceso o como ausencia de sensación, según sea el caso.

A esta desarmonía interna le corresponden ciertas percepciones, recuerdos y representaciones asociadas a climas y tensiones. Todo esto se combina en una representación interna o “escena” con sus temas y argumentos.

Tal representación interna o “paisaje” ha sido organizada por una cierta “mirada”. Esa es nuestra “realidad” y esa es la manifestación y fuente de nuestro conflicto.

Así surge la necesidad de superar ese conflicto, para lo cual habrá que lograr una reconciliación en relación al objeto (tema) de nuestro conflicto.

La reconciliación supondrá entonces modificar la “mirada” del “objeto” para así organizar un “paisaje” distinto que no genere sufrimiento. En otros términos, transferenciales, se trata de desplazar la carga mental y emocional de una “mirada” sufriente del “objeto” a una nueva “mirada” que sea reconciliadora y, por consiguiente, superadora del sufrimiento. Interesa lograrlo de la manera más eficiente y provechosa posible.

Aun si no existiera la posibilidad de eludir la frustración y el fracaso, existe la posibilidad de aprovecharlos para avanzar en el camino interno. La reconciliación sirve a esto.

Al operar para lograr la reconciliación hay procedimientos específicos, y algunos de estos son los que se exponen y recopilan en este escrito. De manera que, si aquí hubiera algún aporte, lo sería en cuanto a la perspectiva usada, la selección y la presentación de temas ya conocidos en base a la propia experiencia.

ALGUNAS DEFINICIONES

Como mejor **condición de partida**, sería conveniente explicitar lo que entendemos por reconciliación o reconciliarse, y cuáles son sus indicadores. También los indicadores de la ausencia de reconciliación, para identificar los temas con los cuales es necesario reconciliarse. De otro modo se hace muy incierto (si no errado) el trabajo interno que les corresponda. Es decir, intentaríamos resolver algo que no tenemos suficientemente identificado y/o entendido.

De entre la muchas posibles definiciones de reconciliación, tomamos la siguiente para hilvanar este escrito: reconciliación es un proceso de la conciencia para cambiar la “mirada”⁵⁹ de los contenidos de conciencia que se experimentan como conflictivos, a fin de que dejen de serlo. En otras palabras, es una reorganización del “paisaje interno” para lograr mayor felicidad y libertad, una mayor coherencia en función de su integración creciente.

⁵⁹ Ver “Terminología de Escuela”, Mirada y “mirada”, García, Fernando A.

En otros términos, metódica, una nueva “mirada” reconciliadora es la “síntesis” que surgirá de la “complementación” entre contenidos incoherentes, opuestos entre sí o mutuamente excluyentes y antagónicos, que ahora serán reinterpretados desde una perspectiva superadora (mayor o más amplia) que los incluye y que resuelve su relación.

Desde otro punto de vista, se podría decir que la reconciliación es, entre otras cosas, una transferencia en la que: se trata de tomar “cargas” de un nivel y llevarlas a otros niveles, a las salidas. La “carga” está puesta en una “mirada” e importa transferir esa carga a otra “mirada” con otros registros. Para ello, se trabajará configurando nuevas “miradas” que tengan más “carga” que la “mirada” que genera falta de reconciliación.

Reconciliarse es también encontrar y abrazar un sentido tal que el conflicto deje de ser fuente de sufrimiento y lo sea de paz, de fuerza y de alegría. Si el viejo sentido que se le daba al conflicto abría el abismo, el nuevo sentido nos hará volar por encima de él. Si uno representaba el “no”, el otro representa el “sí”. Si uno construía una “realidad” que no se podía amar, el otro construye una “realidad” que se puede amar.

INDICADORES DE NECESIDAD DE RECONCILIACIÓN

En general, es importante la identificación y descripción de indicadores. Indicadores son los registros de los distintos centros de respuesta asociados a cualquier experiencia. Ciertos registros que, en conjunto, nos revelan, muestran, indican qué es lo que se experimenta.

Durante el proceso disciplinario han sido fundamentales para avanzar de un paso a otro. De ellos se tomaba nota detallada luego de cada práctica, y esto aumentaba la apercepción de los mismos y ayudaba para la siguiente práctica. Esto también facilitaba la futura evocación de los registros para volver a obtenerlos con más facilidad. Algo similar hemos hecho para las sesiones de Operativa, las prácticas atencionales, el pasaje de la Fuerza, estados de ánimo, etc. “La Mirada Interna” abunda en indicadores que son descritos en su particular estilo.⁶⁰

La ausencia o la necesidad de reconciliación generan sufrimiento; es decir, contradicciones, conflictos, incoherencias, etc. De manera que estarán acompañadas, entre otros, por algunos de los indicadores de sufrimiento. Tales indicadores son mentales, emotivos, físicos y conductuales. Han sido descritos de muchos modos. Por ejemplo, en “El Paisaje Interno” se lo alegoriza, por ejemplo, de este modo: *“Y en la frustración y en el resentimiento se violenta el futuro para que curve su lomo en sufriente regreso.”*⁶¹

Una de las concomitancias del resentimiento, como caso de falta de reconciliación, es dificultar o impedir la dinámica de la conciencia que, como estructura intencional evolutiva, tiende a equilibrar los medios interno y externo, elaborar respuestas compensatorias, integrar contenidos, etc. Son muchas y diversas las manifestaciones de tal estado: una menor movilidad de imágenes, menor disponibilidad energética en los centros de respuesta, de mecanismos de reversibilidad, arrastres e inercias entre niveles de conciencia, etc.

Otro indicador claro es la inmovilidad que provoca con los tiempos de conciencia. El llamado “cierre del futuro”, entre otros, es un caso obvio de esta inmovilidad. Sin

⁶⁰ Por ejemplo, en “La guía del camino interno” y en “Los estados internos” de “La Mirada Interna”..

⁶¹ Silo. El Paisaje Interno. IX. Contradicción y Unidad. 4.

exagerar con la metáfora, el tema de conflicto funciona como un “agujero negro” del que ni siquiera la luz puede escapar.⁶²

No necesariamente la necesidad de reconciliación se evidencia de modo obvio por la existencia de conflictos muy específicos. También hay algo para reconciliar, por ejemplo, cuando se vuelve en modo obsesivo o compulsivo sobre el pasado o cuando se cierra el futuro. Por ejemplo, esto a veces tiene que ver con la relación existente con etapas vitales pasadas, presentes o futuras.

Las incoherencias en el marco interpretativo⁶³ que usamos para construir nuestra “realidad” tienen consecuencias. Por ejemplo, el sentimiento de culpa o la venganza son incoherentes con las enseñanzas de Silo. Su coexistencia dentro del nuestro marco interpretativo dificultará lograr ciertas reconciliaciones. Generalmente, las incoherencias se derivan de la forma mental⁶⁴ y, particularmente, del “paisaje de formación”.⁶⁵ A menudo dichas incoherencias se hacen evidentes como resistencias que deben ser superadas durante el proceso de reconciliación.

Cuando están asociados a ciertos temas, los posibles indicadores genéricos de la existencia de conflictos reconciliables son: las tensiones excesivas o permanentes, los climas negativos permanentes o recurrentes, las dificultades de relación con uno mismo y/o con los demás, la violencia interna y/o externa en sus diversas formas, etc. A veces la necesidad de reconciliación se oculta detrás de falsas justificaciones. Por ejemplo, aun ante el sufrimiento propio o ajeno, si la respuesta se traduce en violencia interna o externa dirigida hacia sus supuestos “culpables”, hay necesidad de reconciliarse.

TIPOS Y TEMAS DE RECONCILIACIÓN

Hay muchos **tipos de reconciliación** y variados **temas con los cuales reconciliarse**. Como es improbable e innecesario hacer un listado completo de temas por reconciliar, sólo daremos algunos ejemplos de algunos de los temas que

⁶² “*Tampoco hay diferencias en que el odio y el deseo de venganza, se anuden en tu corazón desde la niñez o desde el ayer reciente. Nuestro tiempo es inmóvil, por eso siempre acechamos para surgir deformados como distintos temores, cuando la oportunidad se hace propicia. Y esos temores, son nuestra revancha por el veneno que debemos probar cada vez*”. Silo. Experiencias Guiadas. El resentimiento.

⁶³ Marco descriptivo e interpretativo. También llamado “esquema de descripción e interpretación”. Doctrina, ideología o teoría que provee la referencia coherente mediante la cual interpretar los fenómenos psíquicos y sus registros. Por ejemplo, estando encuadrada por nuestra Doctrina, nuestra teoría y práctica psicológica es el marco descriptivo e interpretativo de las experiencias con las Disciplinas y la Ascesis.

⁶⁴ Forma mental. a) Sistema de presupuestos y creencias propio de un individuo, grupo o pueblo, dado por el nivel generacional en una determinada cultura. b) Sistema de creencias personales que actúa como reflejo social. c) Tipo de secuencia lógica del razonar propia del medio cultural en que se vive. d) Intuición no racional del mundo sobre la que puede elaborarse o no, una ideología o una doctrina. Ver también Creencia, Predialogales.

⁶⁵ Paisaje de formación. “Así pues, llamamos “paisaje de formación” al conjunto de grabaciones que configuran el substrato biográfico sobre el que van sedimentando hábitos y rasgos básicos de personalidad. La formación de ese paisaje (ver) comienza en el nacimiento. Las grabaciones estructuradas básicas comprometen no sólo a un sistema de recuerdos sino a tonos afectivos, a una forma característica de pensar, a una manera típica de actuar y, en definitiva, a un modo de experimentar el mundo y de actuar en él.

La estructuración que progresivamente vamos haciendo del mundo que nos rodea está fuertemente influida por esa base de recuerdos que comprendió objetos tangibles, pero también intangibles como valores, motivaciones sociales y relaciones interpersonales. Podemos considerar a nuestra infancia como la etapa vital en la que el paisaje de formación se articuló plenamente.”

más habitualmente se presentan. Esto dará una idea suficiente de la gama de tipos y temas.

Empezando por los temas, estos pueden estar referidos a distintos tiempos de conciencia; o sea, al pasado, al presente, o al futuro.

En el pasado recordado, puede existir una o varias experiencias negativas para reconciliar.⁶⁶ Ejemplo simple: violencia sufrida, amor imposible, traición a sí mismo, oportunidades perdidas, etc.

En el presente percibido, pueden existir posibles respuestas a situaciones complejas que resultan contradictorias entre sí, sin que ninguna de aquellas resulte plenamente unitiva. También hay hechos o situaciones no reconciliadas. Por ejemplo, deseos incompatibles entre sí, repeticiones, desvíos, frustraciones, etc.

En el futuro imaginado, pueden existir incertidumbres y riesgos que no podemos prever ni controlar. Por ejemplo: el propio futuro o el de la gente querida, etc.

Puede haber necesidad de reconciliarse con eventos que han o que no han ocurrido, pero también con otros que pudieran o no ocurrir (fracasos, accidentes, muerte súbita, enfermedades, abandonos). O bien la necesidad de reconciliarse por ciertos aspectos de uno mismo (limitaciones, desventajas) o del mundo (formas de violencia imperantes) que no coinciden con las propias expectativas, aspiraciones o deseos. Así, la reconciliación puede ser necesaria no solo cuando uno es afectado individualmente, sino también cuando otros lo son.

Como fuere, el sufrimiento y/o la reconciliación referidos a uno cualquiera de dichos tiempos de conciencia, por estructuralidad de la misma modificará concomitantemente el “paisaje interno” referido a los demás tiempos.

Hay necesidad de reconciliar las diferentes cosas que pensamos, las distintas cosas que sentimos, y las distintas cosas que hacemos, Haciendo que sus direcciones coincidan, converjan, se armonicen. Y que además que el pensar, sentir y actuar también armonicen y converjan en una misma dirección. *“Las contradicciones en el trabajo entre centros surgen cuando las respuestas no se organizan estructuralmente y los centros disparan actividad en direcciones opuestas entre sí.”*⁶⁷

Hay distintos deseos que coexisten con intensidad similar, pero que nos orientan en direcciones divergentes entre sí. También existen deseos que, aunque no sean incoherentes, diversos factores hacen que no se pueden satisfacer, que no se hayan satisfecho, o que no puedan ser jamás satisfechos.

Aun los deseos más elevados pueden ser objeto de reconciliación cuando su realización no coincida con nuestras expectativas. Hace al deseo de lo que se desespere de alcanzar, pero que no se pudo, puede, o se podrá alcanzar.

Puede constituir un tema a reconciliar cualquiera que involucre algo percibido, recordado o imaginado que no encaje o choque con nuestros deseos, ensueños, registros, expectativas, creencias, valores, ideas, prejuicios, imágenes, apegos,

⁶⁶ “Todo acto contradictorio que por cualquier circunstancia hayas efectuado en tu vida, tiene un inequívoco sabor de violencia interna y de traición a ti mismo. Y no importará por qué motivos te encontraste en esa situación, sino cómo organizaste tu realidad, tu paisaje, en ese preciso instante. Algo se fracturó y cambió tu rumbo. Ello te predispuso a una nueva fractura. Así es que todo acto contradictorio te orienta a su repetición, del modo en que todo acto de unidad, también busca reflotar más adelante.” Silo. El Paisaje Interno. IX. Contradicción y Unidad 13.

⁶⁷ Ammann, Luis A. Autoliberación. Vocabulario. Centros, disfunciones de los.

etc. Este desencaje o choque entre ambos términos se registra con distintos grados de violencia interna; es decir, sufrimiento.

Otro campo de reconciliación es el de las traiciones a lo mejor de uno mismo.⁶⁸ Poder reconciliar todo lo que pudiera estar a la base de la censura y la autocensura, las dificultades de comunicación con los demás reconciliando sinceridad con compasión, etc.

Los efectos de factores imprevistos y disruptivos, por ejemplo, las importantes adversidades, los contratiempos, las desgracias, los accidentes, etc.

Toda frustración, fracaso, remordimiento, intolerancia, odio, venganza, la extrañeza, la posesión, los celos, la envidia, el deseo de permanecer, el rompimiento con una etapa anterior, etc. plantean alguna necesidad de reconciliación.

Hay muchos motivos para reconciliar: la finitud propia o ajena, los cambios, lo que no pasó, no pasa o no pasará, las limitaciones, los inconvenientes, las circunstancias adversas, lo que se teme perder, lo que se perdió, las falsas esperanzas, los sentimientos de culpa, las injusticias, distintas formas de violencia sufrida, sean estas propias o ajenas, el sufrimiento de seres queridos u otros, etc. Todo lo referido a los temores a la soledad, la desposesión, la enfermedad y la muerte seguramente son materia de reconciliación.

Reconciliación empírica y reconciliación intencional

En principio, se pueden distinguir dos **tipos de reconciliación**: la empírica (o aparentemente espontánea); y la intencional (o dirigida).

La **reconciliación empírica** opera mayormente en la copresencia atencional gracias al agotamiento de instancias psicológicas y los ensueños, la caída de la ilusión, etc. Estos colaboran para que la conciencia, como estructura intencional evolutiva, trabaje integrando los conflictos que se presentan como resistencias a su avance. Esto sucede de una manera más o menos espontánea y fortuita, apoyándose en factores incorporados provenientes del medio (creencias, valores, modelos, influencias, etc.). Así, muchas adversidades y sinsabores se sobrellevan gracias a que son reconciliados, por ejemplo, en función de alguna retribución futura, de ayudar a seres queridos, o gracias al gesto bondadoso de un desconocido, a una buena noticia recibida, a los consejos recibidos, etc. Son relativamente eficaces y proceden sin mayor pericia “técnica” ni grandes errores. manteniendo la habitual capacidad de integración de contenidos de la conciencia.

Tomemos un hipotético ejemplo para ilustrar el concepto. Alguien es maltratado por una persona de manera aparentemente injustificada y desproporcionada. La “víctima” del maltrato se debate inútilmente con su indignación o su sentimiento de culpa sin lograr reconciliarse. Poco después llega un amigo que le informa que su “victimario” acababa de volver de una consulta médica en la que le habían diagnosticado una seria enfermedad incurable. Todo se aclara y adquiere un nuevo sentido para la “víctima”. Su violencia interna se desvanece para dar lugar a sentimientos de compasión por quien hasta hace poco era su agresor, su “victimario”.

Hay otros casos en que, por distintos factores, ya se cuenta de partida con un fuerte deseo de dejar de sufrir y lograr la reconciliación. En otras palabras, se lanza un

⁶⁸ Ver Silo. El destino mayor. Mendoza, 20 de octubre de 1989.

intenso “acto” en busca de su “objeto”. Esto hará que la conciencia trabaje estructurando todo en función de esa fuerte intención presente o copresente.⁶⁹ Es decir, tenderá a dotar de una interpretación y un significado reconciliadores lo percibido, lo recordado y lo imaginado.⁷⁰ De manera que, aunque esto último tenga poco o nada que ver desde un cierto punto de vista “lógico” o “racional”, la conciencia lo estructurará (tamizará) con una “mirada” en clave de reconciliación y así operará en su “paisaje interno”.⁷¹

Sin embargo, a veces todo esto no basta para comprender, resolver y reconciliar ciertos conflictos con sentido evolutivo. Las reconciliaciones empíricas pueden presentar ventajas, pero también desventajas con respecto a las reconciliaciones intencionales, que son el objeto de este escrito.

Sin entrar en un análisis, basta recordar que, en momentos como el actual, la complejidad y la aceleración de los cambios en el medio pueden superar la capacidad de reconciliación empírica de los individuos.⁷² En todo caso, habrá que recurrir a un trabajo interno de reconciliación intencional.

La **reconciliación intencional** (o dirigida) es mayormente producto directo o indirecto⁷³ del trabajo interno en el que hay una intención en presencia atencional y que se realiza en base a algún tipo de procedimiento y con un marco interpretativo definido por las enseñanzas de Silo. Esta es la que aquí nos ocupa y que trataremos detalladamente.

En realidad, ambos tipos no siempre se dan en forma neta y pura, sino que cada uno puede resultar de una combinación de ambas en distintas proporciones. En el primer caso es mayormente en copresencia, quizá con fugaces momentos ocasionales y espontáneos en que el tema de conflicto ocupa la presencia atencional. En el segundo caso, se hace mayormente con presencia atencional en esfuerzos concentrados en ocasiones intencionadas, y luego con periodos en que la reconciliación procede copresentemente.

EL MARCO INTERPRETATIVO Y OPERATIVO DE LA RECONCILIACIÓN

El **marco interpretativo y operativo** de cada tipo antes descrito es diferente. En el primer caso dicho marco proviene de dos fuentes: el paisaje de formación y del ambiente psicosocial. La mayor o menor influencia de una y otra fuente varían en su relación de fuerzas, y pueden ser más o menos favorables a la reconciliación o bien contraproducentes. En el segundo caso las enseñanzas de Silo cobran mayor y mejor valor referencial.

El marco interpretativo y operativo es el conjunto de conceptos que sirven para describir, evaluar, y operar para lograr la comprensión y resolución adecuadas del conflicto que se intenta reconciliar. En síntesis, es la referencia que se adopta para acometer la reconciliación. Esto es de grandes consecuencias.

⁶⁹ De manera similar operan el Pedido, los Aforismos, el Propósito, etc.

⁷⁰ Porque “la conciencia infiere más de lo que percibe”. Silo Obras Completas Vol. I. Cartas a mis amigos. Cuarta carta a mis amigos. 6. Imagen, creencia, mirada y paisaje.

⁷¹ “Estas “miradas” son actos complejos y activos, organizadores de “paisajes” y no simples y pasivos actos de recepción de información externa (datos que llegan a mis sentidos externos), o actos de recepción de información interna (sensaciones del propio cuerpo, recuerdos y apercpciones).” Silo Obras Completas Vol. I. Humanizar la Tierra. El Paisaje Humano. I. Los paisajes y las miradas.

⁷² Ver, entre otros, Silo. Obras Completas Vol. I. Cartas a mis amigos sobre la crisis social y personal en el momento actual.

⁷³ Más adelante veremos “Otros casos ocasionales y cotidianos” de reconciliación.

La reorganización coherente del propio marco interpretativo y operativo poniendo como centro las enseñanzas de Silo constituye uno de los aspectos generales más importantes de la reconciliación.

Por último, la reconciliación de tipo psicosocial excede el interés y amplitud de este escrito, y tendrá que ser tratada en otra producción. Si bien también afecta a los individuos, opera según factores que tienen que ver con el trasfondo psicosocial, involucrando la forma mental de grandes conjuntos, los mitos vigentes, las tensiones a las que están sometidos los grandes conjuntos, las variaciones epocales de las sensibilidades y la “altura de los tiempos”, las dialécticas generacionales, los momentos históricos, etc.^{74 75}

LA RECONCILIACIÓN COMO CASO DE INTEGRACIÓN DE CONTENIDOS ⁷⁶

Aquí también consideramos la reconciliación en un sentido más amplio de establecer o restablecer vínculos coherentes entre contenidos de conciencia. Los trabajos de Operatoria (transferencias y autotransferencias), y las experiencias guiadas que de ella se derivan, son trabajos de integración de contenidos que apuntan, de un modo u otro, a la reconciliación.

En los términos de nuestra Psicología, decimos que la conciencia es una estructura intencional evolutiva que trabaja compensando estructuradamente el “mundo” (medios interno y externo) en función de conservar y ampliar su estructura.

Cuando por diversos factores no logra compensar adecuadamente, surgen los registros de dolor físico y sufrimiento mental que se manifiestan de distintas maneras.

El trabajo interno opera sobre el sufrimiento para restablecer el normal trabajo de coherencia e integración de contenidos. En otras palabras, tiende a superar la contradicción y afianzar la unidad interna. Esto habilita niveles de trabajo superiores de la conciencia y con ello experiencias de Sentido trascendente.

La falta de reconciliación indica que existe una “imagen” de respuesta errada por parte de la conciencia-coordinador. Tal “imagen” inconveniente corresponde a una “mirada” que configura un “paisaje”. Esa “imagen” se caracteriza, entre otros, por su poder sugestivo, por su relativa fijeza, por reducir la reversibilidad y capacidad de crítica y autocrítica, por inhibir la actividad de los centros de respuesta o por movilizarlos en direcciones opuestas, por las respuestas de tipo obsesivo o compulsivo que restan libertad de opción.

La reconciliación consiste en transferir la carga de dicha “imagen” de respuesta errada a otra que permita a la conciencia retomar su trabajo creciente, superando así el sufrimiento. Esto requiere poder iniciar una modificación o conversión de la “imagen” inicial.

⁷⁴ Ver Charla de Silo ante un grupo de estudios. 06/05/2008 – Grotte (Italia). La venganza, la reconciliación y sus fundamentos.

⁷⁵ Ver Anexo 1 Sobre la modificación del trasfondo psicosocial.

⁷⁶ “El trabajo tiende a orientar al sujeto hacia la persuasión de los contenidos, hacia la transformación de esos contenidos en lugar de la confrontación directa. Persuadir a esos contenidos -se trate de dragones, guardianes, de lo que quieran; de enemigos- y lograr **reconciliación** interna con tales enemigos. De tal modo que así se ablandan esos enemigos, esos fantasmas internos. Y de ese modo se tiene control de la situación. De manera que la amistad es muy buena consejera en el control de la situación, y además se pueden ver los fenómenos en perspectiva.” Silo. Libro de Escuela. Teoría General De La Práctica Transferencial. Canarias 1976. Día 16º

Esta conversión de “imágenes” que habilita la reconciliación puede proceder eficazmente gracias a una adecuada comprensión y manejo de los procedimientos, o bien incurrir en errores “técnicos” que la impiden o la dificultan. Un ejemplo de errores de procedimiento es confundir la reconciliación con el olvido o el perdón.

Toda necesidad de reconciliación implica un “desequilibrio”, una cierta desestabilización del “paisaje interno” como estructura y sistema existentes. Se declara querer cambiar, transformarse, pero a veces sucede que no se actúa en consecuencia y se desea no perder el estado existente o volver al anterior, antes del desequilibrio. Toda reconciliación debiera suponer una cierta modificación de nuestra identidad, un cambio del “yo” en sentido evolutivo creciente, y no un regreso a la situación que posibilitó el conflicto a reconciliar.

En otro contexto, se habla de “integrar” los contenidos de conciencia que se registran como no relacionados o relacionados incoherentemente con el resto, como “islas” que generan sufrimiento al dificultar o impedir el adecuado trabajo de la conciencia (por ej., dinámica de niveles, funcionalidad de mecanismos y circuitos, elaboración de respuestas, etc.). En tal contexto, “integrar” significa lograr comprender y manejar lo referido a un tema previamente no integrado; es decir, del que no había suficiente comprensión y manejo.

En este sentido, extendemos el alcance de la reconciliación a esos contenidos de conciencia que se registran como no suficientemente relacionados o bien relacionados incoherentemente con el resto. En otras palabras, reconciliar es también dar coherencia a nuestro “paisaje interno”.

Las experiencias más profundas, significativas y referenciales de nuestro trabajo interno adquieren su mejor valor y función cuando no quedan almacenadas en memoria aisladamente, sino cuando se las integra adecuadamente, y esto comienza por una profunda reflexión sobre ellas.

La nueva “mirada” que otorgan tales experiencias conlleva una reorganización del “paisaje interno” a la luz de tal “mirada”. Tal reorganización no siempre se produce espontáneamente y, por lo tanto, conviene facilitarla, dirigirla y cultivarla intencionalmente para que haya coherencia en todo el “paisaje interno”, y para que el antiguo “paisaje” sea progresivamente reemplazado por el nuevo que emerge o que irrumpe.

Silo nos habla de la captación de una señal en el contacto con lo Profundo de la mente humana. Nos dice también que esa señal se presenta a veces con errores y a veces con certezas, y agrega que “...*Ojalá esa señal sea traducida con bondad en los tiempos que corren, sea traducida para superar el dolor y el sufrimiento.*”⁷⁷. Implícitamente nos advierte que existe la posibilidad de que así no sea. Entonces entendemos que esto se puede trabajar de antemano o bien a posteriori, para integrar dichas experiencias adecuadamente, reconciliando incoherencias, divergencias o incompatibilidades que pudieran existir en nuestro pensar, sentir y actuar, en función de la dirección y sentido que interesa.

RECONCILIACIONES MÁS GENERALES

A veces solo se asocia la reconciliación a temas específicos, estrechamente ligados a nosotros mismos, y apremiantes. Sin embargo, quizá habría muchos otros, más

⁷⁷ Silo. Inauguración de la Sala sudamericana. La Rreja (Argentina), 7 de mayo de 2005.

generales, que podrían requerir reconciliación, si es que constituyeran un posible germen de conflicto o incoherencia.

Sin entrar en mayores definiciones, digamos que puede tratarse de “realidades” que operan copresentemente como trasfondo cotidiano y que nos generan desconcierto, desasosiego, desaliento, sentimientos de injusticia o similar, porque no les vemos sentido, por así decir, o el único sentido que les vemos es negativo. Reconciliar es también encontrarles un mejor sentido para que, al menos, no generen esos mismos registros y, si es posible, generen registros mucho mejores. He aquí unos pocos casos hipotéticos y arbitrarios a modo de ejemplo:

Que a veces tengamos, o que otras personas o conjuntos de ellas tengan, que cometer errores para aprender.

Que muchos mueran sin haber obtenido oportunidades, justicia, tratamiento médico adecuado, sin libertad, sin una vida mínimamente larga, etc.

Haber nacido, o que muchos hayamos nacido, en un momento histórico primitivo, violento y deshumanizante.

Que quizá no alcancemos a presenciar la constitución de la nación humana universal, y tantos otros logros futuros de la humanidad.

Que muchos hayan muerto y que muchos morirán.

Que muchos de nuestros deseos queden insatisfechos y frustrados por el accidente, la muerte, u otras circunstancias.

Que nosotros y los demás tengamos una libertad de opción no ilimitada, sino siempre entre condiciones.

Que el mundo o la vida (propia, de otros, o en general) no sean lo que quisiéramos que fueran.

Que los procesos importantes y conjuntos de cambio positivo sean relativamente lentos, trabajosos y contingentes.

Que quizá la inmortalidad anhelada no lo sea la del “yo”.

Que la ilusión de identidad y permanencia del “yo” no sea sólo la de uno mismo, sino la de todos los seres queridos.

Que la comunicación directa con los demás deba pasar el filtro del tratarlos como quisiéramos ser tratados.

Que mucho de todo aquello con lo que uno se identifica fuertemente pudiera ser ilusorio, transitorio, efímero, vulnerable, del paisaje de formación, de bandos no elegidos; etc.

Que la muerte de nuestros seres queridos suceda cuando no estamos cerca de ellos para asistirlos, para acompañarlos.

Que el sistema nervioso, es decir, nuestra prótesis de percepción, comprensión, etc. se encuentre en una cierta etapa evolutiva, con limitaciones, aún por desarrollarse, etc.

Que todas las identificaciones propias de la vigilia ordinaria sean ilusorias a la luz de un nivel de conciencia superior.

Que el sufrimiento sea una experiencia aún no eludible, una etapa evolutiva, etc.

Que aún para muchos la ilusión del “yo” y aquello con lo que su “yo” se identifica sea lo que más los moviliza.

Que la crisis del sistema se cobra y cobrará muchas víctimas (La Acción Salvadora);

Que quienes depositen sus esperanzas en las propuestas de un sistema violento y deshumanizante, experimentarán la frustración, el fracaso, y el sufrimiento. Esto incluye vivir según los sentidos provisorios de vida y sin Sentido trascendente.

Que no basta con que las personas sean solo “buenas” para ser felices y libres, para evitar que sufran.

Que las personas queridas desaparezcan y aún no tener certeza indubitable de su estado o destino.

Ojalá podamos encontrar inspiración para reconciliarnos con todo aquello, y podamos vivir de acuerdo con este espíritu: ...” *Regreso al mundo con la frente y las manos luminosas. Así pues, acepto mi destino. Allí están el camino y yo, humilde peregrino que regresa a su gente. Yo que vuelvo luminoso a las horas del día rutinario, al dolor del hombre, a su simple alegría. Yo que doy de mis manos lo que puedo, que recibo la ofensa y el saludo fraterno, canto al corazón que del abismo oscuro renace a la luz del ansiado Sentido*”.⁷⁸

QUÉ NO ES RECONCILIAR

Más adelante veremos los indicadores de la reconciliación, para cotejarlos con nuestra experiencia. Esto debiera ayudar a despejar los posibles confusiones, errores e ilusiones acerca de nuestro trabajo interno al respecto. De manera que aquí solo anotaremos algunas falsas salidas, que también podrían entenderse como resistencias a la reconciliación.

Reconciliar no es fugarse, olvidar, degradar, perdonar, arrepentirse, sentir culpa, etc.

Reconciliarse no es fugarse; es decir, no es no es intentar “alejarse” de la evidencia del conflicto con diversos medios⁷⁹, no es distraerse para olvidar el conflicto.⁸⁰ La reconciliación pasa por advertir el conflicto y asumir su existencia, afrontándolo para convertir el sentido negativo que le da fuerza sugestiva. Se podría argumentar la fuga como necesidad de retroceder ante una gran fuerza para luego avanzar con resolución; pero ello no tendrá más valor que como táctica provisoria.

Reconciliarse no es (intentar) olvidar el conflicto y querer descartarlo pretendiendo, contra la evidencia de los propios registros, que se trata de algo sin importancia.

⁷⁸ Silo, “Jornadas de inspiración”, Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, 2007.

⁷⁹ Los medios de escapismo son muchos y variados, desde la ensoñación, la estimulación sensorial hasta actividades que aparecen como nobles y justificadas, pero que sirven a lo mismo.

⁸⁰ “Si quieres construir una nueva vida libre de contradicciones, superadora creciente del sufrimiento, tendrás en cuenta dos falsos argumentos: el primero se ofrece como la necesidad de solucionar los íntimos problemas antes de acometer ninguna acción constructiva en el mundo. El segundo aparece como un total olvido de sí mismo, como un declamativo “compromiso con el mundo”. Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. El Paisaje Interno, IX. Contradicción y Unidad, 25.

Reconciliarse no es traicionar la memoria de lo sucedido, pretendiendo “amputarla” o distorsionarla, sino cambiar su interpretación, la “mirada” y el registro de los recuerdos.⁸¹

Reconciliarse no es simplemente “entender” un conflicto o restarle importancia intelectualmente. Tal “entender” no tiene una convicción y carga emotiva igual o superior a las del conflicto.⁸² “*No te engañes una vez más al decirte que aquellos son “problemas superados”. No está superado, ni comprendido adecuadamente, aquello que no se ha cotejado a una nueva fuerza que compense y sobrepase su influencia.*”⁸³

Reconciliarse no es resignarse, doblegándose ante el sufrimiento como algo “natural”, “normal”, como un inevitable precio a pagar.

Reconciliarse no es aprobar o estar de acuerdo con todo, sino superar la violencia interna asociada a la desaprobación o al desacuerdo.

Reconciliarse no es, obviamente, pretenderlo mediante el desquite, la revancha o la venganza que quizá podrían producir una temporaria satisfacción catártica, pero nunca confundirse con la reconciliación.⁸⁴

Reconciliarse no es destruir los “pecados” anteriores⁸⁵, ni mortificarse en exhaustivos recuentos sobre el pasado y el momento actual⁸⁶, ni en pedir o conceder perdón o, ni en sentimientos de culpa o atribuyendo culpabilidades.⁸⁷

Reconciliarse no requerirá la presencia perceptual ni la aprobación o absolución de nadie, como tampoco deberá superar el examen enjuiciador de “miradas” externas. El centro de gravedad puesto en los propios registros será una clave y “piedra de toque” de la reconciliación.

LA RECONCILIACIÓN COMO “CULTURA” INTERNA

Las experiencias y la necesidad de reconciliación pueden estar referidas a temas que están asociados primariamente a alguno de los tres tiempos de conciencia; o sea, al pasado, al presente o al futuro; aunque, obviamente, la temporalidad de la conciencia hace que todos los tiempos estén involucrados, tanto en el conflicto como en su reconciliación.

A su vez, la reconciliación puede ser necesaria no solo cuando el registro sufriente se hace insoslayable y apremiante, sino también antes de que este se manifieste. Es decir, la experiencia de reconciliación, y el trabajo interno que le corresponde, pueden tener un carácter preventivo.

⁸¹ 11. Así es que no romperás tu sufrimiento pasado falseando o envileciendo el futuro. Lo harás cambiando la dirección de las fuerzas que provocan contradicción en ti. Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. El Paisaje Interno, IX. Contradicción y Unidad,

⁸² Esto no recuerda los falseamientos del pensar, sentir y actuar descritos en “Poética Menor”, H. Van Doren, 1971.

⁸³ Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. El Paisaje Interno, IX. Contradicción y Unidad, 23.

⁸⁴ “No creas que por la venganza purificas tu pasado sufriente, ni tampoco por usar el “amor” como poderosa palabra, o como recurso de una nueva trampa.” Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. El Paisaje Interno, IX. Contradicción y Unidad. 9

⁸⁵ Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. El Paisaje Interno, IX. Contradicción y Unidad, 18.

⁸⁶ Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. El Paisaje Interno, IX. Contradicción y Unidad, 23.

⁸⁷ Ver en este escrito “Breve nota sobre las culpas y el culpar”.

Por ejemplo, quienes trabajamos por alumbrar un verdadero Sentido trascendente de vida más allá de los sentidos provisorios, deberíamos experimentar una reconciliación con nuestra propia finitud y la de todos los seres humanos, incluidos aquellos más queridos. Una reconciliación tal será algo diferente, y mucho más, que una insuficiente resignación.

La reconciliación preventiva nos pondrá entonces a resguardo del sufrimiento cuando inesperados acontecimientos o circunstancias nos afecten en aquellas creencias no revisadas que nos hacen vulnerables. Por ejemplo, aquello por lo que se da por descontado que es o será de un cierto modo. A veces podríamos dar por sentado que, si somos “buenos” con los demás y les “damos” algo, esos otros nos deberán “retribuir” de la misma manera. Pero tal expectativa de retribución, además de no ser coherente con la acción válida, evidencia una ingenuidad vulnerable con respecto a la complejidad del ser humano y sus relaciones.

Desde la misma óptica se podrían examinar los presupuestos o antepredicativos de nuestra actitud básica, nuestro sistema de roles, nuestras tensiones y climas característicos, nuestras resistencias típicas, nuestro “talón de Aquiles”, etc. Aunque no lo hiciéramos, una actitud cotidiana atenta puede captar las “miradas” con las que organizamos “paisajes”, y los registros que les corresponden, advirtiendo así “miradas” que quizá debieran ser revisadas a la luz de la reconciliación.

De manera que el trabajo interno de reconciliación no solamente estará en función de superar emergencias de sufrimiento ante conflictos en curso, sino también en función de rever el “paisaje interno” para identificar, prever, y reconciliar aquellos aspectos vulnerables y expuestos a las circunstancias personales, interpersonales y sociales cambiantes. O sea, en otras palabras, que nuestra paz, nuestra fuerza y nuestra alegría no dependan de lo externo, sino que tengan su “centro de gravedad” en nosotros mismos. En definitiva, trabajar para vivir según el Principio que dice: *“Si para ti están bien el día y la noche, el verano y el invierno, has superado las contradicciones.”*

Gracias a la reflexión y al reiterado ejercicio de la reconciliación se iría formando una suerte de “cultura” psicológica mental y emocional, una actitud básica reconciliatoria. Es decir, se va instalando como modo habitual, y no ocasional, de “mirar”, como “mirada” reconciliadora para organizar tanto el “paisaje interno” como para relacionarse con el “paisaje humano”. De esta manera, la reconciliación se iría haciendo cada vez menos un trabajo paliativo y cada vez más uno preventivo. Esto se iría instalando como parte de una nueva “actitud básica” que, según el caso, algunos podrían considerarla como parte integral de su espiritualidad.

TERCERA PARTE: PROCEDIMIENTOS DE RECONCILIACIÓN ⁸⁸

A través del tiempo, fuimos experimentando las propuestas de reconciliación que Silo y sus enseñanzas nos fueron proponiendo. Incluso experimentamos importantes reconciliaciones gracias a otras de sus propuestas en las que la reconciliación no era el interés explícito o primario, pero que la favorecieron y produjeron como valor agregado. No nos cabe duda alguna acerca de la bondad y eficacia de todas ellas.

Con esa perspectiva, aquí intentamos profundizar algo más en la **comprensión** y **manejo** tanto de la práctica como de la experiencia. Nos parece que este intento es parte de los trabajos de Escuela, con la intención de que luego puedan traducirse, ya sin este contexto de estudio y reflexión, en formas simples de ayuda al alcance de quienes las necesiten. Por así decir, intentar seguir produciendo y mejorando nuestra “tecnología” con el auxilio de nuestra “ciencia”,

Todas las prácticas que consideramos en este escrito pueden ser usadas para lograr la reconciliación. Sin embargo, algunas de ellas pueden ser más adecuadas que otras, según el caso específico de qué se trate. De acuerdo con diversos factores, algunas reconciliaciones podrán obtenerse con relativa facilidad apelando a recursos simples; pero otras podrían requerir recursos más especializados o trabajosos.

Quienes conozcan todos los instrumentos, podrán juzgar cuál de ellos usar y en qué momento hacerlo. Esto exige una cierta pericia para el diagnóstico; es decir, para determinar las características del tema por reconciliar. De esta manera se podrán elegir los instrumentos más aptos para tratar el tema en cuestión. De no ser así, los instrumentos podrían no dar los resultados esperados, por exceso o por defecto. De no mediar esta pericia, de todos modos se podrá avanzar experimentalmente por prueba y error. Como sea, la reconciliación es una instancia inevitable para cualquier tipo de avance interno de qué se trate.

FUNDAMENTOS OPERATIVOS

El tema que se desea reconciliar es un “paisaje” que se configuró y se sostiene con una cierta “mirada”. Reconciliarse con un tema implica configurar un nuevo “paisaje” que desplace al anterior. Como vemos durante este escrito, son varios los aspectos o factores que confluyen y coexisten en ese particular “paisaje” que configuró nuestra particular “mirada”. En términos procesales, ese “paisaje” es una “síntesis” de tales aspectos y factores en que se ha detenido el proceso interno. Y, como quisiéramos reconciliarnos, deberíamos dar continuidad al proceso interno, desarticulando esa síntesis, para poder lograr configurar una nueva “síntesis” superadora del tema en cuestión.

⁸⁸ Todos los procedimientos están fundamentados en “Silo - Obras Completas” (volúmenes I y II), “Apuntes de Psicología”, y “Experiencias Guiadas”. También las técnicas de nuestra Psicología han sido parte de la requerida Nivelación previa al trabajo con las Disciplinas y posterior ingreso a Escuela.

En términos operativos, y metódicamente hablando, nos proponemos seguir los procedimientos generales y proveer los recursos que indica Silo, y que ilustramos con unas pocas citas.

En el contexto de la Operativa:

*“El trabajo tiende a orientar al sujeto hacia la **persuasión** de los contenidos, hacia la **transformación** de esos contenidos en lugar de la confrontación directa. Persuadir a esos contenidos -se trate de dragones, guardianes, de lo que quieran; de enemigos- y lograr reconciliación interna con tales enemigos. De tal modo que así se **ablandan** esos enemigos, esos fantasmas internos. Y de ese modo se tiene control de la situación. De manera que la **amistad** es muy buena consejera en el control de la situación, y además se pueden **ver los fenómenos en perspectiva**.”*

⁸⁹

En el contexto de las Experiencias Guiadas:

*“Hemos de agregar algunas otras consideraciones respecto al armado del enmarque de situación, del contexto en el que se da la experiencia. Si es que necesitamos colocar al lector en un punto en el que toma contacto con él mismo, debemos **distorsionar** la estructura del tiempo y del espacio siguiendo la enseñanza que, sobre esto, nos dan los propios sueños. Debemos liberar la dinámica de imagen y quitar las racionalizaciones que impidan un fluido desarrollo. Si podemos, además, **desestabilizar** el registro corporal, la posición del cuerpo en el espacio, estaremos en condiciones de hacer aparecer preguntas referentes a cualquier momento de la vida del lector o, inclusive, a momentos futuros como posibilidad de acción a realizar. Vamos entonces a un ejemplo que ilustre sobre lo que estamos comentando. Para ello escogemos la experiencia titulada “La acción salvadora”.”⁹⁰*

En el contexto de las Disciplinas, se explicita la necesidad de la **desestabilización** como precursora del cambio.

*“Cuando hablamos de la Disciplina Material trabajamos los objetos externos y la materia del propio cuerpo, tratando de **desestabilizarlos**.” La Nota 3 al pie, agrega: “Sostenemos que para que haya cambios tiene que haber **inestabilidad**. De eso se trata, para bien o para mal, no hay cambios en las situaciones estáticas; en las sociedades permanentes no hay cambios. Las instituciones están armadas para evitar la inestabilidad. Hablamos de **desestabilización** en el propio cuerpo vinculada a cambios en los objetos materiales con los que trabajamos.”.^{91 92}*

“Como los tibetanos que entran en diferentes bardos. Hay otros que tienen la vida ligada a un bardo. Algunos ni se enteran de las distintas franjas y si se quiere sacar a alguien de un determinado bardo se debe desestabilizar.”⁹³

En el contexto de nuestro Método (llamado “estructural dinámico”).

*“En el caso de que el proceso quedara frenado en la síntesis y no pudiera seguir progresando, para manejarlo y hacerlo progresar sería necesario **producir una***

⁸⁹ Silo. Libro de Escuela. Teoría General De La Practica Transferencial. Libro de Escuela. Canarias 1976. Día 16º.

⁹⁰ Silo. Habla Silo. II. Presentación de libros. Experiencias Guiadas. El Ateneo, Madrid, 3 de noviembre de 1989.

⁹¹ Las Cuatro Disciplinas, Centro de Estudios Parque de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, 2009.

⁹² Esto está desarrollado en “El ‘desequilibrio’ como procedimiento del trabajo interno”, García F.A., Centro de Estudios Parque de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, 10 de octubre de 2014.

⁹³ Las Cuatro Disciplinas, Centro de Estudios Parque de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, 2009.

diferenciación para que de ella surgiera luego una complementación. Rompemos esa síntesis no introduciendo elementos nuevos dentro de ella, sino creando fuera un sistema tal que produzca la desarticulación. Aparentemente estamos destruyendo el proceso, pero visto metódicamente, esto permite que se establezca un nuevo sistema de relaciones que dinamiza el proceso.

Todos estos fenómenos, a veces los producimos nosotros, otros, nos ayuda el azar. Todo esto conforma aproximadamente, el esqueleto teórico de Leyes, Método y de algunos principios. Todo esto está basado en la experiencia, de la cual se van derivando muchas concepciones.”⁹⁴

Veamos otro ejemplo aplicado a las Disciplinas y lo psicológico.

“Pero resulta que esa fijeza, a renglón seguido, la comenzamos a **desestabilizar** nuevamente. Y la **desestabilizamos** para provocar esos fenómenos que ellos llaman “transmutativos”, esos son fenómenos de cambio cualitativo.”

“Todas esas cosas le atribuyen a este núcleo de ensueño, a esta fuerza síquica importante cristalizada, trabada en el interior de cada ser humano con un potencial muy grande (si es que podemos lograr **inestabilidad** y si es que podemos transferir esa **inestabilidad**). Así trabaja la Alquimia, provocando **inestabilidades**.”⁹⁵

Veamos una descripción del mismo principio operativo, aunque aplicado a los procesos de cambio de los conjuntos humanos.

“Necesitamos fuertes disparos estructurales, tenemos que forzar los fuertes disparos estructurales. ¿Cómo hacemos? Tenemos que **desestabilizar** internamente. Cada vez que llegamos a una situación de síntesis con el enlentecimiento consecuente de toda síntesis; síntesis se establece en un organismo, en una célula, en donde quieran se establece, hace su movimiento, pero se ha enlentecido.

Debemos **desestabilizarnos** cada vez que llegamos a una situación de síntesis, pintorescamente decimos “pateamos el tablero”. Lo que estamos diciendo es que introducimos diferenciaciones, producimos diferenciaciones, aceleramos nuevamente el ritmo, con todo el desorden, y ahí va.”⁹⁶

En los diversos recursos y apoyos operativos que describimos más abajo se aplican los principios antes mencionados. Aquellos servirán para superar las resistencias que pone una característica común al “paisaje” por reconciliar y la “mirada” que lo configuró: desproporciones, estrechamiento de la visión, fijeza o inmovilidad. Estas son las que posibilitan, potencian y mantienen su poder sugestivo, y sobre ellas deberemos trabajar para abrir un resquicio tal que permita vislumbrar otra “realidad”.

⁹⁴ “Libro Blanco”, Encuadramiento doctrinario. I.- Experiencia, Leyes y Método.”, recolección de conferencias, charlas y exposiciones de Trabajos, que se realizaron entre mayo y septiembre de 1974.

⁹⁵ Silo. Charla sobre transformaciones de impulsos (Transferencias. Disciplinas), Corfú, 6 de septiembre de 1975.

⁹⁶ Silo. Reunión del Consejo Orión, 1987.

OTRAS GENERALIDADES

En el campo que aquí nos ocupa, y operativamente hablando, las enseñanzas de Silo siempre han sido apoyadas con una amplia variedad de recursos de comprensión y de experiencia.

Esto respondió a las necesidades y posibilidades que fueron planteando los distintos ámbitos, momentos, intereses, alcances, y demás. Consecuentemente, se fueron proveyendo oportunos recursos de comprensión y de experiencia referidos a las dimensiones de lo personal y lo interpersonal; de lo psicológico y lo espiritual; de lo terreno y lo eterno; de lo social, lo cultural y lo psicosocial; y así siguiendo. Todo se puso al alcance de cualquiera mediante formas y medios tanto simples como complejos; tanto generales como especializados; para satisfacer las posibilidades e intereses de cada uno.

Como digresión, y en perspectiva histórica general, observamos que lo anterior también tuvo sus resistencias, ya que surgió ocasionalmente alguna “mirada” externa, miope y obtusa, que no pudo percibir el sentido general de esta gran obra, y confundió así la diversidad con incoherencia, y confundió el cambio con desvío o irrelevancia, desorientación, improvisación, etc. No faltaron tampoco torpes intentos de ocultar, degradar o aun cercenar aspectos de la obra y figura de Silo, cuando no decretar su obsolescencia.

De manera que nunca se hicieron planteos mutuamente excluyentes, sino convergentes y complementarios en función de direcciones y objetivos de común interés, no sólo para quienes adherimos a sus enseñanzas sino para el ser humano en general.

No siendo fragmentaria y compartimentada, tal diversidad de recursos de comprensión y experiencia tiene una coherencia tal que permite desplazarnos con relativa facilidad y beneficio entre los distintos elementos que la componen, con un sentido de oportunidad en función de nuestros intereses y posibilidades.

Por ejemplo, e hipotéticamente, no parecieran existir mayores inconvenientes en que algunos participantes de las comunidades de El Mensaje de Silo practicasen las experiencias guiadas, si así lo desearan. Obviamente, lo harían desde su propia perspectiva espiritual. en función de la superación del sufrimiento que nos es común a todos. Lo mismo podría aplicarse a participantes de los organismos del Movimiento Humanista. De hecho, ya sucede todo esto y más aun.

Tal relación y concurso de distintos recursos operativos es una práctica incorporada y difundida en el ámbito de la Escuela.

La necesidad de reconciliación es común a todos nosotros, pero tal necesidad se manifestará en cada uno de maneras y en contextos personales muy diversos. Algunos casos podrían requerir distintos recursos operativos de distinta especificidad; y no sólo uno de ellos, sino varios y que sean coadyuvantes.

Mi experiencia y comprensión en este sentido me dan la certeza que nada de lo propuesto por Silo es inútil o superfluo. Así es que, si bien algunas reconciliaciones pueden lograrse con algunos recursos que para algunos resultaron simples, veloces y eficaces, los mismos recursos podrían no bastar para otras personas que podrían requerir otros recursos.

Los recursos operativos para la reconciliación pueden ser diferenciados según **grados de especificidad** que responden a distintas necesidades. Así, por ejemplo, las experiencias guiadas de “La pareja ideal”, “La protectora de la vida” o “El guía interno”, son de una especificidad mayor que “el pasaje de la Fuerza”. Estamos hablando en términos de especificidad, y no de importancia. Estamos hablando en términos de complementación, y no de opuestos o disyuntivas.

Por todo esto es que aquí presentamos los recursos operativos en forma de “caja de herramientas” de libre y personal elección, y no como una única herramienta válida para todos los casos posibles. Este criterio pareciera ser el más adecuado, dada la amplia diversidad existente, tanto de temas de reconciliación como, en general, dentro de los posibles destinatarios dentro del ámbito de Escuela.

Como hemos visto, los tipos de reconciliación se pueden clasificar por **tipos de temas a reconciliar**, pero también por los **procedimientos**, con sus recursos y tácticas para lograrla.

En nuestra bibliografía hay ejemplos prácticos de reconciliación muy útiles. Por ejemplo, entre otros, en las experiencias guiadas como “El enemigo”, “El resentimiento”, y “La protectora de la vida”.⁹⁷ Estas alegorizaciones de procesos de reconciliación nos proveen también los tipos de procedimientos, de argumentos transferenciales más adecuados para realizar nuestro trabajo interno; ya que, los argumentos catárticos son más propios de la falta de reconciliación y generalmente la preceden.⁹⁸

A veces, a la reconciliación parece llegarse “espontáneamente” gracias a una combinación, más o menos fortuita, de factores azarosos o circunstanciales que no siempre responden a un trabajo intencional, sistemático, aperceptivo o vigílico.⁹⁹ No obstante su innegable bondad, esto resulta una dificultad a la hora de transmitir y repetir no solo la experiencia, sino el procedimiento seguido para lograrla.

En el trabajo interno nos interesa la comprensión y manejo del proceso, de manera que no quede tan librado a la improvisación, esfuerzos improductivos, factores fortuitos, errores e ilusiones evitables, riesgos por impericia, etc. Esto plantea la necesidad de un modo de operar adecuado. Por ejemplo, en las experiencias guiadas, Silo explicita el esquema constructivo de las mismas que transcribimos más adelante.¹⁰⁰ También se explicitan procedimientos en las prácticas de catarsis, transferencia, y autotransferencia de nuestra Operativa dirigida a la reconciliación e integración.

Por otra parte, la reconciliación no obedece a procedimientos como los propios de la ingeniería eléctrica o mecánica, por ejemplo. Si bien tiene sus aspectos de ciencia o tecnología, también los tiene de inspiración, arte y oficio. Por lo tanto, los siguientes son factores que generalmente favorecen la reconciliación; pero no son “garantías”, sino mayores grados de pericia y certidumbre probabilística.

Existen factores generales que a menudo influyen en la reconciliación. Por ejemplo, cuanto mejores sean **el conocimiento, la comprensión y la experiencia que se**

⁹⁷ Silo. Obras Completas I. Experiencias Guiadas.

⁹⁸ Para profundizar, el Anexo 3 ofrece un análisis detallado de las Experiencias Guiadas.

⁹⁹ Por ejemplo, en las llamadas “conversiones de vida”, en respuesta a intensos pedidos, etc.

¹⁰⁰ Silo. Experiencias Guiadas. Notas a Experiencias guiadas. Ver también: Silo. Habla Silo. II. Presentación de libros. Experiencias Guiadas. El Ateneo, Madrid, 3 de noviembre de 1989.

tengan de las enseñanzas de Silo, es más probable que mejor proceda la reconciliación..¹⁰¹

Específicamente, y en cuanto al conocimiento como simple volumen de **información**, cabe agregar lo siguiente: Algunas reconciliaciones podrían depender, en alguna medida, de la información relativa al tema en cuestión. La información excesiva, errada, insuficiente o inexistente, puede dificultar la reconciliación en el momento de análisis o reflexión. Por ejemplo, con respecto a la muerte. Cuando es excesiva: podría ser mucha, pero irrelevante, indiscriminada o confusa. Cuando es errada: podría contener inexactitudes o desinformación. Cuando es insuficiente: podría ser parcial induciendo a sesgos. Cuando es inexistente: podría haber aspectos que no se saben o que no se pueden saber. De todos modos, aun en este último caso, la reconciliación puede proceder mediante convenientes suposiciones o creencias que superen tal inconveniente. Por ejemplo, aunque no sepa con certeza lo que piensa o siente una persona, puedo elegir la hipótesis que más convenga a mi acción válida para con ella.

De todos modos, aunque alguna información sobre el conflicto y su resolución no esté disponible, o sea insuficiente o incierta, también es posible reconciliarse en base una “hipótesis de trabajo” que mejor convenga a la unidad interna. En otras palabras, suponer algo que nos ponga a resguardo de la contradicción sea que se trate del día o de la noche, del verano o del invierno.

Asistencia o acompañamiento. Aunque la reconciliación no lo exija, la eventual asistencia o acompañamiento de personas capaces es un apoyo y ayuda de interés. Por ejemplo, para eventuales trabajos de catarsis o transferencia, simplemente para escucharnos o para ofrecer alguna sugerencia, etc. Ampliaremos este tema más abajo, cuando veamos el tema de las ayudas externas.

Ahora examinaremos algunos factores de una cierta importancia.

LA COPRESENCIA ATENCIONAL¹⁰²

La copresencia atencional es un factor de la mayor importancia para la reconciliación. Es decir, tanto el conflicto mismo como el intento de su reconciliación no están desvinculados del propio “paisaje interno”. Como se nos ha explicado, el “paisaje interno” y el “paisaje externo” son uno y constituyen nuestra indisoluble visión de la “realidad”.

En ese “paisaje interno”, nuestro viejo “paisaje de formación” coexiste con el nuevo “paisaje” propuesto por las enseñanzas de Silo, y en particular las experiencias profundas y significativas. Entre ambos términos existe una cierta relación de fuerzas a favor de uno u otro. Quizá en algunos aspectos existe coherencia entre ambos, y quizá en otros aspectos no.

¹⁰¹ No conviene desestimar esto ingenuamente, olvidando que la comprensión, por definición, es dato (información) más experiencia del mismo, y que la reflexión informada sobre las prácticas es también parte importante de la experiencia interna. Para ampliar el tema de la experiencia, las prácticas y la reflexión, puede ser de interés ver, entre otras fuentes, el “Libro Blanco”, Encuadramiento doctrinario. I.- Experiencia, Leyes y Método.”, recolección de conferencias, charlas y exposiciones de Trabajos, que se realizaron entre mayo y septiembre de 1974. También, “Charlas con amigos en Drummond, Mendoza, el 4, 5 y 6 de diciembre de 1999”.

¹⁰² Ver “Copresencia atencional”, “imagen del mundo”, Mirada y “mirada”, “Mundo”, “Paisaje de formación”, “Paisaje interno” y “Realidad” en García, F.A. “Terminología de Escuela”.

En todo caso, ese “paisaje interno” estará en juego a la hora de intentar la reconciliación. Con ese “paisaje interno” intentaremos cambiar nuestra “mirada” del conflicto. Al hacerlo, será muy importante que sean las enseñanzas de Silo las que prevalezcan como referencia, como nueva “mirada”. De lo contrario, es posible que los viejos valores y creencias constituyan un impedimento para una reconciliación plena y positiva. Porque incluso puede ser que a la raíz del conflicto a reconciliar se encuentre, por ejemplo, resabios de una “mirada” violenta, cosificadora, y deshumanizante ajena a las enseñanzas de Silo. Quizá nunca la habíamos advertido, y al advertirla y confrontarla con la “mirada” de las enseñanzas de Silo, se haría más fácil desmontarla.

Supongamos, por ejemplo, que el resentimiento tuviera como raíz una supuesta ofensa recibida y percibida (es decir, “mirada”) por el ofendido como afrenta a la condición varonil y merecedora de una “justicia retributiva” sobre el ofensor, consistente en un perjuicio igual o mayor que el supuestamente recibido. Tal resentimiento estaría enraizado en una “mirada” que no es propia de las enseñanzas de Silo. En otros términos, un resentimiento asentado en pseudovalores o antivalores, imagen de sí dependiente y vulnerable, creencia en la “justicia” del castigo y la venganza, compulsiones catárticas, etc.

Cuanto menos comprensión y experiencia se tenga de las enseñanzas de Silo, más difícil o improbable será la reconciliación. Incluso la reconciliación podría ser confundida con la transitoria distensión que se produce con la descarga catártica de tensiones gracias a una revancha o venganza.

De manera que a veces la reconciliación deberá pasar por advertir los presupuestos o creencias de base, cuestionarlos, y eventualmente descartarlos en función de una perspectiva superadora. Estos presupuestos y creencias de base pueden actuar en copresencia, sin que nos apercibamos de ello.

Sabemos que “la conciencia infiere más de lo que percibe”.¹⁰³ Nuestra imagen del “mundo” está constituida por el conjunto de la presencia y la copresencia atencional.

De manera que los temas de reconciliación, como tantos otros, no siempre se hacen evidentes en presencia atencional, sino que operan desde la copresencia.

Por ejemplo, el tema de la finitud de la vida puede operar en copresencia sin ser advertido (apercibido). Más aun, el llamado “olvido funcionar”, por el que la conciencia a veces aísla los temas de conflicto asociados a un excesivo sufrimiento, hace que la presencia atencional esconda o disfrace (por ej., mediante la racionalización) o bien aleje (por ej., fuga) el tema de conflicto. Sin embargo, el sufrimiento asociado al tema de conflicto sigue manifestándose, aunque no haya una clara apercepción de los registros e indicadores de su existencia.

Estos temas de reconciliación que operan de manera copresente podrán ser detectados al ahondar en las fuentes de sufrimiento, buscando su última raíz. Esto puede lograrse de distinta manera. La más practicada es la de la meditación simple, y a menudo basta con ella.¹⁰⁴ Cuando así no sea, tendremos el recurso de las

¹⁰³ Silo. Obras Completas I. Habla Silo. Cartas a mis amigos. Cuarta carta. 6. Imagen, creencia, mirada y paisaje

¹⁰⁴ Ver “Doren, H. Van - Meditación Trascendental”, 1973, Segunda conferencia. Ver “Libro Blanco”, tema “Meditación trascendental”, recolección de conferencias, charlas y exposiciones de Trabajos, que se realizaron entre mayo y septiembre de 1974. Ver “Silo Comentarios sobre meditación el silencio y el guía con miembros de Escuela de Bombay, India. 1980.

“experiencias guiadas”, de la Operativa (catarsis y transferencia). Cuando son correctamente empleadas, estas tienen la virtud, entre otras, de eludir las resistencias de racionalización.

Sin que sea un requisito para la reconciliación, también la incorporación de la atención dirigida como estilo cotidiano es un gran recurso para advertir los trasfondos copresentes (por ej. predialogales) de la mentación cotidiana. El pasaje de la Fuerza también ofrece una posibilidad similar, ya que ambas apuntan a la conciencia de sí.

En todo caso, el hecho de apercibirse de lo que opera desde la copresencia habilita un mejor trabajo sobre los temas de reconciliación.

También hay casos en los que algunas experiencias de cierta importancia interna no sólo ponen en evidencia lo que hasta entonces estaba en copresencia, sino que se resuelven sin mayor esfuerzo como consecuencia en cascada de aquella experiencia.

Por ejemplo, un cambio relativamente rápido y significativo del sentido de vida permite advertir por vez primera algunos aspectos incoherentes o conflictivos de la vida que se llevaba anteriormente, al tiempo que se experimenta una variación tanto en el modo de interpretarlos (o sea, “verlos”) como en la importancia relativa (o “carga”) en el contexto del propio “paisaje interno”.

A veces, incluso la irrupción de hechos desafortunados o dramáticos en nuestro medio ponen de manifiesto o en crisis las copresencias inadvertidas con las que se contaba.

Por último, quien reorienta su vida decididamente hacia la superación del sufrimiento, advertirá con mayor facilidad la falta de reconciliación que se opone como obstáculo, y será menos proclive a ser permisivo con ella. Más específicamente, quien realmente trabaja por la superación del sufrimiento en sí mismo, advierte y no se puede permitir la discriminación, el odio, la enemistad, etc. ya que sus registros son sufrientes.

LA ACTITUD BÁSICA

Nuestra actitud básica; es decir, la actitud de trasfondo general y permanente con la que nos relacionamos con nosotros mismos y con el medio, es un factor de importancia con respecto a la reconciliación. Esta está presente o copresente, tanto en la constitución del conflicto por reconciliar como en el modo de encarar el intento de reconciliación.

Es como una condición o un ámbito mental y emocional preexistente, que tiene puntos en común con la dirección mental, con la forma mental, con los antepredicativos, con los climas permanentes, con los estados internos, etc.

Como ámbito interno condicionante, la actitud básica afecta tanto los conflictos existentes por reconciliar como los posibles conflictos futuros.

Hay un tipo de actitud básica que favorece la reconciliación y otra que la dificulta. Dificultan la reconciliación aquellas actitudes básicas en las que predomina, por ejemplo, una relación con el “mundo” dialéctica, reactiva, confrontativa, catártica, tensa, posesiva, defensiva, controladora, jerárquica, discriminadora, de buscar “culpas” y “culpables”, etc.

En vez, facilitan la reconciliación aquellas actitudes básicas en las que predomina, por ejemplo, una relación con el “mundo” de complementación, de convergencia,

integradora, incluyente, transferencial, distensa, de “soltar”, empática, compasiva, flexible, adaptativa, reflexiva, no discriminadora, etc.

La actitud intencional, y no la actitud dialéctica, ayuda a la reconciliación. La primera es propia de nuestro tipo de pensamiento, y en ella predomina el futuro, el para-qué, la aspiración, lo mejor de uno mismo. La segunda nos es ajena, y en ella predomina el porqué, el pasado, lo antagónico, el desquite, lo reactivo. La primera es más fuerte, en el sentido de fuerza interna, que la segunda. Por ejemplo, la no violencia es más fuerte que la violencia. La violencia interna es fruto de la debilidad y vulnerabilidad interna.

No es sencillo cambiar actitud básica de manera abrupta y voluntarística: generalmente, este cambio es fruto del trabajo interno sostenido. Sin embargo, es posible e importante tomar conciencia de las características de la propia actitud básica y tenerlas en cuenta a la hora de acometer la reconciliación.¹⁰⁵

Nuestra actitud básica es, por así decir, parte integral de la ecuación conflicto-reconciliación, y como tal no debiera ser soslayada.

Algunas “culturas” psicológicas o espirituales tienen sus actitudes básicas frente al sufrimiento. Por ejemplo, las hay que lo consideran un “merecido” castigo por nuestros “pecados”, de los que hay que arrepentirse y sumisamente implorar perdón ante alguna “autoridad competente”. En otras, el sufrimiento es una suerte de “deuda” pendiente que, por supuestos “pecados” cometidos en supuestas vidas anteriores y que debemos resignarnos a pagar en los términos y condiciones establecidos.

Como sabemos, nuestra “cultura” psicológica es bien otra y a esta le corresponden actitudes diferentes. Por ejemplo, hace mucho tiempo, alguien sintetizó en tres características una actitud conveniente para afrontar el sufrimiento; esta es, que sea una actitud irreverente, lúdica y deportiva.

Irreverente¹⁰⁶: de rebelión, de no sumisión, sin humillante respeto, etc. Permite emplazarse desde una posición mental más fuerte, desafiante, proactiva, no genuflexa, etc.

Lúdica¹⁰⁷: no de pesadez solemne, sino un espíritu de gusto y disposición al “juego”, la diversión, etc. Permite “exorcizar”, desdramatizar, alivianar, incluso ver el lado ridículo, humorístico, interesante, etc.

Deportiva¹⁰⁸: de disposición a acometer y vencer resistencias, de entrenamiento, de competencia, de superación de límites, etc. Permite ver la adversidad con óptica de oportunidades de fortalecimiento interno, de aprendizaje, etc.

Una actitud de este tipo, o similar, ayuda a reconocer la necesidad y conveniencia de reconciliación, a desestimar la fuga como falsa solución, y a acometer el trabajo de reconciliación como una favorable oportunidad de cambio, y no como amenaza a evitar. De este modo no se actuará desde la desesperación, abandonando la reflexión, y demás actitudes que no harían sino impedir la reconciliación y quizá acarrear mayores dificultades.

¹⁰⁵ Para ampliar este punto, ver Notas sobre la convergencia de la diversidad. Nota 1: La actitud intencional y la actitud dialéctica, en García, Fernando A., “La convergencia de la diversidad – un paradigma de los nuevos tiempos”, Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, octubre 2013.

¹⁰⁶ Contrario a la reverencia o respeto debido.

¹⁰⁷ Perteneciente o relativo al juego.

¹⁰⁸ Deportividad: Actitud de quien acepta de buen grado una situación adversa.

EL NIVEL DE TRABAJO DE LA CONCIENCIA¹⁰⁹

Los distintos niveles de trabajo de la conciencia son caracterizados, entre otros, por el mayor o menor funcionamiento de los mecanismos de reversibilidad. Así, aumenta o disminuye la capacidad de dirigir la atención, de apercepción y evocación, de crítica y autocrítica, etc.¹¹⁰

A mayor nivel de trabajo de la conciencia, menor poder sugestivo de climas, tensiones, compulsiones, creencias, etc. O sea, menor poder sugestivo de las raíces de nuestro conflicto por reconciliar.

Reconciliar supone una estructuración diferente de la “realidad” que construimos. El trabajo de reconciliación supone advertir, comprender y modificar un tipo de “realidad” sufriente para configurar otra “realidad” no sufriente. En otras palabras, de advertir, comprender, modificar y reinterpretar significados.

En algún momento del proceso de reconciliación, será necesario disponer del mejor nivel de trabajo de nuestra conciencia; es decir, de la mejor lucidez.

Sería un error de procedimiento y un impedimento acometer esos momentos desde la condición mental y emocional de una vigilia ordinaria tensa y climática, desde la ensoñación, la introspección, el “ruido” mental, etc.

A una mejor condición de conciencia apuntan nuestros trabajos, entre ellos “el pasaje de la Fuerza”. *“En todo caso importante será la experimentación de la ampliación de la conciencia uno de cuyos indicadores deberá ser una mayor lucidez y disposición para comprender lo que ocurre.”*¹¹¹

Este factor es de gran importancia a la hora de comprender y reinterpretar el tema de reconciliación. Y esta comprensión y reinterpretación influirán sobre la profundidad y las consecuencias de la reconciliación.

Volveremos sobre esta condición de la conciencia cuando veamos los distintos momentos del proceso de reconciliación.

LA MOVILIDAD Y DINÁMICA DE LAS “IMÁGENES”

La reconciliación consiste en modificar las “imágenes”¹¹², referidas al tema que deseamos reconciliar. Por lo tanto, la capacidad de reconciliación se basa en la movilidad de “imágenes”, ya que las “miradas” de conflicto o de reconciliación suponen “imágenes” diferentes con perspectivas diferentes. Al variar el “punto de vista” varía el “objeto”. Es como decir que, al variar el punto de vista varía la “realidad”. De modo que tendremos que desestabilizar el punto de vista instalado con el conflicto y reemplazarlo por un punto de vista reconciliador.

Estamos considerando el factor de la llamada “**dinámica de la imagen**”¹¹³, de la que se ocupan algunas experiencias guiadas (ver Anexo 3).

¹⁰⁹ Para profundizar, ver “Transcripción textual de cintas retiro de Farellones (Chile), 10, 11 y 12 de enero de 1991”.

¹¹⁰ García, Fernando A., “Terminología de Escuela”.

¹¹¹ Silo. Obras Completas I. Humanizar la tierra. La mirada interna. XV. La experiencia de paz Y el pasaje de la fuerza. 6

¹¹² En sentido amplio y no solo visual, como respuesta compensatoria de la conciencia coordinador.

¹¹³ Es de interés ver también la Conversación de Silo con Enrique Nassar sobre “Ideas e imágenes” del 18/04/97 en la que toca el tema de la diferencia entre unas y otras, y de la “dinámica de imágenes”.

Tal dinámica está en estrecha relación con el funcionamiento de los centros de respuesta, funcionamiento que se verifica, se modifica y se mejora con las prácticas sicofísicas.¹¹⁴

EL TRABAJO DE LOS CENTROS DE RESPUESTA

El modo en que trabajan nuestros centros de respuesta puede constituir una resistencia a la dinámica de la imagen y, por lo tanto, para la reconciliación. Es decir, la ausencia de grabaciones en algunos de ellos, en sus partes y subpartes; la sobrecarga o ausencia de carga en los mismos, que como sabemos actúan en estructura.

Como en la reconciliación entra en juego la movilidad de imágenes, sería conveniente poder disponer de los centros de respuesta.

Cuando hablamos de “imágenes”, lo hacemos en sentido amplio, como pertenecientes a todos los sentidos externos e internos.

Hablando de cambios en el pensar, sentir y actuar para lograr la reconciliación, hablamos de “imágenes” en el sentido de estructuraciones propias de la conciencia-coordinador para dar respuesta. Son “imágenes”-respuesta.

De manera que algunas prácticas sicofísicas podrían colaborar para facilitar la reconciliación que nos proponemos. Por ejemplo, la modificación de los hábitos emotivos que pudieran estar a la base de la actitud básica.¹¹⁵

Para ilustrar, tomaremos dos párrafos significativos que hacen a los procedimientos de reconciliación:

“De acuerdo a lo dicho, cuando se pone atención intelectual a una emoción, ésta debe enlentecerse y cuando se hace lo mismo con un movimiento corporal, debe suceder otro tanto. En la práctica no es tan simple, ya que como veremos más adelante, son los centros “inferiores” los que suelen gobernar a los “superiores” y no a la inversa. En ese sentido, más fácil es modificar emociones por cambios motrices (centro inferior con respecto al emotivo), que hacerlo desde el intelecto. También sucede que las emociones negativas, bloquean al centro intelectual en su trabajo y lo dinamizan cuando aquéllas son positivas.”¹¹⁶

Tener presente el funcionamiento de los centros nos permite evitar algunos errores frecuentes de procedimiento para reconciliar. Por ejemplo, no atender a la condición emotiva para intentar la reconciliación o equivocar el modo de lograr tal condición. Aquí vemos la inconveniencia de recurrir a inútiles “voluntarismos” o una introspección de tipo psicoanalítico en una situación interna en que el funcionamiento del centro intelectual está fuertemente condicionado por intensos climas emotivos. Entonces, la racionalización a menudo servirá a eludir sin vencer las necesarias resistencias que hay que advertir y superar para lograr la reconciliación.

“Los centros superiores sólo pueden actuar sobre los inferiores, por sus partes motrices. Por ejemplo, las ideas abstractas no pueden movilizar al centro emotivo

¹¹⁴ Ammann, Luis A. Autoliberación. Primera parte: Mejoramiento conductual. Prácticas sicofísicas.

¹¹⁵ En particular, ver Ammann, Luis A. Autoliberación. Primera parte: Mejoramiento conductual. Prácticas sicofísicas. Lección 4. Serie 8. Parte emotiva del centro emotivo.

¹¹⁶ Íbid. Lección 4 Características del trabajo de los centros. Centro emotivo.

*o al motriz. En cambio, las “imágenes” pueden activar emociones, movimientos corporales y a veces producir modificaciones vegetativas.”*¹¹⁷

Esto refuerza el concepto anterior, al par que fundamenta los trabajos con experiencias guiadas y prácticas de Operativa.

ALGUNAS RESISTENCIAS FRECUENTES

Generalidades

Sin reconciliación hay una falta de movilidad de imágenes, un detenimiento en el fluir de los tiempos de consciencia, una fijación de la energía psíquica, menor capacidad de adaptación creciente, etc. Y estos que son indicadores, son también resistencias para la reconciliación. Paradójicamente, toda forma de violencia interna preexistente evidencia el conflicto, pero también constituye un factor de resistencia a la reconciliación.

Sin embargo, en este campo ninguna resistencia es insuperable. Para lograr la reconciliación, hay algunas impericias a evitar. En general, hay varias dificultades frecuentes y conocidas: la **fuga** ante el conflicto, la **introspección**, la **racionalización** (propia del psicoanálisis), el **reduccionismo**, la **confusión de registros**, el **voluntarismo**, el **psicologismo**, etc.¹¹⁸ Ya vimos la **actitud básica**, que puede ser un factor positivo o resultar una resistencia, según el caso.

La racionalización también incluye el **confundir “entender” con “comprender”** (dato más experiencia del dato). Se ilusiona creyendo que se supera aquello sobre lo que se está informado, o se le da un nombre, o simplemente aquello sobre lo que se tiene una opinión. Esto depara no pocas “sorpresas” y desilusiones.

Existe el llamado “**olvido funcional**”, por el que la conciencia protege su equilibrio o integridad haciendo que el nudo de conflicto sea encapsulado por el olvido. No se advierte o recuerda aquello que hace sufrir de manera intolerable o no manejable. Las técnicas como la catarsis profunda o las transferencias pueden poner en evidencia esa “zonas vacías” de nuestro “mundo interno”. A veces se advierten indirectamente gracias a los olvidos significativos, fuertes resistencias, interrupciones de secuencias, desvíos repetitivos, “rebotes” de nivel, etc.

El sufrimiento, y lo no reconciliado en particular, ocasionan una cierta pérdida de reversibilidad de la conciencia. De manera que otra dificultad a superar es la racionalización como **fuga** ante aquello que hace sufrir, que no se puede comprender ni manejar.¹¹⁹ La racionalización elude resistencias y suele disociarse de los registros. A veces, la racionalización trata de justificar la no reconciliación, intentando glorificarla y justificarla;

Para superarla hay que apelar, entre otros, a técnicas que ayuden a sortear estas resistencias gracias, por ejemplo, a la alegorización en semi-sueño activo (experiencias guiadas, transferencias, etc.).

¹¹⁷ Ammann, Luis A. Autoliberación. Primera parte: Mejoramiento conductual. Prácticas sicofísicas. Lección 4 Lección 4 Características del trabajo de los centros. Centro emotivo.

¹¹⁸ Para ampliar sobre estos temas, ver “Fracaso y cambio”. (relato e interpretación de experiencia, García, F.A. Centro de Estudios – Parques de Estudio y Reflexión – Punta de Vacas, diciembre de 2016.

¹¹⁹ “*Debemos liberar la dinámica de imagen y quitar las racionalizaciones que impidan un fluido desarrollo.*” Silo – Obras Completas Vol. I. Habla Silo. II. Presentación de libros, Experiencias guiadas, El Ateneo. Madrid, España, 3 de noviembre de 1989.

Asimismo, el recuerdo o la interpretación de los hechos, las situaciones y circunstancias referidas a la reconciliación pueden cambiar y distorsionarse. La distorsión se puede deber a varios factores; entre ellos, el estado alterado que produce el sufrimiento mismo, tensiones y climas ocasionales o permanentes, información errada sobre lo que se sabe, razonamiento errado, creencias y valores infundados o negativos, perspectiva única y fija, enredos de introspección y racionalización, dependencia psicológica de una “mirada externa”, etc. Tal distorsión puede producirse con posterioridad, durante o antes de los hechos y las circunstancias que son objeto de la reconciliación.

La economía psíquica se detiene y perjudica cuando ante un evento psicológico negativo (sufriente) y desestabilizante de la conciencia ésta no logra elaborar una respuesta adecuada. En otros términos, cuando se experimenta lo que vulgarmente se llama “impotencia”. La posición de “víctima” del evento dificulta la integración del evento en términos evolutivos. Esta posición deriva fácilmente en consideraciones de “culpabilidad” propia o ajena que no ayudan a su superación. De manera que uno de los factores de resolución del conflicto será dar una respuesta interna que implique salir de la impotencia, la victimización y la culpabilización. Se requiere una variación de perspectiva que implique ejercicio de intencionalidad y libertad de opción frente al evento. Esta variación de perspectiva tendrá que modificar la interpretación del evento, es decir la “mirada” del evento.

Breve nota sobre las culpas y el culpar

El **sentimiento de culpa** y su **arrepentimiento culposo** son contraproducentes y no son necesarios para la reconciliación, Son propios de una forma mental ajena a la nuestra, que puede actuar desde el paisaje de formación o desde el medio en que se vive. No es lo mismo que reconocer la responsabilidad y la inconveniencia de la violencia interna que acompaña la falta de reconciliación delatada por los propios registros.¹²⁰

Otra resistencia de importancia para la reconciliación es, por una parte, la incapacidad de advertir las **creencias** que operan a la raíz del conflicto y, por otra, la incapacidad de cuestionar, modificar o superar tales creencias si resultaran contraproducentes.¹²¹

Por ejemplo, la creencia que uno mismo o los demás eligen libremente, podría ser un obstáculo para la reconciliación. La libertad de opción es siempre entre condiciones, no absoluta o irrestricta. Esto ayuda a ponderar el tema en cuestión.¹²²

¹²⁰ “Una vida nueva no se basa en la destrucción de los “pecados” anteriores sino en su reconocimiento, de modo que resulte clara en adelante la inconveniencia de aquellos errores.” Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. El Paisaje Interno, IX. Contradicción y Unidad, 18.

¹²¹ Reconciliar los medios que usamos con los fines que nos proponemos es también reconciliación. Es otra forma de reconciliar lo que se hace con lo que se piensa y siente. Por ejemplo, el personalizar las formas de violencia que rechazamos. El oponerse a las formas de violencia no implica ni justifica el odiar, promover o el gozar del perjuicio de las personas violentas disfrazando el revanchismo o la venganza. Es decir, por muy noble que fuera, ninguna razón justifica o valida los registros violentos, ni de unos u otros los miembros de los bandos opuestos. Si se creyera lo contrario, habrá que rever cómo se ha entendido tal razón y su implementación. La historia está llena de bandos que creyeron justificar su violencia sentida o ejercida. Es una forma miope que cree combatir la enfermedad odiando o eliminando a los afectados por la enfermedad. No funciona aquello de “muerto el perro se acabó la rabia”. Es un error psicológico y doctrinario. Los “enemigos” son las múltiples reencarnaciones circunstanciales y reemplazables de una forma mental violenta y deshumanizante.

¹²² Ver su aplicación en experiencias guiadas como “El gran error”, “La Nostalgia”, etc.

El atribuirse a uno mismo o atribuir a otros “culpas” (como tales) hunden sus raíces en formas mentales naturalizadas que son propias del trasfondo psicosocial de algunas culturas. En esto se basa un caso frecuente de confusión de registros¹²³ que pone resistencias a la reconciliación personal, interpersonal y psicosocial.

Una fundamentación de la refutación de la “culpa”, la distinción entre “culpa” y “responsabilidad”, y demás, nos desviaría del interés predominantemente operativo de este escrito. De modo que aquí solo ofreceremos unas pocas citas bibliográficas que pueden ser una ayuda para orientar la reflexión durante el trabajo de reconciliación.

*“Aprende bien lo que voy a decirte: no hay hombres buenos ni hombres malos. Donde no hay libertad no hay bien ni mal, todo sucede a pesar del hombre. Entiende que no eres libre ni en el momento de tu nacimiento, ni cuando amas, ni en el momento de tu muerte. Me has dicho que conociste a alguien que eligió su muerte y yo te digo que su enfermedad eligió por él.”*¹²⁴

*“Yo te perdono y me perdono, porque si el mundo baila alrededor y nosotros bailamos, qué podemos hacer por las férreas promesas que fueron mariposas de colores cambiantes.”*¹²⁵

*“Deja, por primera vez en la historia, de buscar culpables. Unos y otros son responsables de lo que hicieron, pero nadie es culpable de lo que sucedió. Ojalá en este juicio universal se pueda declarar: “no hay culpables”, y se establezca como obligación moral para cada ser humano, reconciliarse con su propio pasado. Esto empezará aquí hoy en ti y serás responsable de que esto continúe entre aquellos que te rodean, así hasta llegar al último rincón de la Tierra.”*¹²⁶

“2. Antiguamente se culpaba a demonios y brujos por toda plaga que azotaba a las regiones. Pero, con el tiempo, el avance de la ciencia hizo más por los acusadores y acusados que el milenarismo clamor irresponsable. ¿En qué bando hubieras comprometido tu opinión? Tanto del lado de los puros como del lado de los réprobos, hubieras enzarzado sólo tu torpeza.

*3. Aún hoy, cuando buscas a los culpables de tus desgracias, te sumas a la larga cadena de la superstición. Reflexiona, por tanto, antes de levantar tu dedo porque tal vez el accidente o, en otros casos, la proyección de tus contradicciones provocaron los tristes desenlaces.”*¹²⁷

*“11. No importa en qué bando te hayan puesto los acontecimientos, lo que importa es que comprendas que tú no has elegido ningún bando.”*¹²⁸

“20. Debes ser muy claro en esto: tú no estás en guerra contigo mismo. Empezarás a tratarte como un amigo con el que hay que reconciliarse, porque

¹²³ En breve, es confundir el registro del fenómeno con la interpretación (errónea) del mismo; o sea, no distinguir entre uno y otro. Para profundizar, ver en García, Fernando A., “Terminología de Escuela”. En Introducción. “La confusión de registros”, y también el término “Confusión de registro”.

¹²⁴ Silo en H. Van Doren. Silo y la liberación. Arengas, Diálogos y Conferencias (enero/octubre 1969. Arenga del mar. 21 de enero de 1969

¹²⁵ Silo. Obras Completas Vol. I. Experiencias Guiadas. Primera parte: narraciones. IV. La nostalgia.

¹²⁶ Silo. Obras Completas Vol. I. Habla Silo. I. Opiniones, comentarios y participación en actos públicos. Acto público, Pabellón de los Deportes. Madrid, España. 27 de septiembre de 1981

¹²⁷ Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. El Paisaje Interno, XI. Proyección del paisaje interno

¹²⁸ Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. La Mirada Interna. XIII. Los Principios.

Luego de la ampliación anterior, y retomando las generalidades, observamos que otras creencias, **valores o antepredicativos no advertidos** pueden dificultar o impedir la reconciliación. Están incorporados en el "paisaje de formación" o provienen del medio, y su carácter las hace incompatibles con la reconciliación.

Por ejemplo, ciertas nociones de lo que es "justo" o "injusto", lo "normal" o "anormal", lo "natural" o "innatural", lo "posible" o "imposible", etc. Muchas nociones intrínsecamente violentas como, por ejemplo, la cosificación de uno mismo u otros, son naturalizadas, banalizadas, y caen en un punto ciego de ceguera cognitiva.

Toda reconciliación implica algún tipo de cambio, y **la resistencia al cambio** es un obstáculo para lograr la reconciliación.

Otra resistencia que a veces se presenta para la reconciliación de normales conflictos de relación es el **victimismo**, una suerte de infundada auto-absolución de responsabilidades en los hechos. En algún sentido es el opuesto del sentimiento de culpa; es decir, que quien sufre no se incluye en la ecuación, no ve a sí mismo como parte activa en la génesis y conservación del sufrimiento, y tiende así a considerar solo agentes externos, incluso depositando en ellos su resolución. Es parte del **estrechamiento de visión y pérdida de reversibilidad**. El sufriente se auto-compadece y concibe a sí mismo como víctima de una "injusticia" (o algo parecido) y demora en considerar la posibilidad de que algo tiene que ver (y qué hacer) con su "paisaje" sufriente.

A veces el victimismo se asocia fácilmente con el error de **buscar "culpables"** para consolidar el victimismo y cerrar así las cadenas que impidan la reconciliación.

El **apego al sufrimiento** interpretado y asumido como valor del que se obtienen "beneficios". Por ejemplo, el apego a la propia imagen de sí como persona sufriente, como "víctima inocente e impotente", que "merece" o "exige" ser apreciada, considerada y, de algún modo, "recompensada" por ser "portadora" de sufrimiento. Aquí no es el caso de discutir la "verdad" o "falsedad" de hechos, responsabilidades y circunstancias, sino de apercibirse y librarse de tal apego que constituye un impedimento para superar el sufrimiento.

Un punto de inflexión en el proceso de reconciliación es comenzar por reconocer y admitir que se tiene un tema no reconciliado. Alguien podría no querer reconciliarse por **confusión del significado y el alcance de la reconciliación**, confundiéndola con olvido, perdón, retractarse, etc. Puede suceder que alguien crea o sienta que, si se reconcilia, no se hace "justicia" en el mundo y esto constituye una claudicación y un agravio para sí mismo u otros. Por ello hay que disociar la reconciliación (como experiencia interna) de nociones de justicia retributiva en el mundo.

Por otra parte, una **perspectiva de vida** basada en el "recibir" y su correlato, la **ausencia de un Sentido trascendente** de la vida, son dificultades generales y de fondo.

Otra resistencia (y error de procedimiento) es querer hacer desaparecer, minimizar, degradar o, por último, **eliminar lo desestabilizante**. Este factor desestabilizante, que genera el conflicto, varía según el tema no reconciliado. Puede ser una persona, un conjunto, un hecho, un recuerdo, un sentimiento, una sensación, un

¹²⁹ Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. El Paisaje Interno, IX. Contradicción y Unidad,

temor, etc. No se lo ha podido aislar con el “olvido funcional”, pero tampoco asumir como algo a resolver.

A veces la resistencia reside en suponer que para la reconciliación es necesaria o indispensable alguna **relación perceptual** con las personas o lugares en cuestión, por ejemplo. Esta también es una confusión del significado de la reconciliación y una confusión de “espacios”. La reconciliación opera en el espacio de representación (mundo “interno”), con independencia del espacio de percepción (mundo “externo”). Es decir, se trabaja con la representación que se tiene de todo lo referido al conflicto ya que, precisamente, eso es lo que hay que cambiar para reconciliar. Así operan, entre otros, las experiencias guiadas y las Ceremonias¹³⁰. Esto no quita que, a posteriori, a la reconciliación puedan seguirle consecuencias en el mundo “externo”.

Argumentos transferenciales y argumentos catárticos.

Los temas en los que se advierte la necesidad de reconciliación surgen en ciertos “paisajes” configurados por “miradas”. Esas “miradas” son reveladas durante el trabajo de reconciliación y constituyen una clave para la resolución.

En las “paisajes” configurados por “miradas” hay “climas”. Un “clima” es el trasfondo emotivo donde, cayendo en ese campo, cualquier “objeto” (tema) toma las características de ese trasfondo o estado de ánimo.¹³¹

¿Cómo advertimos los climas? Lo hacemos gracias a los “argumentos”.¹³² Es decir, en nuestro “paisaje” a reconciliar hay una suerte de cuento, un relato, un hilo conductor que va hilvanando las imágenes, y armando las situaciones y escenas en función de un cierto desarrollo, de la trama de una historia.

Asimismo, se advierten argumentos en los sueños, ensueños secundarios y primarios que se despliegan basados en el núcleo de ensueño. En las creencias, los mitos, las formas mentales, los núcleos de ideación, e incluso en el pensamiento racional se advierten trasfondos, es decir, argumentos. Los antepredicativos o predialogales también tienen sus argumentos.

Los argumentos muestran el clima emotivo con que se desarrolla la escena (“paisaje”).

A los efectos de la reconciliación en nuestro “paisaje”, nos interesa distinguir dos tipos principales de argumentos: a) los **argumentos catárticos** son aquellos en que el sujeto experimenta descargas y alivios de tensiones. Habitualmente están relacionados con la risa, el llanto, la confrontación agresiva y el acto amoroso; y b) los **argumentos transferenciales** son aquellos en los que el sujeto experimenta una positiva transformación, un cambio de enfoque o de “sentido”, luego de realizados.

Los indicadores de la Acción Válida están presentes en los argumentos transferenciales y están ausentes en los catárticos.

Resumiendo: el trabajo para identificar y describir los argumentos, climas y tensiones del “paisaje” que deseamos reconciliar, nos permite obtener una mejor comprensión y, por lo tanto, una mejor resolución.

¹³⁰ Silo. El Mensaje de Silo. Ceremonias. Ulrica Ediciones, Rosario (Argentina), 2007

¹³¹ Ammann, Luis A. Autoliberación. Vocabulario. Clima.

¹³² García, Fernando A. “Terminología de Escuela”. Argumento.

¿Cómo obtenemos una buena visión de nuestro “paisaje”? En el momento oportuno, y de manera simple, mediante una profunda reflexión, lúcida y calma, basada en **registros**, en la que el tema de reconciliación sea expuesto (y descrito) cabalmente en sus distintas características.

A veces, los intensos climas y tensiones podrían impedir tal “disposición para comprender”. Por lo tanto, quizá sería necesario apelar a alguna forma de catarsis de una cierta profundidad para, posteriormente, poder recopilar la “materia prima” que haya surgido y quedar en buenas condiciones de meditar adecuadamente.

Como sea, nos va a interesar operar una variación de “mirada” tal, que modifique nuestro “paisaje” referido al tema de manera que obtengamos un clima positivo gracias a un argumento transferencial.

Según ciertos factores, este proceso puede ser relativamente veloz, o bien requerir varios intentos hasta lograrlo.

Algunos factores que facilitan la reconciliación

Si tuviera que sintetizar en un solo factor determinante aquello que facilita la reconciliación, no dudaría en afirmar que es una vida efectivamente organizada y orientada alrededor de un **Sentido trascendente de vida**.¹³³

Esto significa mucho más que una simple adhesión por afinidad o gusto, como se puede adherir a tantas otras cosas sin que por ello se modifique mayormente lo que pensamos, sentimos y hacemos en la vida cotidiana, sin reorganizar la dirección, la actividad y la situación existencial en función de un Sentido tal.

Esto significa una **conversión de vida**,¹³⁴ y sobre esto volveremos más abajo al considerar el tema de la reconciliación como experiencia espiritual profunda. En tal caso, las reconciliaciones necesarias serían de un tipo diferente en más de un aspecto.

Cualquiera sea la situación en que uno se encuentre al respecto, y dando por sentado que lo compartimos, sería de mucha ayuda y relevante para la reconciliación, ubicar nuestra postura existencial respecto al *“reconocimiento de que no todo termina con la muerte, o lo que es igual, de la trascendencia más allá de la muerte”*¹³⁵

Algunos otros factores positivos ya fueron incluidos más arriba, en **los temas del conocimiento, la comprensión y la experiencia que se tengan de las enseñanzas de Silo, de la asistencia o acompañamiento disponibles, de la copresencia atencional, de la actitud básica, el nivel de trabajo de la conciencia, la movilidad y dinámica de las “imágenes”, y el trabajo de los centros de respuesta**. Son todos factores positivos en la medida en que sean adecuados y se disponga de ellos para el trabajo de reconciliación.

Más abajo veremos el tema de la **Instancia psíquica** en que nos encontramos con respecto al tema a reconciliar, como factor que facilita o dificulta el trabajo.

¹³³ “...queda hoy demostrado que los problemas fundamentales del ser humano deben ser resueltos teniendo como objetivo la intención que trasciende al objeto...”. Silo. Obras Completas Vol. I. Humanizar la tierra. El paisaje humano. V. Distancia que impone el paisaje humano. 3

¹³⁴ “Todo lo hecho hasta este momento tiene gran sentido, pero no bastará hasta que la gente (aún la más amable y bondadosa) se decida por Convertir su vida advirtiendo la necesidad de un cambio mental profundo. Es de eso, de lo que habla nuestro trabajo en su última fase; es de eso de lo que habla el Mensaje.” Silo. Carta a David. Mendoza, 14/01/2008.

¹³⁵ Ver “El Libro de La Comunidad (para el desarrollo humano)”, 2009, Notas ampliatorias, 8.

Ampliaremos ahora otro importante factor general de ayuda que podría ser obviado o darse por sobreentendido sin prestarle mayor atención.

La capacidad de “soltar”

“Nosotros definimos nuestro Trabajo no como de mano llena, sino como de mano vacía. Ustedes saben cómo se cazan algunos monos: se coloca arroz en un tronco de un árbol con un orificio pequeño, entonces el mono mete la mano en el agujero, toma el arroz y entonces no puede sacar la mano, él ve que lo van a cazar, pero no quiere soltar lo que tiene en la mano. El mono sufre una gran contradicción.” ... “Parece que se logran cosas haciendo el vacío y no llenándolo.” ... “De manera que procedemos con la mano vacía” ..^{136 137}

La necesidad de reconciliación es un indicador de sufrimiento. El deseo posesivo está en la base del sufrimiento. En su conjunto, los registros de tensión y violencia interna son indicadores del deseo posesivo. Hay algo que quien sufre está aferrando, y más sufre cuanto más lo aferra. Una vez advertida esta resistencia, ese acto de “aferrar” y el “objeto” de posesión que se aferra, y tomada la decisión de superarlo, existe un reconocible acto interno de “soltar”.¹³⁸ Este acto interno unitivo se puede experimentar, identificar sus características, ejercitar, e incorporar como capacidad. Consta básicamente de dos aspectos: de desconectar con la “mirada” a descartar, y de conectar con la nueva “mirada” a adoptar.¹³⁹

Esto es parte del hallar, comprender y superar la última raíz de los conflictos.

Toda reconciliación implica algún modo y grado de “soltar”, y la **resistencia a abandonar la posesión** es un obstáculo para lograr la reconciliación.

Ahora, si nos proponemos “soltar” aquello que se aferra con apego, deberá existir una motivación superior para hacerlo; es decir, un “para qué” más valorado, querido e intenso. Se podría decir que ese “para qué” podría ser, por ejemplo, el dejar de sufrir; pero para ello deberá experimentar que ese “aferrar” es la raíz de su sufrimiento y que ese “soltar” es un acto de liberación del mismo.

Probablemente, algo así comprendió y logró el viajero de la “Arenga de la curación del sufrimiento”.

RECURSOS Y APOYOS OPERATIVOS

A continuación, se propone un conjunto de recursos y apoyos operativos para acometer el trabajo de reconciliación. Se ofrecen como una “caja de herramientas” entre las que cada cual elegirá libremente cuáles usar y cuáles descartar. El orden de presentación no indica que forzosamente esa sea la secuencia a seguir.

Dada la diversidad de casos específicos de temas para reconciliar, se comprenderá que la descripción de procedimientos y recursos no puede ser más detallada, Lo mismo sucede con los posibles ejemplos que pudieran darse. En este sentido, ya las experiencias guiadas nos ofrecen un repertorio amplio de ejemplos de temas y procedimientos específicos.

¹³⁶ Silo. Charla de Londres, 15 mayo, 1975.

¹³⁷ Ver el mismo ejemplo en Silo. Libro de Escuela. Canarias 1976. Día 20. El sufrimiento.

¹³⁸ Por ejemplo, algo así es necesario en la experiencia guiada “Las falsas esperanzas” o al rechazar “el apego a los recuerdos” en “La guía del camino interno”.

¹³⁹ Puede ayudar ver, Ammann, Luis A. Autoliberación. Primera parte: Mejoramiento conductual. Prácticas sicofísicas. Lección 4. Características del trabajo de los centros. Centro emotivo. Serie 7. Parte motriz del centro emotivo.

Cada lector, según su caso específico de reconciliación a lograr, irá adoptando o descartando los recursos que juzgue oportunos. Lo mismo vale para la secuencia que elija para ordenar y practicar los recursos elegidos.

El modelo de las experiencias guiadas

En el momento de seleccionar los recursos y apoyos operativos aquí sugeridos y de ordenarlos en secuencia, convendrá tener alguna referencia para hacerlo de una manera correcta. Como ejemplo, tomemos las palabras de Silo referidas a la construcción de las experiencias guiadas, que son casos de procedimientos modelo de reconciliación.

“El esquema constructivo de las Experiencias guiadas, es el siguiente: 1.- Entrada y ambientación; 2.- aumento de la tensión; 3.- representación de núcleos psicológicos problemáticos; 4.- desenlace (u opciones de solución a los núcleos-problema); 5.- disminución de la tensión y 6.- salida no abrupta, generalmente desandando etapas anteriores. Esto último permite obtener una suerte de síntesis de toda la Experiencia.

Los asteriscos () marcan intervalos oportunos para elaborar las propias imágenes”*
140

Esto coincide con las técnicas de Operativa, que en las transferencias y autotransferencias, trabajan con los casos aun más específicos de cada individuo.

Ahora describiremos brevemente algunos recursos y apoyos operativos.

1) Predisponer las condiciones internas y externas (ámbito interno y ámbito externo):

Condiciones internas: Relajación que, según el trabajo o prácticas específicas a realizar, será físico, emotivo, mental, o una combinación de ellos.¹⁴¹ La respiración completa, las experiencias de paz o de fuerza, la invocación o pedidos al Guía Interno, ejercicios motrices que regulen la emoción, y muchos otros, son recursos de los que disponer según el propio gusto y conveniencia.

Es el momento de lograr predisponerse con nuestra mejor actitud, con apertura a los propios registros, con cercanía y calidez con uno mismo.

Condiciones externas. Ámbito físico adecuado, tiempo a disposición, prevención de interrupciones o distracciones inoportunas, relativo silencio, etc. No deberán faltar las referencias bibliográficas deseadas, elementos para tomar notas verbales o escritas, etc.

Oportunamente, puede ser de interés el cambiar de lugar o ámbito habitual para trabajar y reflexionar como apoyo secundario para “tomar distancia” y favorecer la variación de perspectiva. Es otras palabras, y por ejemplo, alejarse momentáneamente de los lugares y ámbitos condicionantes que están muy asociados al conflicto que se desea reconciliar. Los Parques de Estudio y Reflexión son ámbitos de recomposición psicológica muy adecuados para este u otros propósitos similares.

¹⁴⁰ Silo. Experiencias Guiadas. Notas a Experiencias guiadas. Ver también: Silo. Habla Silo. II. Presentación de libros. Experiencias Guiadas. El Ateneo, Madrid, 3 de noviembre de 1989.

¹⁴¹ Por ejemplo, para algunas prácticas de Operativa o algunas experiencias guiadas no se aconseja el relax interno ya que el registro de climas con los que se desea trabajar.

2) **Aclaración y definición del interés y procedimiento.** Qué se quiere lograr y para qué, cómo hacer, y cómo no hacer. Verbalizar y/o tomar notas.

La aclaración previa del interés de la reconciliación podría parecer algo obvio y descontado. Sin embargo, sabiendo que el sufrimiento implica una disminución de la reversibilidad, de los mecanismos de crítica y autocrítica, no estará de más aclarar el interés del trabajo. De este modo, será más fácil evitar de tomar caminos infructuosos o contraproducentes, como podrían ser el “defender” la imagen de sí, el sentimiento de culpa, el victimismo, los propósitos de olvido o de perdón, etc. Estas definiciones iniciales se irán modificando y precisando a medida que avance el proceso de reconciliación; pero será conveniente dar una dirección mental apropiada como condición de partida.

3) **Seleccionar y predisponer las referencias bibliográficas** preferidas que sean más adecuadas según el tema de reconciliación. Deben proveer la mejor “brújula”, representar las mejores aspiraciones y estándares a los que apuntamos.

4) **Oportunamente, variar el registro del intracuerpo** apelando a la motricidad para modificar la emoción, la respiración completa, etc. Hay quienes sienten y piensan de diferente manera con respecto a cualquier tema según que estén en movimiento o estáticos. Tampoco son de subestimar las diferentes posturas corporales, ya que inducen distintas actitudes o predisposiciones internas. También inciden el sueño y la alimentación. O sea, variar el registro del propio cuerpo facilita lograr modificaciones de la subjetividad. Si una cierta “mirada” del conflicto concommita con un particular registro cenestésico del intracuerpo, el variar tal registro puede traducirse en una mayor facilidad de modificar favorablemente tal “mirada” del conflicto, aunque sea por un corto tiempo, pero suficiente para abrir la posibilidad de reconciliación.¹⁴²

Según el modo que se elija usar, convendría tener en cuenta lo siguiente:

“De acuerdo a lo dicho, cuando se pone atención intelectual a una emoción, ésta debe enlentecerse y cuando se hace lo mismo con un movimiento corporal, debe suceder otro tanto. En la práctica no es tan simple, ya que como veremos más adelante, son los centros “inferiores” los que suelen gobernar a los “superiores” y no a la inversa. En ese sentido, más fácil es modificar emociones por cambios motrices (centro inferior con respecto al emotivo), que hacerlo desde el intelecto. También sucede que las emociones negativas, bloquean al centro intelectual en su trabajo y lo dinamizan cuando aquéllas son positivas.”¹⁴³

“Los centros superiores sólo pueden actuar sobre los inferiores, por sus partes motrices. Por ejemplo, las ideas abstractas no pueden movilizar al centro emotivo o al motriz. En cambio, las imágenes pueden activar emociones, movimientos corporales y a veces producir modificaciones vegetativas.”¹⁴⁴

¹⁴² En un sentido más general, agregamos brevemente que del estado y funcionamiento de la base física del psiquismo —es decir, del intracuerpo— se tienen registros traducidos de diversas maneras. Se puede explicar y comprobar cómo algunos “paisajes” son condicionados por la traducción de ciertos impulsos irritativos, excesivos o incluso ausentes. Esto, que ha sido tratado y ejemplificado en nuestra bibliografía, podría ser un factor de relieve para ponderar algunos casos particulares de “miradas” y “paisajes” por reconciliar. Ver también en Silo. Obra Completas II el Apéndice sobre las “Bases fisiológicas del psiquismo” en Psicología I.

¹⁴³ Ammann, Luis A. Autoliberación. Primera parte: Mejoramiento conductual. Prácticas sicofísicas. Lección 4 Características del trabajo de los centros. Centro emotivo.

¹⁴⁴ *Ibid.*

Este último es el caso de las experiencias guiadas y otros.

5) **Examinar el conflicto en sus distintas facetas y desde diversas perspectivas.** Comunicar con uno mismo como lo haríamos con una persona muy querida que necesita ayuda. La calidad y beneficio de esta comunicación aumentan si se la realiza verbalizando, ya que da un registro diferente de lo solamente pensado o sentido. Este diálogo desde lo mejor de uno mismo puede proceder con oportunas preguntas, observaciones, etc. atendiendo a las respuestas internas (registros) que surgen. Esto requiere hacerlo con amor y compasión verdaderos, con calidez, etc. Es decir, uno “trata también de ponerse en una situación afectiva, emotiva, positiva, de calidez, de reconciliación con uno”. De “...ponerse en esa postura de calidez interna, de cercanía con uno o de acercarse uno a sí mismo. Trata uno de acercarse a sí mismo.”¹⁴⁵ Verbalizar y/o tomar notas.

6) **Advertir la última raíz.** Todo tema por reconciliar implica algún conflicto y, como tal, tiene una “última raíz”. Como sabemos, tal conflicto no desaparecerá hasta que lo comprendamos a la luz de esa última raíz. No podremos hacerlo hasta no haberla identificada, aunque sea mínimamente; aunque sea por una sospecha o intuición, quizá inicialmente vagas, de su existencia y características. La búsqueda de tal raíz no será por especulación, sino por registros. Quizá por eso se dijo, por ejemplo: “... tiene un inequívoco sabor de violencia interna y de traición a ti mismo.” El hallazgo también tendrá sus claros registros de “verdad interna”, de un atisbo de claridad y certeza, de una incipiente “sensación de unidad y acuerdo consigo mismo”.

A partir de este punto de inflexión, la reconciliación no podrá desentenderse de su última raíz, que se constituirá en el foco de todas las reflexiones y demás trabajos posteriores.

El sufrimiento que delata la falta de reconciliación tiene una raíz ilusoria, aunque sus registros no sean ilusorios, sino percepciones cenestésicas (tensiones, dolores varios, malestares corporales, fatiga, etc. Por lo tanto, es necesario advertir las tensiones permanentes o excesivas.

Los climas negativos se manifiestan también por las tensiones o la ausencia de ellas; es decir, por la sobrecarga o por la ausencia de carga energética.

Preguntarse por, y buscar qué es, lo que más molesta, lo que más inquieta, lo que ocasiona tensión, lo que irrita, lo que está asociado a registro posesivo, lo que no estamos dispuestos a “soltar”, lo que desestabiliza, lo compulsivo, lo obsesivo, lo que hace perder reversibilidad, etc.

La búsqueda se hace por registro cenestésico, como al intentar recordar algo olvidado, no por argumentación intelectual. Es decir, se encuentra el registro cenestésico (tenso o sufriente o posesivo) y, luego, si se quiere, se lo pone en palabras que son descriptivas, ni justificativas ni interpretativas.

El sentido interno cenestésico es de gran importancia en el trabajo interno, ya que es el que orienta para la identificación de las fuentes de sufrimiento y da referencia cierta de la unidad o la contradicción.

Describir en términos nuestros simples. Es conveniente no usar términos o conceptos ajenos a las enseñanzas de Silo, y no apelar a explicaciones o descripciones complicadas.

¹⁴⁵ Silo con mensajeros en Quito (Ecuador), 22/10/2006

No entrar en discusión, argumentando o debatiendo con “miradas” externas. No tenemos que defendernos, que justificarnos frente a nada ni nadie. No tenemos que “salvar la imagen de sí”; sólo tenemos que tomar conciencia de la situación interna, y aceptarla por lo que es.

El hallazgo de la raíz del conflicto a reconciliar tiene un indicador muy claro, de “verdad interna”. Es un conjunto de registros de tipo mental, emotivo, y cenestésico de una cierta intensidad. No es de “entender”, sino de “comprender”; o sea, no es un simple dato sino sobre todo una experiencia. De algún modo hay un “reconocimiento”, tomar contacto con algo que reconocemos como ya sabido u oscuramente intuido. Paradójicamente, el hallazgo puede estar acompañado de una cierta alegría, de un cierto sabor a “liberación”, a “resolución”, ahora se ve claramente el origen del conflicto, aunque se haya revelado un aspecto desfavorable de uno mismo.

En tanto los registros sufrientes sigan existiendo, no se ha reconciliado completamente el conflicto a reconciliar. Verbalizar y/o tomar notas.

7) **Describir el conflicto;** es decir, tal cómo se manifiesta (sin interpretar). Por ejemplo, los climas, tensiones y conductas asociados. Verbalizar y/o tomar notas.

Cuando algunos describen sus contradicciones, sus conflictos, etc. a menudo creen que sus climas y tensiones asociados a ellos son “la causa”, el origen de ellos, cuando en realidad son solo los **indicadores emergentes** de una raíz más profunda con la que aún no han tomado contacto aperceptivo, en vez de hacer una errática introspección y análisis teórico intelectual, en el que se intenta adivinar o descubrir lo que les pasa.

Esos “indicadores emergentes” sirven muchas veces de fuga para no ir a la última raíz. Se convierten en racionalizaciones vigílicas que actúan como fuga,

Ejemplo, “mi problema es mi carácter, que me enoja mucho con los estúpidos y cínicos que me cruzo todos los días. Y luego me la paso rumiando mi rencor o mi resentimiento.” Y quizá no se advierte que es, por ejemplo, el emergente de una gran necesidad de autoafirmación, mediante la confrontación, intentando compensar un registro sufriente de minusvalía, de una imagen de sí devaluada frente a sí mismo, alguien o algo.

Este tipo de confusión es muy común en relatos catárticos pragmáticos, en desahogos casuales entre amigos, etc. Es decir, no son verdaderas sesiones de trabajo interno. Con este tipo de relatos erróneamente se cree estar examinando el conflicto o que se está “trabajando” con él.

8) **Advertir las desproporciones explícitas o implícitas.** La desproporción en la “mirada” es una de las características de los conflictos por reconciliar. Por ejemplo, entre aspectos relevantes como podrían ser el “dar” y el “recibir”, la necesidad y el deseo, lo que es problema y lo que es contradicción, lo que es sentido provisorio de vida y lo que es sentido trascendente de vida, el pensar y el sentir, el ensueño y la acción, la impulsividad y la reflexión, el “yo” y “los demás” o el “nosotros”, lo negativo y lo positivo, lo catártico y lo transferencial, etc. Son todas alternativas entre perspectivas e intenciones en juego, y el hecho de advertirlas amplía la visión propia del conflicto, y contribuye a tomar las resoluciones y el camino interno deseados. Cualquiera sea el procedimiento que usemos para esto, será conveniente atender a estas desproporciones, sabiendo que se presentarán resistencias al intentar proporcionar la “mirada”. Aquí veremos algunas sugerencias en tal sentido.

9) Establecer relaciones significativas entre el conflicto y sus manifestaciones en otros tiempos de conciencia: pasado, presente y/o futuro, según el caso. Verbalizar y/o tomar notas.

Por ejemplo, si se trata de un conflicto referido al presente, buscaré sus posibles antecedentes biográficos, o bien cómo este conflicto modifica lo que creo que fue mi pasado. De manera similar, si un conflicto está referido al pasado o al futuro, se buscará de qué manera se relaciona con los otros tiempos de conciencia. Esto contribuye a ampliar la perspectiva y a encontrar relaciones significativas que comenzarán a modificar la “mirada” del conflicto,

10) Advertir y revisar críticamente los presupuestos sobre los que se basa el conflicto. Es decir, en algún momento del proceso de reconciliación se revelan ciertos valores, creencias, prestigios, expectativas, esperanzas, etc. que, no siendo advertidos ni revisados, subyacen dando sustento al conflicto. Verbalizar y/o tomar notas.

11) Extremar la perspectiva conflictiva en intensidad (exagerar) o en proceso futuro, llevándola hasta sus posibles últimas consecuencias. Ejemplos hipotéticos, respondiéndose a preguntas tales como: ¿hacia qué apunta o a dónde va (lo que pienso/siento)?: ¿qué sucedería si no cambio (lo que pienso/siento)? ¿en qué me perjudica mantener el conflicto?, ¿en qué perjudica a otros?, ¿qué sucedería si otros o todos pensarán/sintieran (lo que pienso/siento)?

Se trata de llevar la “lógica” conflictiva del tema a sus últimas consecuencias en cuanto a pensar, sentir y actuar; una suerte de “demostración por el absurdo”; lograr una evidencia de la absurdidad e inconveniencia de la falta de reconciliación, Es también intentar advertir la dirección mental en la que nos lleva y las consecuencias que acarrearía la falta de reconciliación extendida en el tiempo. Verbalizar y/o tomar notas.

12) Expresar sin autocensura lo que se piensa y siente. Es decir, todo lo referido al conflicto tal cual se manifiesta; por ejemplo, en términos del “recibir”, el “para-mí”, el victimismo, el revanchismo, los miedos, las esperanzas, etc. Registros sinceros y crudos. Verbalizar y/o tomar notas.¹⁴⁶

El exceso de tensión al considerar el tema conflictivo dificulta toda operación. La catarsis previa, más o menos profunda según el caso, habilita la posterior reconciliación. La descarga de tensiones facilita la posterior y necesaria movilidad de imágenes y reflexión con respecto al conflicto. Por ejemplo, esto está alegorizado con claridad en la experiencia guiada “El enemigo”.¹⁴⁷

También, a menudo se hacen evidentes las “últimas raíces” o aspectos antes ignorados de los conflictos no reconciliados. Por esto es que es importante, luego de la descarga catártica, reconstruir y describir todo lo que ella expuso y reveló. Esto es material de nuevas reflexiones sobre el tema, reflexiones que ayudarán a cambiar la perspectiva inicial del tema.

¹⁴⁶ Digresión: Un buen recurso (propio de las experiencias guiadas) sería situarse frente a un “espejo mágico” (como el de la reina malvada del cuento de Blanca Nieves) que respondiera a nuestras preguntas y que nos revelara aspectos referidos a nuestro tema de reconciliación. Nada impediría intentarlo con un espejo cualquiera en vigilia, pero la alegorización en semisueño activo ayuda a sortear la racionalización y otras resistencias vigílicas.

¹⁴⁷ Silo. Obras Completas Vol. I. Experiencias Guiadas. El enemigo.

13) **Ampliación de perspectiva. Proporcionar el conflicto en términos de proceso** comparándolo con instancias pasadas, presentes, o con posibles desarrollos futuros del mismo. Verbalizar y/o tomar notas.

Como en el conflicto hay estrechamiento y fijeza de “mirada”, para reconciliar hay que ampliar dicha “mirada”. Por ejemplo, comparar momentos negativos del presente con otros similares del pasado. A menudo, el conflicto que se manifiesta en uno cualquiera de los tiempos de conciencia se reinterpreta al considerarlo en relación a los otros dos tiempos.

14) **Ubicar la Instancia psíquica en que nos encontramos con respecto a la reconciliación:** en general, como aspiración y práctica, y, en particular, con el conflicto específico en cuestión. Es también un modo de ampliar la “mirada”, comprendiendo que la reconciliación también varía según el momento de proceso.¹⁴⁸

15) **Describir en qué circunstancias** el conflicto se manifiesta, se agrava o se debilita; o sea, lugares, personas, situaciones, etc. O sea, se trata de contextos más amplios que el estrictamente ligado al conflicto a reconciliar. Al agregarle contexto al “paisaje” del conflicto, se establecen relaciones que pueden ser muy reveladoras y contribuir a variar la “mirada”.

16) **Ampliación de perspectiva. Comparar el propio conflicto con los conflictos mayores y menores de otros.** A veces la situación personal se proporciona al cotejarla con la situación de otros. El poner en contexto el conflicto ayuda a proporcionarlo, ya que generalmente al estrechar y fijar la “mirada” del mismo este adquiere una dimensión desproporcionada.

17) **Ampliación de perspectiva. Comparar el conflicto con otros conflictos mayores y menores propios.** A veces el tema personal se proporciona al cotejarlo con otros temas que forman parte de nuestro “paisaje interno”. Comparar el conflicto con aspectos positivos, con lo mejor de uno mismo, sea este actual o el que se aspira.

18) **Variación de perspectivas y “miradas” alternativas del conflicto.** Otro aspecto posible de la movilidad de “imágenes” para lograr la reconciliación, es la capacidad de variar la visión de los temas a reconciliar. En algún sentido, es una de las maneras de proceder en los procesos transferenciales de Operativa. Por ejemplo, se varía la perspectiva, se desplaza la atención por la escena, se introducen nuevos aspectos en la escena o se modifican algunos de los existentes, se intentan diferentes acercamientos frente a la resistencia, se varía entre los planos bajo, medio y alto, etc.

A veces, arrastramos o se instala en nuestro “paisaje interno” una perspectiva general negativa. Así, espontáneamente o no tanto, tendemos a ver solamente o bien a agrandar “lo que falta, y no lo que hay”, el “medio vaso vacío” y no el “medio vaso lleno”. Quizá ello un cierto clima con el que nos identificamos, que valoramos, y en el que nos reconocemos.

El origen de esto puede enraizarse en factores biográficos, nuestro paisaje de formación, un ambiente cultural dialéctico, etc. De manera que las reconciliaciones podrían volverse más difíciles por la incapacidad de advertir esa “mirada” negativa de trasfondo y de variarla en función de un cambio necesario.

¹⁴⁸ Ver más abajo el tema “Las instancias psíquicas”.

Por ejemplo, convendría alternar la óptica trágica (pesada, solemne y dramática) con la óptica cómica (liviana, alegre y desacralizante), el “medio vaso vacío” con el “medio vaso lleno”, el lado negativo con el lado positivo, etc. También puede ayudar alternar entre otros pares de “miradas”, como necesidad-deseo, falsas esperanzas-criterio de realidad, ilusiones vigentes-ilusiones caídas, etc. Verbalizar y/o tomar notas.¹⁴⁹

El humor supone un cambio de perspectiva y esta es una movilidad de imágenes. La capacidad de alternar las ópticas trágicas y cómicas, de advertir el lado grotesco o cómico de algo, etc. contribuye a reducir una excesiva carga dramática que impide la reconciliación. No se puede ver el aspecto humorístico de algo si no existe un punto de vista alternativo que lo permita. En una “realidad” en que todo es exclusivamente blanco o negro, los claroscuros no tienen lugar.

19) **Reconocer y enfatizar los aspectos positivos** pasados, presentes o futuros que acompañan o se derivan del conflicto. Verbalizar y/o tomar notas.

20) **Comparar el tema de reconciliación con su opuesto**; Responde a la pregunta: ¿cómo pensaría, sentiría y actuaría alguien que no tuviera este conflicto, que representara mi opuesto? Verbalizar y/o tomar notas.

21) **Intentar variaciones de “distancia”**. Además de las características de “estrechamiento” (por falta de contexto) y de “fijeza” (inmovilidad) de la visión del conflicto, está el factor de la “distancia”. El “acercamiento” o “alejamiento” de puntos de mira para representar una escena conflictiva contribuyen a variar la perspectiva y sus registros, la “mirada”, y así superar las resistencias. Por ejemplo, intentar intuir otras “miradas” alternativas del conflicto, o sea imaginar qué opinarían o cómo vivirían nuestro conflicto otras personas (de diferente cultura, generación, condición, etc.). La última parte de la experiencia guiada “Avances y retrocesos” ejercita tal flexibilidad de variaciones de “distancia”. Verbalizar y/o tomar notas.

22) **Considerar la incidencia de los factores ajenos al control de uno mismo y/o de otros**, como es el caso de los accidentes u otras circunstancias en las que la libertad de opción es poca o nula. Por ejemplo, distinguir con “criterio de realidad” entre lo que es (o fue o sería) cierto o incierto, posible o imposible, probable o improbable. Este puede ser un factor de ponderación de las circunstancias propias del tema a reconciliar y que incide sobre las consideraciones que alimentan la ilusión de “culpas” y “culpables”. También lo será para planificar lo que sea oportuno como consecuencia de la reconciliación. Verbalizar y/o tomar notas.

23) **Advertir los “modelos” (imágenes-guía)** que inciden en el conflicto, condicionando las creencias, valores, conductas, etc. *“Los pensamientos están dirigidos por guías a veces positivos, a veces negativos, a veces confusos. De ellos resultan los tipos de acciones que se generan y se atraen.”*¹⁵⁰ Verbalizar y/o tomar notas.

24) **Advertir las ilusiones (vigentes) involucradas en el conflicto, y el fracaso experimentado, temido o presentido**. A veces los temas a reconciliar implican ilusiones que los alimentan o que ofrecen resistencia al cambio. Por ejemplo, advertir las “falsas esperanzas”. Verbalizar y/o tomar notas.

¹⁴⁹ Pueden ayudar los ejercicios en: Ammann, Luis A. Autoliberación. Primera parte: Mejoramiento conductual. Prácticas sicofísicas. Lección 4. Características del trabajo de los centros. Centro emotivo. Serie 8. Parte emotiva del centro emotivo.

¹⁵⁰ Orientación General, Sobre el Trabajo Interno, Mendoza, 4 de mayo de 1979.

El fracaso como experiencia de caída de la ilusión ayuda a la reconciliación, ya que ciertos conflictos están alimentados por ilusiones. En tanto y en cuanto dichas ilusiones sigan vigentes, será más difícil reconciliar el tema de conflicto en cuestión. Cuando esas ilusiones decaen en su fuerza sugestiva, o bien cuando caen definitivamente, se abre la posibilidad cierta de lograr una reconciliación más profunda. En todo caso, tomar consciencia de las ilusiones vigentes también ayuda a la reconciliación.¹⁵¹

25) **Advertir y examinar lo que, significativamente, no se desea examinar, lo que se evita o se “ignora” (resistencia).** En todo momento del proceso, advertir resistencias significativas, delatadas por el aumento de tensión. Verbalizar y/o tomar notas.

26) **Advertir qué es lo que “defiende”, lo que no se quiere “soltar”.** Agregar también el preguntarse por la raíz posesiva, lo que se está aferrando sin querer soltar y que se reconoce por la tensión y la violencia interna que le acompaña. Es parte importante del comprender el conflicto en su última raíz, Verbalizar y/o tomar notas.

27) **Preguntarse en qué consiste esencialmente el conflicto.** En última reducción, qué es lo peor, lo que más duele, lo que más se teme, etc.; y luego por la raíz última de lo que se identifique como tema central. Verbalizar y/o tomar notas.

28) **Examinar los registros profundos y diferenciarlos** entre registros convenientes e inconvenientes según la dirección mental hacia la reconciliación. Verbalizar y/o tomar notas. Verbalizar y/o tomar notas.

29) **Examinar el conflicto desde el punto de vista de cada uno de Los Principios de la Acción Válida.** Aquí se trata de considerar los propios registros a la luz de la “nueva actitud liberadora de la mente”¹⁵² que sugieren los Principios de la Acción Válida. Estos implican una variación de perspectiva vital que, entre otras características, tiene gran capacidad reconciliatoria. Esto es gracias a que se cambia el punto de vista con que se vive, emplazándolo en los registros de unidad creciente, de mejoramiento interno, de continuidad en el tiempo, en vez de emplazarlo en el deseo posesivo de “objetos” externos, con sus éxitos o fracasos. Si son adoptados como referencia superior, los Principios ofrecen argumentos trascendentes de reconciliación; es decir, trascendentes al acto, a los sentidos provisorios, y a la muerte. Verbalizar y/o tomar notas.

30) **Realizar uno o más pedidos.**, Es muy recomendable hacerlo con el Guía Interno, aunque no sea indispensable. De no tener configurado un Guía Interno, se puede dirigir el pedido a lo más profundo o a lo mejor de uno mismo, u otro destinatario, del tipo que fuere, que resulte más convincente.

Una vez realizado el pedido, con la claridad e intensidad adecuadas, inmediatamente producir el **silencio interno** y darse un tiempo para permitir el trabajo de la copresencia atencional de la conciencia sin ser obstaculizada por el “ruido” que introducen las racionalizaciones, expectativas, y demás.

Dos formas relativamente simples son: a) evocar un silencio interno similar al previo al pasaje de la fuerza; y b) esperar la respuesta al pedido con la calma atención de

¹⁵¹ Para ampliar, ver “Fracaso y cambio”. (relato e interpretación de experiencia, García, F.A. Centro de Estudios – Parques de Estudio y Reflexión – Punta de Vacas, diciembre de 2016.

¹⁵² Silo. Libro de Escuela. Día 22. Consideraciones finales. Canarias, 1976.

quien trata de escuchar un sonido lejano apenas audible.¹⁵³ La respuesta llegará más tarde o más temprano, de distintas maneras y por distintos canales, e incluso en distintos niveles de conciencia.

Los pedidos pueden ser de distintos tipos, según lo que uno cree o siente necesitar en cualquier momento de su proceso de reconciliación. Pueden ser pedidos muy generales o muy específicos. Tomar notas.

31) **Intercalar el trabajo** con oportunas pausas, silencio interno, recreación, cambios de actividad o temática, reposo, sueño, etc. Esto también es una variación de “distancia”. Sirve a evitar las “anfetaminizaciones”, aceleraciones descontroladas, sobre esfuerzos, sobrecargas, etc. Contribuye a bajar el “ruido” febril que impide el trabajo de la copresencia atencional y que dificulta el trabajo de los mecanismos de reversibilidad necesarios para la percepción interna. Tomar notas al retomar.

32) **Identificar las experiencias guiadas relacionadas con el conflicto y practicarlas.**¹⁵⁴ Practicar y/o tomar notas.

Posibles usos auxiliares de las experiencias guiadas: Las experiencias guiadas escritas por Silo pueden habilitar la reconciliación para los temas específicos que tratan. También pueden ser una ejercitación de los recursos y procedimientos adecuados, para mejorar la propia pericia y para reforzar una “cultura” interna permanente de reconciliación. Ateniéndose al esquema constructivo explicado por Silo, se pueden construir nuevas experiencias guiadas específicas para los intereses y circunstancias de cada persona. Durante el proceso de reconciliación, las comprensiones, resistencias y las resoluciones de cada persona pueden ser apoyadas con breves experiencias guiadas ad hoc creadas a tal efecto por el interesado. También se pueden crear nuevas experiencias guiadas ad hoc para apoyar o reforzar propósitos más allá de la reconciliación.

33) **Variar el estado interno o el nivel de conciencia.** Oportunamente, usar los recursos de nuestra preferencia para mejorar el ámbito interno con el que potenciar las mejores percepciones y reflexiones. Una variación del estado interno o del nivel en que habitualmente se manifiesta el conflicto o se reflexiona sobre este, tiene la ventaja de desestabilizar la habitual estructuración que se hace, y advertir nuevos aspectos o habilitar nuevas “miradas”. La variación en sentido ascendente, es particularmente importante, por ejemplo, en el momento de resumir y sintetizar el trabajo hecho, con sus conclusiones y propuestas. Entre otros, la experiencia de Fuerza es un recurso excelente.

34) **Proponer una perspectiva superior y trascendente que redimensione y reinterprete el conflicto.**

Muchos conflictos se reconcilian al considerarlos a la luz de las propias intenciones, intereses o perspectivas mayores o superiores; por ejemplo. nuestro Sentido trascendente de vida. A esto le llamo “lo que está por encima del conflicto”. Es decir, por cotejo, los conflictos pueden proporcionarse, perder importancia, o resignificarse y, con ello, se reducen las posibilidades de que muchos temas puedan ser fuente de conflictos a reconciliar.

Al buscar “lo que está por encima” para contrastar y reconciliar la perspectiva conflictiva, usar una visión o motivación inapelable, indiscutible, cargada

¹⁵³ Silo Comentarios sobre meditación el silencio y el guía Bombay 1980.

¹⁵⁴ Ver Anexo 3

emotivamente y con convicción. Esto debe ser algo propio ya existente en uno mismo, y para uno mismo. Preguntarse, por ejemplo: ¿Qué es aquello por lo que indudablemente necesito renunciar al sufrimiento, reconciliarme y superar el tema?

No es necesario que uno “tenga razón” desde una “mirada” externa, o que “cambie opinión” sobre el tema en cuestión. El interés por reconciliarse no reside en ello. Sea como fuere, el interés dominante debe ser buscar el modo de salir del conflicto no mediante “miradas” ajenas, sino las propias y para uno mismo. Se trata de un cotejo y contraste entre registros propios de diferente calibre, que se resuelve por el predominio de unos sobre otros. Verbalizar y/o tomar notas.

35) **Examinar el conflicto a la luz de referencias mayores.** A diferencia del anterior, ahora comparamos el conflicto con aquellas referencias que nos sirven de guía, aunque aún no las hayamos incorporado, realizado, alcanzado. O sea, quizá no sean lo que ya vivimos, pero representan lo que quisiéramos vivir. Por ejemplo, leer reflexivamente los capítulos “La guía del camino interno” y/o “Los estados internos” de “La Mirada Interna”. Es decir, el conflicto a la luz de un ideal de sí mismo, del futuro o del mundo al que se aspira, etc. Verbalizar y/o tomar notas.

36) **Apelar al Guía Interno**¹⁵⁵: mediante diálogos o pedidos por orientación, acompañamiento o protección, También puede ser un recurso alegórico en transferencias, autotransferencias, etc. Según el caso, el Guía Interno puede ser un apoyo para una catarsis, un diálogo, o bien para exponerle aspectos del conflicto. Verbalizar y/o tomar notas.

A menudo, nuestro “guía interno”, con sus atributos de sabiduría, bondad y fuerza interna, nos orienta de diversas maneras hacia la reconciliación.

“El guía sirve para seguirlo en situaciones de reconciliación (ejemplo de la ceremonia de la Orden en base a imágenes visuales).”

*5.- Un guía positivo, concentra en él todos los pensamientos repetidos con fe. Tiene el máximo de fuerza para generar acciones positivas y rechazar las negativas.”*¹⁵⁶

37) **Imaginar escenas con argumentos transferenciales** de superación de resistencias y reconciliación, y usarlas como breves experiencias guiadas. Nuestras reconciliaciones también podrían ser reforzadas por breves “**experiencias guiadas**” armadas por uno mismo en las que haya escenas y argumentos transferenciales coherentes con la modificación del pensar, del sentir y del actuar que sugiere nuestra reconciliación.

Esto es lo que de manera muy simple hemos practicado con la “**conversión de Imágenes tensas Cotidianas**” y la “**conversión de Imágenes tensas biográficas**”.¹⁵⁷ Sin embargo, en este caso no se trataría solo de lograr distensión, sino de habilitar y reforzar nuestro trabajo de reconciliación mediante oportunos cambios de escena y cambios conductuales en los que se varían perspectivas, acometen y superan resistencias, se refuerzan conductas deseables, etc. De este modo, nuestras propuestas de cambio irán algo más allá de la introspección, la racionalización, y el voluntarismo.¹⁵⁸

¹⁵⁵ Para profundizar, ver García, F.A., “El Guía Interno como apoyo para los trabajos de Escuela”, Centro de Estudios, Parques de Estudio y Reflexión – Punta de vacas, 2011.

¹⁵⁶ Orientación General, Sobre el Trabajo Interno, Mendoza, 4 de mayo de 1979.

¹⁵⁷ Ammann, Luis A. Autoliberación. Primera parte. Mejoramiento conductual. Prácticas de relajación.

¹⁵⁸ Ver Anexo 6. Experiencia guiada “La diversidad”.

38) **Intentar una mirada compasiva.** Oportunamente, quizá una vez debilitada y desestabilizada la vieja “mirada”, intentar ponerse en el lugar de otro u otros involucrados, intentar poner *“una mirada humanizadora sobre la piel de la monstruosidad”*, etc.

Como debe ser algo sentido, no hipócrita o voluntarista, es más conveniente o fácil intentarlo cuando ya ha habido avances en la reconciliación y sirve para profundizarla, incluso con propósitos conductuales.

39) **Apelar a todo otro recurso que se considere de ayuda.** Con esta sugerencia englobamos los incontables o imprevisibles recursos a los que se puede apelar cuando estamos apremiados por la necesidad de reconciliar. No hay que descartar el hecho de que el deseo sentido y ferviente de reconciliación tiene características de “pedido”: y los pedidos siempre son respondidos de un modo u otro. Como sucede transferencialmente, la conciencia lanzada en búsqueda del “objeto” de reconciliación, puede completar ese “acto” dotando de atributos y significados reconciliatorios a objetos, hechos, palabras, lugares, paisajes, coincidencias y demás, que habitualmente no tienen esos atributos o cumplen con esa función.¹⁵⁹

40) **Revisar lo logrado.** En caso de algún desenlace significativo o inicio de reconciliación, revisar los propios registros a la luz de los **“Indicadores de reconciliación”** descritos más abajo.

41) **Resumen y síntesis de las reflexiones y prácticas.** Conclusiones y resoluciones. Aprendizaje logrado. Formular un aforismo significativo referido a la reconciliación. Verbalizar y/o tomar notas.

42) **Propuesta de futuras reflexiones y prácticas** a la luz de lo comprendido y logrado en términos de registros.

43) **Propuesta de modificaciones conductuales.** A la luz de lo comprendido y de las mejores referencias posibles, formular modificaciones conductuales o de situación en la dirección superadora que sugiere la reconciliación.

Las modificaciones conductuales

En cuanto a *“cultivar el deseo de reconciliación con otros y con uno mismo”*¹⁶⁰, la carga de motivación puede provenir de muchas fuentes y, entre otras, tanto de nuestras imágenes “positivas” como de nuestras imágenes “negativas”, siempre que las relacionemos sentidamente con la necesidad de reconciliación. Es decir, tanto de aquello a lo que intensamente aspiramos (por ej., nos atrae la “nación humana universal”, “humanizar la tierra”, etc.) como de aquello que intensamente rechazamos (por ej., nos repele la violencia en sus distintas formas, la deshumanización, la contradicción, etc.).¹⁶¹ Relacionamos ambos casos, y ambos extraemos inspiración y fuerza para reconciliarnos y reconciliar.¹⁶²

Tratándose de reconciliaciones de envergadura, es recomendable tomar en cuenta las siguientes citas bibliográficas:

¹⁵⁹ Puede ser de interés leer “Conciencia mágica, conciencia emocionada, .formas de alucinación. Silo 1976”.

¹⁶⁰ Silo. Inauguración de la Sala sudamericana. Parques de Estudio y Reflexión – La Reja, 7 de mayo de 2005.

¹⁶¹ Silo.

¹⁶² En el Anexo 5, se ofrece un ejemplo un tanto paradójico de lógica favorable a la reconciliación.

“Podemos ponderar los cambios de conducta como significativos o circunstanciales. Un cambio será significativo si la nueva orientación es hacia la línea evolutiva y será circunstancial cuando sólo haya reemplazo de roles, de ideología, ampliación de los círculos de personalidad, apogeo o decadencia de ensueños, etc. Nada de esto último es indicador de un cambio interno de importancia. Hay cambio significativo de conducta, desde un punto de vista más general, cuando se agota una instancia psíquica porque los contenidos vigentes en una instancia (con su temática y argumentación características), se van desgastando hasta agotarse. El psiquismo se orienta entonces hacia una nueva instancia como respuesta articulada en su relación con el mundo.

La conducta es un indicador de los cambios que interesan. Muchas decisiones de cambio, o planes de cambio, quedan encerrados en el psiquismo y por esto no indican modificación, mientras que cuando se expresan en verdaderos cambios de conducta es porque ha ocurrido alguna modificación en la estructura conciencia-mundo.” ¹⁶³

“Llegamos a un momento de profunda meditación. No estamos sugiriendo que usted abandone los valores y la sensibilidad de su etapa de formación. Estamos hablando de algo diferente; de comprender cómo todo aquello opera en su momento actual.

*Es usted quien debe decidir, y herramientas no le faltan, para producir los cambios que juzgue necesarios. Pero aquí, las modificaciones que usted opere serán **estructurales y situacionales**, ya no simplemente subjetivas, porque está cuestionando la relación global con el mundo en que vive.*

*Hemos caracterizado al trabajo anterior, no como una práctica más sino como una meditación sobre la propia vida. Del contexto de lo expuesto se deriva que no estamos tratando de modificar algunas tácticas indeseables, sino de exponer ante los propios ojos la verdad **de la relación personal con el mundo**. Desde luego, que a estas alturas se está en condiciones de comprender las raíces de numerosas compulsiones asociadas a conductas iniciadas en el paisaje de formación. Pero la modificación de conductas ligadas a valores y a una determinada sensibilidad, difícilmente pueda efectuarse sin tocar la **estructura de relación global con el mundo en que se vive actualmente**. Comprendido el problema habrá de decidirse, si no se desea **un cambio estructural del comportamiento**, cuáles son las tácticas a modificar porque se las considera inadecuadas. Esta última pretensión podrá satisfacerse mediante la aplicación de diversas técnicas que en su momento hemos estudiado.*

*¿Pero qué es lo que puede ganarse si no se está dispuesto a **cambios estructurales**? Cuando menos obtendremos ventajas al ampliar el conocimiento sobre nosotros mismos y en lo que respecta a la necesidad de cambios radicales, la situación que nos toca vivir en este momento es la que nos decidirá en una u otra dirección. Por otra parte, las situaciones cambian y el futuro dispondrá, tal vez, de requerimientos que actualmente no son suficientemente sentidos por nosotros.”*

¹⁶⁴

¹⁶³ Silo. “Apuntes de Psicología”, Psicología I, Comportamiento, Las respuestas al mundo, Personalidad.

¹⁶⁴ Ammann, Luis A. Autoliberación. Epílogo. D. Propuesta de un Autoconocimiento situacional.

Las ayudas externas

Los intercambios más o menos casuales con otros con respecto al tema de reconciliación pueden ser de algún provecho, pero no es el caso de confundirlos con, o que reemplacen a, un necesario trabajo cabal sobre el conflicto. Como tal, el trabajo interno de reconciliación no es delegable en intermediarios.

En cuanto a diálogos o consultas con otras personas acerca del tema a reconciliar, no lo aconsejaría como requisito necesario, salvo con personas aptas y en circunstancias muy especiales.

Como es el caso en Operativa, no lo aconsejaría con personas con las que haya una relación demasiado estrecha o de ordinario “amiguismo”. Estas a menudo tienden, por ejemplo, a identificarse con nuestro sufrimiento, perdiendo capacidad de crítica y autocritica, a proyectar su propio “paisaje”, a ser concesivos, ser propensos a dar “soluciones” expeditivas, a sugerir “salidas” catárticas, lenitivas o escapistas, etc. Esto es no solo impericia, sino distinto del amor y la compasión. Quien lo escucha está más predispuesto a dejarse llevar por tales “soluciones” y “salidas”. Por otra parte, en el proceso de reconciliación (que se supone es trabajo interno) no conviene delegar nuestro “centro de gravedad” externalizándolo en otro.

No faltarán tampoco aquellos que, sin ponerse en el lugar del otro, aconsejarán desde la aridez intelectual o bien desde lo que ellos mismos harían sin conocer y sin tener en cuenta la condición o circunstancias del aconsejado.

Por el contrario, si se optara por una ayuda externa, la relación más apropiada sería la de un guía de Operativa que cuente con experiencia, pericia técnica y discreción, además de la necesaria y bien entendida empatía compasiva.

Como en Operativa, encuentro que la una buena manera de llevar esta relación es mediante preguntas y observaciones acertadas que, sin imponer sus propios “contenidos”, apunten a que la persona conecte con sus registros profundos, en dirección hacia las resistencias, guiando así una reflexión sin prisa en la que la persona vaya alumbrando sus propias verdades.

El apoyo de los aforismos personales

En modo simple y cotidiano, hay quienes recurrimos a suertes de “**aforismos**” o ideas fuerza simples que sirven de síntesis de experiencia y comprensión, de recordatorio y de apoyo rápidos para superar circunstancias de dificultad. Esto lo hacemos apelando a una perspectiva valorada y sentida que reconcilia y supera rápidamente los opuestos que algunas circunstancias ponen en juego. Tales perspectivas son fruto de la propia comprensión que está asociada a fuertes registros. Por lo tanto, cada cual creará los aforismos que tengan mayor encaje y carga emotiva.

Algunos ejemplos hipotéticos podrían ser los siguientes

Si los opuestos fueran: acertar/errar; el aforismo podría ser: “Tanto del acierto como del error, saco enseñanza para avanzar en mi camino”,

Opuestos: placer <> no placer; aforismo: “No siempre la acción válida es sinónimo de placer”,

Opuestos: aprobación <> desaprobación externa; aforismo: “Mi coherencia vuela por encima del aplauso y la desaprobación”,

Opuestos: No quiero morir <> Voy a morir; aforismo: “Mi vida tiene un sentido trascendente que no termina con la muerte.”

Opuestos: Amo el día <> Detesto la noche; aforismo: “Tanto de día como de noche hago lo que me hace bien.”

Opuestos: Detesto el calor del verano <> Detesto el frío del invierno; aforismo: “Disfruto de mis amistades tanto en verano como en invierno.”

Opuestos: Mañana podría obtener <> Mañana podría no obtener; aforismo: “Mi felicidad reside en ayudar a otros.”

Opuestos: Hoy tengo <> Mañana podría perder; aforismo: “Mi mayor felicidad está en ayudar a otros.”

Opuestos: Ayer tenía <> Hoy ya no tengo; aforismo: “Mi mayor felicidad y libertad no residen en poseer, sino en ‘soltar’.”

Opuestos: Éxito <> Fracaso; aforismo: “Ser fiel a mí mismo sin traicionar mis convicciones es más importante que los resultados.”

Opuestos: ocuparme de mí <> ocuparme de otros; aforismo: “Más crece mi espíritu cuanto más crecen la felicidad y la libertad en mí y en quienes me rodean,”

EL PROCESO DE LA RECONCILIACIÓN

Al hablar de “reconciliación” no nos referimos a una experiencia instantánea aislada que pareciera no tener un antes y un después. La reconciliación es un proceso que, como todo proceso, pasa por distintas etapas y momentos, así como las distintas posiciones con respecto al Sentido de la vida.¹⁶⁵ Algo de esto ya hemos visto al considerar procedimientos operativos. Como iremos viendo a continuación, en esas etapas y momentos hay que considerar, por ejemplo, la etapa de negación de la posibilidad de reconciliación, la etapa de la duda con respecto a tal posibilidad, la creencia que es posible, la experiencia de esa reconciliación, la “reelaboración” posterior que integra adecuadamente la experiencia, reorganizando coherentemente el “paisaje interno”. En cuanto proceso, la reconciliación presenta algunas similitudes con la “conversión del sentido de vida”.

LAS INSTANCIAS PSÍQUICAS.

La instancia psíquica es el momento o etapa de proceso del psiquismo caracterizado por ciertos contenidos (con su temática y argumentación característica) como respuesta articulada en su relación con el “mundo”. Como cualquier proceso con sus ciclos, cada instancia psíquica sigue sus pasos de surgimiento, vigencia, apogeo, desgaste, y agotamiento, para orientarse hacia una nueva instancia. Un cambio significativo de conducta es el indicador que señala este pasaje. Con las debidas consideraciones, esto también se verifica para el “paisaje” y la “mirada” involucrados por los temas de reconciliación.

Al emprender la reconciliación con respecto a un tema, alguien puede encontrarse en alguna de los siguientes momentos de proceso o Instancias psíquicas posibles, que aquí describimos como adaptaciones libres de una conocida fuente bibliográfica ¹⁶⁶: Esto tiene relevancia práctica ya que, cuando las reconciliaciones son de una cierta envergadura, condicionará el grado de facilidad o dificultad de la reconciliación deseada.

¹⁶⁵ “El Libro de La Comunidad”, Notas ampliatorias. 8. 7º.

¹⁶⁶ “El Libro de La Comunidad (para el desarrollo humano)”, 2009, Notas ampliatorias, 8 (referida a Puntos de Doctrina).

a) no apercebirse de la necesidad de reconciliación con un tema; es decir, sufrirlo sin apercepción de su origen (puede ser “olvido funcional”¹⁶⁷); (por ejemplo, sufrir tensiones y climas negativos permanentes sin apercebirse de su relación con temas no reconciliados “olvidados” y atribuirlos erróneamente a otros factores. El ensueño orienta la conducta hacia compensaciones “externas”).

b) sufrir por un tema con apercepción del origen, pero equivocando la definición o interpretación del mismo (puede ser “confusión de registros”¹⁶⁸). Se dan respuestas compensatorias equivocadas; (por ejemplo, sufrir tensiones y climas negativos permanentes relacionándolos con temas no reconciliados, pero justificando su conservación mediante sentimientos de culpa, de “justicia”, creencias acerca de lo que es “natural” o “normal”, etc. Se pretende ilusoriamente resolver conflictos poco o mal identificados y sin comprenderlos en su última raíz)

c) no equivocar la definición e interpretación, pero negar la posibilidad de reconciliación; (por ejemplo, reconocer un desengaño, resentimiento u odio como tales y como fuente de sufrimiento, pero creer que no es posible, que no es “correcto” o conveniente reconciliarse.)

d) la sospecha meramente intelectual de la posibilidad de reconciliación, pero sin experiencia, sin creer en ella y sin deseo de lograrla; (por ejemplo, admitir como hipótesis teórica que tal cosa quizá podría ser posible, como algunos consideran a la vida extraterrestre, a la inmortalidad, etc.)

e) la creencia más o menos firme que la reconciliación es posible basada en las creencias o testimonios provenientes del medio;

f) el deseo más o menos firme de poseer la creencia o la experiencia de reconciliación, con o sin intentos por lograrla;

g) lograr la evidencia indudable (con los indicadores del caso) y dada por la propia experiencia, de que la reconciliación es posible;

h) la reconciliación es incorporada como “cultura” psicológica de manera permanente a la propia vida.

Usando estas descripciones o similares, cualquiera puede ubicar su situación con respecto a cualquier tema de reconciliación. De esto pueden resultar reflexiones de consecuencias positivas.

La fuente bibliográfica que hemos usado como inspiración agrega consideraciones que podemos leer en clave de reconciliación¹⁶⁹: *“Cada estado admite, a su vez, distintos grados de profundidad o definición. Tanto los estados como los grados son variables, pero en un momento dado de la vida, permiten definir la coherencia o contradicción de la propia existencia y, por tanto, el nivel de libertad o sometimiento al sufrimiento. Este es, además, un punto práctico, porque se puede examinar cualquier momento de la vida pasada ubicándolo en el estado que le correspondía, comprobando cómo la vida se organizaba de acuerdo a él. Lógicamente ese examen vale para comprender el momento actual; 9º Cualquiera sea el estado y el grado en que se encuentre una persona, puede avanzar o profundizar en él, merced al trabajo sostenido en la dirección que propone la doctrina.”*

¹⁶⁷ García, Fernando A., “Terminología de Escuela”. Olvido funcional.

¹⁶⁸ García, Fernando A., “Terminología de Escuela”. Confusión de registros.

¹⁶⁹ “El Libro de La Comunidad (para el desarrollo humano)”, 2009, Notas ampliatorias, 8.

O sea, cada una de las Instancias psíquicas descritas admite, a su vez, distintos grados de profundidad o definición. Tanto las instancias como sus grados son variables y, en un momento dado, permiten definir la coherencia o incoherencia en el “paisaje interno” con las consecuencias del caso. Además, se puede examinar cualquier momento de la vida pasada ubicándolo en la Instancia psíquica de reconciliación que le correspondía, comprobando cómo la vida se organizaba de acuerdo a ella. Lógicamente ese examen vale para comprender el momento actual y para prospectar un posible futuro de no mediar modificación alguna. En todo caso, cualquiera sea la instancia y el grado en que se encuentre una persona, se puede avanzar o profundizar en ella merced al trabajo sostenido en pos de la reconciliación.

LA REELABORACIÓN POSTERIOR.

Como dijimos, el proceso de reconciliación es eso: un proceso. Es decir, no se da instantáneamente, como si surgiera de la nada y apareciera ya completo y terminado como nueva realidad psicológica. Como todo proceso, la reconciliación también tiene etapas.

Como sucede con las experiencias guiadas, hay un “punto de inflexión” relativamente breve en el que se produce el llamado “desenlace”, pero este ha tenido etapas previas, un “antes”, y tendrá etapas posteriores, un “después”.

Esto es así porque nuestro “paisaje interno” no es un sistema cerrado e inmóvil, sino que está abierto al “mundo” y va experimentando cambios, aunque estos pudieran ser lentos o pasar desapercibidos. Así, cualquier tema por reconciliar (conflicto interno) sufre variaciones por diversos factores a lo largo del tiempo, como varían el núcleo de ensueño, el sentido de vida, las imágenes-guía, los ciclos vitales, etc. Concomitantemente con estos cambios, la necesidad de reconciliación también va variando en cuanto a la percepción e interpretación que de ella se tiene, al rechazo o aceptación de tal necesidad, a la intensidad de tales posturas, etc.

Los tiempos de las etapas pueden ser variables según diversos factores. Uno de estos es el grado en que el tema de reconciliación afecta o involucra al “paisaje interno”¹⁷⁰ de una persona. Como ejemplo simple sin mayores precisiones: no será lo mismo reconciliarse por una banal disputa ocasional con un desconocido que reconciliarse con uno mismo por una larga vida armada en modo contradictorio.

Hay reconciliaciones que sólo involucran aspectos relativamente circunscriptos y otras que involucran aspectos más generales de la configuración del “paisaje interno”.

En todo caso, el tema conflictivo de reconciliación no está aislado en un improbable compartimiento estanco dentro del “paisaje interno”, sino que está en estructura y en relación dinámica con el resto. El surgimiento y la existencia mismos de un tema a reconciliar se hacen posibles por la configuración preexistente de un cierto “paisaje” que lo permite.

De manera que la reconciliación no puede dejar de tener consecuencias (concomitancias) de diverso grado en dicha configuración. El alcance de dichas consecuencias será proporcional al alcance del tema de reconciliación; o sea, qué tanto o en qué grado este tema involucraba al resto.

¹⁷⁰ Silo – Obras Completas Vol. I. Humanizar la Tierra. El Paisaje Interno. V. El Paisaje Interno. 5.

De manera que las consecuencias que se desencadenan gracias a una reconciliación pueden variar tanto en su duración como en las áreas afectadas.

Al desenlace de la reconciliación le seguirán reacomodaciones en el “paisaje interno” de acuerdo con la nueva “realidad”, con el cambio de “mirada” que supone la reconciliación.

Puede ser que se trate de un cambio de “mirada” con respecto a una persona o hecho en particular, o bien que cambie la “mirada” de lo que (creímos que) fue toda nuestra vida pasada y de lo que (creímos que) será nuestra vida futura.

Las reacomodaciones incluyen cambios en el pensar, sentir y actuar no sólo referidos estrechamente al tema en cuestión, sino a muchos otros que quizá ni siquiera se advertía o imaginaba que estuvieran afectados por el tema de conflicto. Se trata de un “efecto cascada” o “efecto dominó”, por así llamarlo.

Al cambiar la “mirada” cambian también los “pesos”, las importancias psicológicas relativas de los contenidos del “paisaje”.

Por este y otros motivos, es importante el proceso posterior al desenlace de la reconciliación que, de alguna manera, se asemeja al proceso de reelaboración post-transferencial propio de la Operativa.

Algunas reacomodaciones sucederán espontáneamente gracias al trabajo copresente de conciencia. Esto ocurrirá tanto en vigilia como en niveles de sueño y semisueño.

Pero otras reacomodaciones pueden tomar un carácter más intencional y proactivo respondiendo a nuestros particulares intereses de trabajo interno.¹⁷¹ En tal caso, las reflexiones posteriores que sean elegidas, lúcidas y serenas, irán dando la mejor referencia para imprimir una dirección positiva a los cambios que se vayan sucediendo, y así sacar el mayor provecho de la reconciliación lograda.

LA PROFUNDIZACIÓN DE LA RECONCILIACIÓN

La reconciliación con respecto a un tema también procede según niveles o grados de profundización. Es decir, cualquier nivel o grado de profundización logrado con respecto a un tema habilita un nivel o grado mayor. También, la reconciliación de un tema podría revelar la existencia de otros temas correlativos no reconciliados.¹⁷²

Una primera reconciliación con un conflicto de importancia no siempre es completa y para siempre, sino que desencadena una **reacomodación progresiva del “paisaje interno”**.¹⁷³ Esta reacomodación (o reestructuración) progresiva puede llevar un cierto tiempo, y ser advertida como reconciliación gradual que puede transitar por altibajos, fluctuaciones, e ir adquiriendo mayor profundidad. A veces esto no necesariamente requiere esfuerzos particulares. Esto se debe a que la conciencia, no confundida con la vigilia ni con el “yo”, continúa intentando integrar el tema de conflicto en copresencia atencional y en sus distintos niveles de trabajo. Gracias a esto, se pueden experimentar tanto **reconciliaciones “espontáneas”** como **dirigidas**.

El proceso de reconciliación es definitivo y completo cuando se pasa a otra instancia, cuando ya no se vuelve mecánicamente, compulsivamente, repetitiva y

¹⁷¹ Por ejemplo, referidos al “estilo de vida”, valoraciones, prioridades, creencias, etc.

¹⁷² Por ejemplo, reconciliar un resentimiento con una persona y, al hacerlo, advertir un sentimiento de culpa u otro resentimiento subyacente

¹⁷³ Por ejemplo, la pérdida de un ser querido.

obsesivamente sobre el tema. En vez, cuando se lo hace intencionalmente, el tema ha quedado asociado a registros unitivos, de paz, de fuerza, de alegría, o bien de sabiduría, de bondad, y de fuerza interna, de enseñanza, de agradecimiento, de crecimiento o maduración interno, etc. Todo esto con tanta o más convicción y encaje que en la anterior “realidad” sufriente. En síntesis, advertimos una soltura o libertad interna con respecto al tema. Podemos por fin “metabolizarlo”, dejándolo verdaderamente “atrás” en la memoria, contando así con mayor energía libre para otros procesos de la conciencia.

Teniendo todo esto en cuenta, no cometeríamos la ingenuidad de confundir registros, tomando por reconciliación lo que, en realidad es resignación. (falsa reconciliación). En la resignación se sigue conviviendo con una “realidad” que no se ama, con registro de detención o retroceso, y no de avance interno. Aun peor que la resignación es el cinismo que pretende hacer una virtud de la incapacidad de reconciliar.

Obviamente, será de importancia el indicador de **cambio conductual significativo** referido al tema. Sobre esto volveremos más adelante.

LA INCORPORACIÓN DE LA RECONCILIACIÓN COMO “CULTURA” INTERNA

Como ya dijimos, operativamente se pueden verificar **tres posiciones temporales** frente a la necesidad reconciliación:

A. **Necesidad reparativa.** La necesidad de reconciliación es advertida con posterioridad a la evidencia insoslayable o apremiante del conflicto. Por ejemplo, para convertir el sentido de “quiebres” biográficos significativos.

B. **Necesidad de emergencia.** La necesidad de reconciliación es advertida concomitantemente con la evidencia insoslayable o apremiante del conflicto. Por ejemplo, para dar dirección positiva al proceso de un conflicto en curso.

C. **Necesidad preventiva.** La necesidad de reconciliación es advertida con anterioridad a la evidencia insoslayable o apremiante del conflicto. Por ejemplo, incoherencias significativas, desencajes entre, o en, el pensar, sentir, y/o actuar.

Como vimos antes, el trabajo con cualquiera de estos casos reorganizará las “miradas” referidas al pasado, presente y futuro.

Más en general, cualquier forma y profundización del trabajo interno que vayan más allá de lo coyuntural deberán apuntar a incorporar la reconciliación como “cultura” permanente como parte integral de un nuevo “paisaje de formación” y la polarización coherente de la vida en función del Sentido de vida.

INDICADORES DE RECONCILIACIÓN

“En otras lecciones se comentaron los pasos de la elaboración postransferencial y de conclusión del proceso transferencial, teniendo en cuenta determinados indicadores. Tales eran el cambio de enfoque del sujeto respecto de sus problemas, la modificación positiva de la conducta referida a situaciones concretas y los registros de comprensión y “encaje” de contenidos hasta ese momento no integrados.”¹⁷⁴

En términos de nuestra Psicología, en general, y de nuestra Operativa, en particular, la reconciliación implica un traslado de cargas de una “imagen”, un

¹⁷⁴ Ammann, Luis A. Autoliberación. Segunda parte: Operativa. Prácticas de transferencia. Lección 9. Elaboración postransferencial.

“paisaje”, una escena mental o argumento, hacia otros. Según el caso, esto dará lugar a un consecuente cambio de sentido, de instancia psíquica, a una superación del sufrimiento, la eliminación de tensiones psíquicas, el aumento de comprensión, la integración de contenidos, reconciliaciones, etc. Las transferencias pueden tener lugar durante las prácticas de Operativa, las autotransferencias y las autotransferencias empíricas, las acciones válidas, las Disciplinas, las experiencias guiada, los trabajos con el Guía Interno, etc.

Los siguientes son algunos de los indicadores que generalmente acompañan las reconciliaciones. Se presentarán solo algunos de ellos o todos, y en la medida que fuere.

Toda reconciliación concomita con una des-ilusión, un fracaso interno, un cambio, un cambio de identidad (quien creo que soy, era o seré), un “soltar”, una nueva “realidad”, una renuncia al sufrimiento, etc.

Hay aumento del conocimiento y de la comprensión de uno mismo.

Se puede incorporar el tema de conflicto como aprendizaje y ganancia vital.

Ya no se vuelve obsesiva y compulsivamente sobre el tema.

Se verifican uno o varios de los Principios de la Acción Válida. En la Ceremonia de Muerte tenemos una bella síntesis: “Paz en el corazón, luz en el entendimiento”.

Se registran los indicadores de la acción válida; o sea, hay acuerdo entre lo que se piensa, siente y hace con respecto al tema. Hay crecimiento o mejoramiento interno. Se experimenta ser un mejor ser humano que antes. Hay registro de no arrepentimiento, de permanencia y repetición a futuro. Uno volvería a reconciliarse en caso de posibles conflictos futuros.

Esto, que es experimentado como acción válida al reconciliarnos con un tema, también nos reconcilia en alguna medida con nosotros mismos.

En alguna medida, nos sentimos algo más sabios, buenos, y/o más fuertes internamente.

Hay aumento de manejo de lo referido al tema. Hay mayor libertad interna y externa para pensar, sentir y actuar con respecto a diversos aspectos del tema reconciliado.

Registro de integración, de haber logrado aceptar de buen grado el tema como parte del “paisaje interno”, y de haberlo hecho encajar con coherencia y en armonía con el resto del propio “paisaje interno”. O sea, reconocerlo y aceptarlo como propio.

Cambios conductuales. Hay modificaciones positivas notables en comparación con el momento previo la reconciliación. Por ejemplo, cambios que implican adaptación creciente, cambios de roles, de ámbitos, de hábitos, de situación, etc.

Registro de haber “soltado” algo asociado a un deseo posesivo.

Registro de liberación, de haberse liberado de algo, de haberse sacado un peso de encima, etc.

El efectivo y sentido cambio de “mirada”, de sentido o de interpretación referido al tema de reconciliación. Debe pasar la prueba del “Principio de conformidad” que dice: “Si para ti están bien el día y la noche, el verano y el invierno, has superado las contradicciones.” Al evaluar la reconciliación lograda en base a registros, podrán existir aspectos que agradan o desagradan, pero ello no constituirá un conflicto, una contradicción. Por ejemplo, si se trata de un resentimiento por lo sucedido, no

se podrá falsear la memoria cancelando recuerdos, pero estos recuerdos ya no estarán acompañados de aquellos registros e interpretación propios del momento en que el conflicto estaba vigente como tal.

Entre los indicadores de reconciliación está el que el tema de conflicto se convierta, si no en una fuente de gran felicidad, al menos en una dificultad a superar, pero ya no una contradicción. Es decir, tiene que tener encaje emotivo la nueva “escena” mental a la que se transfiere la carga, de la carga negativa y fascinación del conflicto a la carga positiva y sugestión de la reconciliación. La nueva perspectiva debe ser más atractiva o querida que la anterior perspectiva sufriente.

Toda reconciliación redunda en una mayor “soltura” interior, reflejada en menor tensión, movilidad de imagen mejorada y, en suma, menos fragmentación en el comportamiento emotivo.

Se experimenta una cierta disminución de la importancia del yo y un refuerzo del otro o del nosotros.

Obviamente, todo esto refuerza el Sentido trascendente de vida que tengamos o al que aspiremos.

Ocasionalmente, a la reconciliación podrían acompañarle experiencias propias del pasaje de la Fuerza, éxtasis, arrebatos y reconocimiento, la iluminación del espacio de representación, modificaciones vegetativas, etc. A su vez, todos estos casos también pueden tener la reconciliación como una de sus concomitancias, aunque la reconciliación no estuviera en el horizonte de interés inicial.

Así es que del conflicto se puede salir de distintas maneras y con distintos grados de reconciliación, que dependen de la comprensión lograda, del alcance de las consecuencias, y del provecho que se puede sacar de tal experiencia.

En todo caso, toda reconciliación que se intente deberá afrontar y superar resistencias de distintos tipos y envergaduras. Eludir estas resistencias sin superarlas podría ofrecer un alivio temporal e inducir la ilusión de creer que el conflicto está reconciliado y superado.¹⁷⁵

OTROS CASOS OCASIONALES O COTIDIANOS

Antes hemos visto que el proceso de reconciliación no solo procede según lo que aparece en presencia atencional, sino también—y de no menor importancia—lo que se procesa en la copresencia atencional. Es decir, cuando se considera el proceso de reconciliación, no basta tomar en cuenta sólo aquello de lo que nos apercebimos en vigilia, sino procesos copresentes que involucran a todos los niveles de trabajo de la conciencia.

Tan es así que las experiencias significativas de reconciliación no solamente tienen lugar en niveles altos de trabajo de la conciencia, sino también en niveles de reversibilidad reducida como el semisueño activo y el sueño paradójico. En cuanto al semisueño, tenemos los casos dirigidos como los que se dan con las experiencias guiadas y los trabajos de transferencia y autotransferencia; pero también se experimentan ocasionalmente casos no dirigidos. No faltan los casos en que el soñante produce desenlaces reconciliatorios en sus sueños.

¹⁷⁵ Esta ingenuidad podría apoyarse, por ejemplo, en descargas de tensión o bien fugas que sólo brinden alivio temporal, sin resolver y posponiendo el trabajo interno necesario.

La reconciliación, en cuanto integración de contenidos, es una de las expresiones del trabajo de la conciencia como estructura intencional evolutiva. De hecho, los recursos de reconciliación aquí mencionados sirven para desbloquear, facilitar o potenciar tal trabajo.

Aparte de ello, hay otros factores que la pueden disparar o acelerar, actuando como “catalizador” del proceso. Hay también experiencias que conllevan reconciliación, como respuesta a intenciones o direcciones tanto presentes como copresentes. Es el caso, por ejemplo, de los llamados “**estados superiores de conciencia**”.¹⁷⁶ Es decir, las experiencias ocasionales de **éxtasis, arrebatos y reconocimiento** están acompañadas por algún tipo de reconciliación, aunque cuando no existiera un interés explícito en tal sentido operando previamente en presencia atencional.

Típicamente, son estos los casos de “**conciencia inspirada**” en el campo de la mística, fenómenos psíquicos de “experiencia de lo sagrado” en sus diversas profundidades y expresiones. Existe una copiosa literatura que da cuenta de los sueños, las “visiones” del semisueño, y las intuiciones vigílicas de los personajes referenciales de religiones, sectas y grupos místicos. Abundan, además, los estados anormales y los casos extraordinarios de experiencias de lo sagrado”.¹⁷⁷

Más en general, hay mayores o menores reconciliaciones en ascensos cotidianos u ocasionales concomitantes con los ascensos del nivel de trabajo de la conciencia; o sea. en los pasajes del sueño al semisueño, del semisueño a la vigilia, o de la vigilia ordinaria a la vigilia real.¹⁷⁸

Sin duda, el pasaje de la Fuerza¹⁷⁹ pone varias condiciones que favorecen la reconciliación.

Son todos casos en que aumenta la reversibilidad, disminuye el poder sugestivo de otros niveles y sus contenidos, cambia el modo de estructuración que hace la conciencia y, por lo tanto, cambia la “mirada” y cambia la “realidad”. También, y significativamente, varía la noción del “yo” y el registro de posesión asociado a sus deseos.

Algo similar ocurre con el cambio de un “**estado interno**”¹⁸⁰ a otro superior. Obviamente, la reconciliación es un aspecto esencial e ineludible del ascenso descrito en “**La guía del camino interno**”¹⁸¹.

Como dijimos antes, la conciencia puede dotar de atributos y significados reconciliatorios a objetos, hechos, palabras, lugares, paisajes, y demás. Así, cotidianamente se experimentan pequeñas o grandes reconciliaciones junto con los sentimientos y actos bondadosos, con las acciones válidas, con la comunicación profunda y cálidamente humana, y cuando advertimos lo positivo en otros, en la vida, en el mundo. Tan es así que, paradójicamente, aun los hechos trágicos o desgraciados pueden resultar siendo estímulos para la reconciliación, gracias a la fuerte variación de perspectiva que inducen.

¹⁷⁶ Silo. Obras Completas Vol. II. Psicología 3. 5. El sistema de representación en los estados alterados de conciencia.

¹⁷⁷ Silo. Obras Completas Vol. II. Psicología 4. 4. Estructuras de conciencia. La “conciencia inspirada”.

¹⁷⁸ Por ejemplo, al descender cede la racionalización que obstaculiza la reconciliación. Al ascender, disminuye el poder sugestivo de la alegorización de conflictos y con ello aumenta la capacidad de reconciliarlos.

¹⁷⁹ Ver indicadores en “La Mirada Interna”, XV. La experiencia de paz y el pasaje de la Fuerza, 6.

¹⁸⁰ Silo. La Mirada Interna. XIX. Los estados internos.

¹⁸¹ Silo. La Mirada Interna. XIV. La guía del camino interno.

LA RECONCILIACIÓN COMO EXPERIENCIA ESPIRITUAL PROFUNDA

“Reconciliaciones puede haber de distinto tipo. Por ejemplo, alguien podría reconciliarse con el hecho de haber perdido dinero si luego lo recuperara de alguna manera. A pesar de ser un hecho positivo, esto no parece tener características de “experiencia espiritual profunda”.¹⁸²

“Sin embargo, si el operador fuera devoto de alguna religión, podría llevar adelante sus prácticas habituales con un sentido enriquecedor como el que le otorga el sistema autotransferencial. Si, en cambio, fuera una persona no religiosa, debería orientar su vida hacia algo más allá de sus intereses individuales inmediatos, hacia algo que beneficiara a sus semejantes o a la sociedad en que le toca vivir. En suma, el conocimiento y las prácticas primarias del sistema autotransferencial serán de utilidad si luego pueden aplicarse a la vida práctica dotándola de un sentido nuevo y trascendente.”¹⁸³

Un tipo de reconciliación se produce cuando aquello que se presenta como conflicto en el contexto de un cierto marco interpretativo, deja de representarse y experimentarse como tal cuando cambia dicho marco interpretativo.

Es decir, la interpretación cambia la “realidad” y, al cambiar la “realidad” cambian los registros referidos a tal “realidad”.

Esta es otra manera de decir que la “mirada” organiza un “paisaje”. Diversas “miradas” organizan diversos “paisajes”. Algunos “paisajes” son fuente de contradicción mientras otros son fuente de unidad, de reconciliación.

Estas “miradas” pueden estar referidas a temas específicos, limitados en su amplitud. Es decir, se trata de particulares hechos, situaciones, etc. Pero también hay “miradas” más generales que comprenden muchos o todos los hechos, situaciones, etc.

De algún modo, los sentidos de vida son “miradas” que organizan “paisajes”. Cuando tal “mirada” tiene un carácter totalizador, su alcance comprende todo lo referido a la vida de una persona.

Aunque los conflictos puedan interpretarse y reconciliarse según los sentidos provisorios de vida, la manera más profunda, más provechosa, es hacerlo según un verdadero sentido de vida trascendente. Un sentido de vida trascendente tiene la capacidad de reconciliar todo lo referido a la existencia. Este cambio radical de perspectiva vital supone una reinterpretación de nuestro futuro, de nuestro presente, y de nuestro pasado.

Si bien la reconciliación es siempre un hecho positivo, no adquiere su mejor significado y valor si se la interpreta solo como una suerte de terapia alternativa para una mejor inserción en un sistema deshumanizante, o para emparchar o maquillar una vida lanzada exclusivamente a la persecución de “objetos” externos para la satisfacción de deseos ligados a los sentidos provisorios. Como se dijo: *“Uno o muchos pequeños actos unitivos no compensan una gran contradicción”.*

¹⁸² Silo en las Jornadas de inspiración del 2007.

¹⁸³ Ammann, Luis A. Autoliberación. Segunda parte: Operativa. Prácticas de autotransferencia. Lección 4. Elaboración postransferencial.

Así, la reconciliación toma el carácter de una experiencia espiritual profunda cuando está asociada a un Sentido trascendente de vida, cuando está relacionada con el sentimiento religioso.¹⁸⁴

Digamos brevemente que el sentimiento religioso es una tendencia hacia aquellas experiencias espirituales profundas gracias a las que todos los contenidos de conciencia se ordenan, se integran y se polarizan en una dirección que termina orientando la vida en un sentido trascendente. El sufrimiento mental en sus distintas expresiones, incluida la no reconciliación, constituye un obstáculo para dicha búsqueda y dichas experiencias.¹⁸⁵

La misma experiencia de, o la adhesión a, un Sentido trascendente de vida es fuente de reconciliación en innumerables maneras y ocasiones. Por ejemplo, la Ceremonia de “Muerte” apela a tal Sentido para reconciliar tales situaciones. Por ejemplo, es relativamente simple reconciliarse con muchas cosas si se adopta la perspectiva del “dar” en vez de la del “recibir”. Podemos reconciliarnos con molestias, inconvenientes, pérdidas, etc. en función del “dar” a los seres queridos, por ejemplo. O sea, se sobrellevan muchas contrariedades e inconvenientes en función de un interés mayor. En este caso, tal reconciliación parece estar limitada al “dar” por o para los seres queridos. Sin embargo, puede extenderse y alcanzar a mucha más gente (y actividades) si ese “dar” es parte indisoluble de un Sentido trascendente que lo incluye, lo inspira y lo potencia.

Desde otra perspectiva, la reconciliación como experiencia espiritual no es algo secundario y optativo, sino una instancia psíquica inevitable y necesaria en el ascenso por el camino interno y el “laberinto de la vida consciente”. Es decir, no hay avance espiritual (o psicológico) sin reconciliación. El intentar evitarla o posponerla actúa en detrimento de nuestro trabajo interno.

En resumidas cuentas, la mejor forma de reconciliación es la que se logra en relación a un sentido trascendente de vida.

Esta reconciliación está fundamentada por una perspectiva general, permanente, y menos personal de todo lo existente.

No está motivada sólo por evitar el sufrimiento, sino por la por la comunión intuida o sentida con una “realidad” mayor.

Esta reconciliación es re-unirse con lo mejor de uno mismo y con la fuente de la felicidad y libertad.

No responde sólo al pasado o al presente, sino a un futuro querido al que se aspira.

No tiene que ver sólo con el propio ciclo vital y sus sentidos provisorios, sino más allá de ellos.

No tiene que ver sólo con el “recibir”, sino con el “dar”; o sólo con uno mismo, sino con el “nosotros”.

De esta manera, la reconciliación adquiere su significado más elevado, reforzando el sentido y la dirección de vida más allá de resolver un tema puntual.

Por último, la evaluación de la reconciliación como experiencia espiritual profunda nos remite a la conducta como “piedra de toque”, como indicador relevante y, por consiguiente, a lo dicho en el anterior punto sobre “las modificaciones conductuales”.

¹⁸⁴ Ver “Terminología de Escuela”, Sentimiento religioso.

¹⁸⁵ Para profundizar, ver Silo. “Libro de Escuela” Canarias 1976. Día 22. Consideraciones finales. El sentimiento religioso es tratado con más extensión en Canarias 1978.

EPÍLOGO

Hemos llegado hasta aquí intentando presentar la reconciliación y su práctica en sus distintos alcances.

Le hemos dado el contexto histórico dentro de las enseñanzas y obra de Silo.

Hemos abundado en los diversos factores que inciden sobre la reconciliación.

Hemos ofrecido un repertorio de recursos, y procedimientos operativos para lograrla.

Intentamos también mostrar la coherencia y convergencia de toda esa diversidad en función de la reconciliación y de sus fines más elevados.

Ofrecimos algunos ejemplos de aplicación en forma de aportes.

Aunque dejamos nota de sus alcances interpersonales, psicosociales, y de relevancia histórica para la humanidad, no los desarrollamos por exceder las limitaciones que ponen el interés y amplitud del escrito.

Cada lector verá si fallamos por exceso o por defecto, y qué o cuánto aprovechar de todo esto.

Una buena parte del sentido de esta producción quedará satisfecho si algo de ella resultó de algún interés o utilidad.

Como siempre, quedo a disposición de quienes de quienes la tomen como estímulo y deseen intercambiar sus puntos de vista y experiencia con respecto al tema.

BIBLIOGRAFÍA

La siguiente es una lista abreviada de las principales referencias usadas. Sugerimos también la lectura de las múltiples producciones acerca de la reconciliación de los diferentes Parques de Estudio y Reflexión.

Silo – Conferencias dadas en Corfú (Grecia) durante 1975. Transcripciones, resúmenes y grabaciones de audio.

Silo – Exposición sobre las Ceremonias. Primera Conjunción Asiática, Bombay (India), 1977. Texto y grabación de audio.

Silo – “Libro de Escuela” - Canarias 1976”. Texto y grabaciones de audio de exposiciones en Las Palmas de Gran Canaria (España), durante el mes de agosto de 1976.

Silo – Canarias 1978, transcripción de cintas magnetofónicas grabadas durante las conferencias que dictara Silo en Las Palmas de Gran Canaria (España), entre el 27 de septiembre y el 4 de octubre de 1978.

Ceremonial de “La Comunidad”, 1980.

Ammann, Luis A – Autoliberación. Ediciones 1980 y 1990.

“El Libro de La Comunidad”, ediciones 1981, 2000, y 2009.

Silo – Apuntes de Psicología. 2006.

Silo – El Mensaje de Silo. Edición 2007.

Silo – Comentarios a El Mensaje de Silo. 2009.

Silo – Obras Completas Volumen I. 2004.

Silo – Obras Completas Volumen II. 2004.

Silo – Vídeos y textos fidedignos de El Mensaje de Silo, Hitos y Transmisiones en <http://silo.net>.

“Manual de Temas Formativos y Prácticas para los Mensajeros” (en particular, Tema formativo Nº 3. La Reconciliación, y 3.- Seminario sobre la reconciliación). Centro de Estudios, Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, 2009.

“Manual de formación personal para los miembros del Movimiento Humanista”. Centro de Estudios, Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas 2009.

2012 – Pellegrini A./ Romero M., “Recopilación de charlas de Silo con mensajeros 2002-2010”. Parques de Estudio y Reflexión – La Reja.

García, Fernando A., “Terminología de Escuela” (Encuadre y vocabulario). Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, 2013.

Koryzma, Andrés. “El Fracaso y la Reconciliación”. Recopilación de charlas y comentarios de Silo sobre fracaso y reconciliación. Versión 17 agosto 2016. Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas.

2016 –García Fernando A. “Fracaso y cambio”, Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, 2016.

ANEXO 1: LA MODIFICACIÓN DEL TRASFONDO PSICOSOCIAL

Charla magistral de Silo. Rio de Janeiro, 4 de enero de 1982

"La enseñanza de hoy deberá concluir en una propuesta a futuro. Se basará en las necesarias referencias doctrinarias, sin profundizar teóricamente sobre ellas. Más bien tales referencias estarán al servicio de un análisis, luego del cual se extraerán ciertas consecuencias de urgencia.

Entraremos en materia, refiriéndonos a nuestro conocido tema de las tres vías del sufrimiento, afirmando de inmediato que él nos lleva directamente a la analítica de la representación. En efecto, descartando la representación de memoria y de la imaginación, el sufrimiento no podría ser registrado. Tampoco podría registrarse el deleite, y en fin, el ser humano quedaría limitado a fenómenos de dolor y placer de tipo animal, sin más consecuencias que esas.

Sin embargo, al poco tiempo se encontraría con un sistema de reflejos codificados a nivel vegetativo y motriz, que comenzaría a actuar como una memoria supletoria y de imaginación supletoria. Así complejificándose cada vez más hasta lograr un nivel similar al de trabajo de conciencia normal, con sus respectivas vías tal cual las conocemos. Hasta podemos suponer, invirtiendo nuestro desarrollo, que ese proceso de reflejos animales ha llevado a seres menos avanzados a lograr con el tiempo el fenómeno de la conciencia humana.

No es posible detener la representación con el objeto de superar el sufrimiento, mientras se efectúan operaciones cotidianas. Y si fuera posible, se detendría con ello, el crecimiento de la conciencia.

Por otra parte, siendo la representación una imagen de respuesta, también quedaría paralizada la actividad en el mundo. Por tanto cuando hemos explicado el problema del sufrimiento, también hemos indicado como salida y superación, no la eliminación de la representación, sino la modificación de la misma.

Se puede, mediante trabajo interno, modificar un caso particular de representación. Todos sabemos que esto es posible. Quien más quien menos, habrá hecho sus avances utilizando las técnicas adecuadas. Por otra parte, al modificar un caso particular de representación, también habrá modificado un caso particular de conducta. Habrá logrado superar resistencias opresivas o transferir cargas y contenidos productores de sufrimiento.

Pero no por ello habrá modificado su sistema general de representación y su conducta general frente al mundo. Esa modificación general se habrá ido produciendo a lo largo de un proceso que trascendió a las simples técnicas transferenciales.

Toda representación individual forma parte de un sistema de representación más o menos copresente, que varía de acuerdo a las condiciones de los datos de memoria. En otras palabras, una respuesta al mundo suscitada por un estímulo, ha sido seleccionada por un campo de copresencia entre muchas otras representaciones posibles. De este modo, el sistema de copresencias, en más de un sentido determina la conducta global de individuos y conjuntos humanos. Una sociedad, por ejemplo, cuenta en sus individuos con un trasfondo que pone las

condiciones de copresencia, de entre las cuales se da opciones de respuesta como casos particulares de conducta.

El trasfondo psicosocial está impuesto por un código informativo de distintos niveles de lenguaje, o si se quiere, de distintas regiones del sistema de copresencia adquirido desde los primeros pasos del aprendizaje. Se obtendrán entonces respuestas muy tipificadas en sociedades cerradas y respuestas más variables en sociedades cuyo trasfondo se fueron incorporando datos de otros ambientes culturales. El entrecruzamiento de culturas, a medida que se desarrolla, impondrá nuevos elementos al trasfondo de cualquier sociedad, de manera que ésta empezará a responder conductualmente fuera del paisaje inmediato que le tocó desarrollarse inicialmente.

Desde luego que no sólo las sociedades cerradas se verán afectadas por ese nuevo fenómeno de interpenetración cultural. También las ideologías y las religiones, como formadoras y conservadoras de trasfondos sociales, recibirán el impacto. Y por cierto, que así como sociedades más fuertes invadirán el espacio psicosocial de las más débiles, éstas terminarán provocando modificaciones en sentido inverso, siempre y cuando no sean esterilizadas totalmente antes de ser invadidas.

Hasta qué punto una sociedad puede ser cerrada, o hasta qué punto una ideología o religión, hoy puede impedir la interpenetración de copresencias, es tema de discusión. Pero en todo caso, el sólo hecho de la utilización de tecnología, aunque fuera utilizada con intereses limitantes, llevará a la interpenetración final. Esto será así, porque aún los objetos tecnológicos son productos de conductas sociales que responden al mundo desde un sistema de representación. Y todo ello sin tener en cuenta, que tal tecnología abre las conciencias a la comunicación planetaria.

Aun descartando las comunicaciones cada vez más veloces, las telecomunicaciones y el contacto entre personas de regiones distintas, una pretendida sociedad cerrada, cosa por otra parte imposible, comenzará a modificar su sistema de copresencias por el trabajo de los nuevos elementos tecnológicos. No será necesario ni la lengua, ni el arte, ni el deporte. Bastará el solo objeto tecnológico para llevar cifrado en él, el trasfondo que se quiere negar.

El trasfondo se va integrando por la acción que se efectúa en un paisaje y por la educación que se recibe del medio. Pero puede modificarse, al aparecer objetos elaborados en paisajes ajenos, sobre todo si se comienza a trabajar con ellos en el paisaje propio. Por otra parte, según avanzan hoy los acontecimientos, ya no se puede designar con propiedad aquello que sea el paisaje propio. Esto es lo que sucede empíricamente a nivel psicosocial.

Pero nuestra preocupación se refiere a la modificación del trasfondo psicosocial, en aquellos aspectos negativos que se van incorporando y acumulando en todas las culturas por este acelerado proceso de intercomunicación actual. Sabemos cómo modificar conductas particulares, trabajando sobre representaciones particulares. Pero nuestra dificultad está en la modificación del sistema de representación; en la variación del trasfondo en el cual surgen las opciones de representaciones particulares.

Por ello, la pregunta exigida es ésta: ¿Se puede introducir en un individuo, en una sociedad y en un mundo, un factor que haga variar el trasfondo de

representación? Y esta pregunta debe ser acompañada por las siguientes condiciones:

Primera: que ese factor no se introduzca por simple proceso empírico, por simple mecánica histórica, sino por acción meditada, y con la finalidad de desplazar los contenidos que constituyen una amenaza para el desarrollo de la vida.

Segunda: que ese factor se pueda introducir superando las resistencias que ofrecen los trasfondos que se quiere modificar.

Tratemos de responder positivamente a esta pregunta, sin descartar las dos condiciones mencionadas.

Bien, cuando nosotros trabajamos en la modificación de una representación particular, por ejemplo, en el caso de las técnicas transferenciales, lo hacemos proponiendo nuevas imágenes que desplacen a la conflictiva. También en casos más complejos, lo hacemos transportando climas indefinidos a nuevas imágenes. En ambos casos, proponemos representaciones que se mueven en un proceso más o menos definido.

Muchas actividades cotidianas, muchas producciones artísticas, algunas ideologías (en tanto se conviertan en acción), algunos aspectos de las religiones, y muchos de los sueños nocturnos, proceden empíricamente a modificar representaciones particulares o a hacer variar el trasfondo en mayor o menor medida. Pero en todos los casos, los fenómenos se producen por la acción de la nueva representación.

Cuando nos proponemos modificar representaciones particularmente negativas, en el caso de personas que queremos librar de conflictos para que colaboren más eficazmente en nuestra obra, nos atenemos a las técnicas que conocemos, que también incluyen propuestas de nuevas imágenes en un proceso técnicamente llevado adelante.

Pero nuestro entusiasmo decae, si pretendemos modificar no un aspecto, sino hacer variar el trasfondo de modo sustancial. Y decae porque exige por parte del sujeto una preparación muy grande para comprender la magnitud del cambio que se espera de él. Ampliando los campos, nos veríamos mucho más desalentados, si tuviéramos que provocar transferencias a toda la población, para finalmente obtener de ella modificaciones parciales. Por último, ni siquiera intentaríamos modificar trasfondos en toda esa población.

Así es que nuestro desaliento aumenta a medida que queremos avanzar hacia los grandes conjuntos, en un proceso transferencial que se pueda reconocer vigílicamente y que, para mayor dificultad, transforme no aspectos particulares de representación y conducta, sino que haga variar el trasfondo de dichos conjuntos.

Por otra parte, nuestras posibilidades de éxito son mayores en transferencias individuales o grupales, como en el caso de las experiencias guiadas, que en propuestas a conjuntos humanos en los que no presentamos un paisaje transferencial. Aún en nuestras propuestas individuales o grupales, las imágenes que presentamos se colocan a modo de ficción psicológica, ya que a nadie se le ocurre decir que las experiencias guiadas, por ejemplo, son reales. De ese modo, el trabajo tiene una dirección vigílica indudable, pero lo desposeemos del motor de la convicción. Y en el caso de las propuestas a conjuntos mayores, ni siquiera hay imágenes, sino alusión a estados internos.

Hagamos algunas comparaciones grotescas: no es igual prometer un paisaje celestial, que lleva a un estado de paz y bienaventuranza, o una sociedad feliz, que puede ser imaginada con sus implicancias también de paz, abundancia, etc., que presentar un estado como la felicidad o la paz, sin un objeto que las motive. Porque cuando un sistema promete 'confort', tal imagen trae el registro feliz, pero cuando se habla de 'la felicidad' como un estado, sin proponer imágenes, se dificultan las cosas. Máxime si esa felicidad hay que lograrla mediante técnica psicológica, que descarta de por sí el 'motor de la convicción'.

Recordemos que la opinión ingenua, es la de que las cosas psicológicas no son reales, como sí lo son en cambio los objetos que se prometen, aunque jamás se logren.

Sin propuesta de imagen, no solo hay dificultad para un proceso transferencial, sino tampoco se da dirección a la conducta hacia el mundo.

Como contrapartida de las dificultades enunciadas, hemos contado con la ventaja de que, al no proponer paisajes, se ha permitido que los actos lanzados sean completados por individuos de culturas diferentes; con la proyección de sus propios trasfondos.

Por otra parte, se ha calculado sabiamente, que tanto los paisajes que proponían las religiones, como los sistemas y las ideologías se habrían de alterar a corto plazo, por la invasión de los factores interculturales, y en ello no se ha fallado, por cuanto esos paisajes desfallecen día a día. Sin embargo subsiste para nosotros el problema de la modificación de los trasfondos y la orientación de nuevas conductas individuales y sociales, si es que no emplazamos propuestas de representación.

Por todo lo anterior, es que debemos proceder y con cierta urgencia, a lanzar al escenario psicosocial, un argumento con imágenes precisas, que cuenten con el motor de la convicción, que permitan introducir elementos transferenciales, y que eludan las resistencias de los trasfondos culturales.

Sin embargo, la implementación de tal proceso debería comenzar cautelosamente, tomando dinámica propia a partir de un solo individuo que, emplazado en algún espacio decisivo, comenzara su acción. Esta cautela permitiría ir efectuando las correcciones del caso sin compromiso para nuestros conjuntos y sin alterar nuestros planes de actividad. Pero, si la acción en cuestión se acelerara a una velocidad mayor que las que estamos obteniendo actualmente, entonces sí deberíamos volcar toda nuestra fuerza en esa dirección.

Nada más."

ANEXO 2: JORNADAS DE EXPERIENCIA.

Silo, Punta de Vacas, 2007

Queridas amigas, queridos amigos, peregrinos y visitantes del Parque Punta de Vacas. Quisiera tocar el núcleo principal de estas jornadas que está dado por la Reconciliación como experiencia espiritual profunda. Pero sé que sabrán perdonarme si hago un rodeo postergando el tema por unos minutos, a fin de ambientar esta situación un tanto extraordinaria que estamos viviendo.

Solamente cuatro veces en casi cuarenta años, nos hemos comunicado públicamente desde aquí, desde este desolado paraje montañoso. La primera vez lo hicimos en 1969. Y hoy vemos unas estelas grabadas en distintos idiomas, que recuerdan lo dicho en aquella oportunidad. Allí está la síntesis de un sistema de pensamiento y acción que se fue expresando de distintas maneras, en distintos tiempos y en distintos lugares del mundo. En aquella época se habló de las diferencias que existían entre el dolor físico y el sufrimiento mental. Y se consideró a la Justicia y a la Ciencia, volcadas totalmente hacia el progreso de las sociedades, como únicos caminos para mitigar y hacer retroceder el dolor de nuestros cuerpos. Pero ocurría con el sufrimiento mental, distinto al dolor físico, que no se lo podía hacer desaparecer por el solo concurso de la Justicia y de la Ciencia. El continuo empeño aplicado en hacer avanzar la Ciencia y la Justicia en las sociedades humanas dignificaba a las mejores causas. Igualmente, al tratar de vencer el sufrimiento mental, se hacía un esfuerzo tan importante como el aplicado en vencer el dolor. Desde entonces predicamos que los esfuerzos para superar el dolor y el sufrimiento son los más dignos esfuerzos de la empresa humana.

Con cientos de miles de amigos entrañables, nos dimos a la tarea de humanizar la Tierra. ¿Qué ha sido para nosotros "Humanizar la Tierra"? Ha sido poner como máximo valor la libertad humana y como máxima práctica social la no discriminación y la no violencia. Al tratar de humanizar la Tierra no nos excluíamos de las obligaciones que reclamábamos a otros. De hecho, nos imponíamos como norma de conducta la exigencia de tratar a los demás como queríamos ser tratados. Ahora hemos propuesto hacer un alto en el camino de la humanización para reflexionar sobre el sentido de nuestra existencia y de nuestras acciones. Hemos peregrinado a este paraje desolado buscando la Fuerza que alimente nuestra vida, buscando la Alegría del hacer y buscando la Paz mental necesaria para progresar en este mundo alterado y violento. En estas Jornadas estamos revisando nuestras vidas, nuestras esperanzas y también nuestros fracasos con el fin de limpiar la mente de toda falsedad y contradicción. Tener la oportunidad de revisar aspiraciones y frustraciones es una práctica que, aunque fuera por una sola vez en la vida, debería efectuar todo aquel que busca avanzar en su desarrollo personal y en su acción en el mundo. Estos son días de inspiración y reflexión. Estos son días de Reconciliación. Reconciliación sincera con nosotros mismos y con aquellos que nos han herido. En esas relaciones dolorosas que hemos padecido no estamos tratando de perdonar ni ser perdonados. Perdonar exige que uno de los términos se ponga en una altura moral superior y que el otro término se humille ante quien perdona. Y es claro que el perdón es un paso más avanzado que el de la venganza, pero no lo es tanto como el de la reconciliación.

Tampoco estamos tratando de olvidar los agravios que hayan ocurrido. No es el caso de intentar la falsificación de la memoria. Es el caso de tratar de comprender

lo que ocurrió para entrar en el paso superior de reconciliar. Nada bueno se logra personal o socialmente con el olvido o el perdón. ¡Ni olvido ni perdón! porque la mente debe quedar fresca y atenta sin disimulos ni falsificaciones. Estamos considerando ahora el punto más importante de la Reconciliación que no admite adulteraciones. Si es que buscamos la reconciliación sincera con nosotros mismos y con aquellos que nos han herido intensamente es porque queremos una transformación profunda de nuestra vida. Una transformación que nos saque del resentimiento en el que, en definitiva, nadie se reconcilia con nadie y ni siquiera consigo mismo. Cuando llegamos a comprender que en nuestro interior no habita un enemigo sino un ser lleno de esperanzas y fracasos, un ser en el que vemos en corta sucesión de imágenes, momentos hermosos de plenitud y momentos de frustración y resentimiento. Cuando llegamos a comprender que nuestro enemigo es un ser que también vivió con esperanzas y fracasos, un ser en el que hubo hermosos momentos de plenitud y momentos de frustración y resentimiento, estaremos poniendo una mirada humanizadora sobre la piel de la monstruosidad.

Este camino hacia la reconciliación no surge espontáneamente, del mismo modo que no surge espontáneamente el camino hacia la no violencia. Porque ambos requieren de una gran comprensión y de la formación de una repugnancia física por la violencia.

No seremos nosotros quienes juzgaremos los errores, propios o ajenos, para eso estará la retribución humana y la justicia humana y será la altura de los tiempos la que ejercerá su dominio, porque yo no quiero juzgarme ni juzgar... quiero comprender en profundidad para limpiar mi mente de todo resentimiento.

Reconciliar no es olvidar ni perdonar, es reconocer todo lo ocurrido y es proponerse salir del círculo del resentimiento. Es pasear la mirada reconociendo los errores en uno y en los otros. Reconciliar en uno mismo es proponerse no pasar por el mismo camino dos veces, sino disponerse a reparar doblemente los daños producidos. Pero está claro que a quienes nos hayan ofendido no podemos pedirles que reparen doblemente los daños que nos ocasionaron. Sin embargo, es una buena tarea hacerles ver la cadena de perjuicios que van arrastrando en sus vidas. Al hacer esto nos reconciamos con quien hayamos sentido antes como un enemigo, aunque esto no logre que el otro se reconcilie con nosotros, pero eso ya es parte del destino de sus acciones sobre las que nosotros no podemos decidir.

Estamos diciendo que la reconciliación no es recíproca entre las personas y también que la reconciliación con uno mismo no trae como consecuencia que otros salgan de su círculo vicioso, aunque se pueden reconocer los beneficios sociales de semejante postura individual.

El tema de la reconciliación ha sido central en nuestras jornadas, pero seguramente otros muchos avances habremos logrado al peregrinar físicamente en un paisaje desconocido que habrá despertado paisajes profundos. Y esto siempre será posible si el Propósito que nos mueve a peregrinar es una disposición hacia la renovación, o mejor aún, una disposición hacia la transformación de la propia vida.

En estos días hemos pasado revista a las situaciones que consideramos más importantes en nuestra vida. Si hemos localizado tales momentos y hemos paseado por ellos la reconciliación limpiando los resentimientos que nos atan al pasado, habremos hecho una buena peregrinación hasta la fuente de la renovación y la transformación.

No olvidemos las pequeñas frases que han surgido en nuestro interior, no olvidemos las ocurrencias que nos han llegado súbitamente, no dejemos de anotar algunas verdades que hemos logrado barruntar por que las hemos visto danzar brevemente en nuestro caminar o porque las hemos visto en nuestros sueños reparadores después de nuestro peregrinaje. Estas frases, estas ocurrencias y estas verdades danzarinas son inspiraciones que estamos prestos para agradecer y son inspiraciones que nos invitan a ir más allá en nuestras experiencias no solamente de reconciliación sino de superación de las contradicciones, de las debilidades y de los temores.

Hago votos para que las búsquedas y los encuentros nos inflamen y nos motiven muy profundamente.

Para terminar, debo decir que reconozco y quiero compartir con todos esta situación que es similar a la que hemos descrito en una de nuestras Experiencia Guiadas..." Regreso al mundo con la frente y las manos luminosas. Así pues, acepto mi destino. Allí están el camino y yo, humilde peregrino que regresa a su gente. Yo que vuelvo luminoso a las horas del día rutinario, al dolor del hombre, a su simple alegría. Yo que doy de mis manos lo que puedo, que recibo la ofensa y el saludo fraterno, canto al corazón que del abismo oscuro renace a la luz del ansiado Sentido".

Silo Punta de Vacas 2007.

ANEXO 3: USO Y PROFUNDIZACIÓN DE LAS EXPERIENCIAS GUIADAS

Generalidades

En general, las experiencias guiadas que promueven la reconciliación se basan en tomar contacto con nuestro “paisaje interno”, comunicar con los propios registros, y ejercitar la necesaria movilidad de “imágenes” que permita la reconciliación. A veces lo hacen trabajando específicamente con los conflictos que deben ser reconciliados y, en otras, trabajando con aspectos generales de funcionamiento de nuestro psiquismo que dificultan o facilitan la reconciliación. Por ejemplo, dificultades en la dinámica de “imágenes”.

Siempre desde el punto de vista o interés operativo de la reconciliación, a continuación, ofrecemos algunos pocos comentarios no exhaustivos sobre de las experiencias guiadas. Combinamos nuestros propios comentarios con aquellos publicados en la edición del 1981 de “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano).

Como recurso complementario y de manera accesible, con las experiencias guiadas aprendemos prácticamente, ejercitando algunos útiles recursos y procedimientos de reconciliación. El modo más provechoso de hacerlo es en un grupo, intercambiando la experiencia enriquecedora con los participantes.

Para profundizar sobre las experiencias guiadas, ver Silo – Obras Completas Vol. I, ver el “Manual de Formación Personal del Movimiento Humanista”, y “El Libro de La Comunidad” (para el desarrollo humano).^{186 187 188 189 190 191}

Derivadas de los trabajos de Operativa, las experiencias guiadas fueron escritas en 1980 y se incluyen como material de trabajo interno en la primera edición de “El Libro de la Comunidad” (1980) y sucesivas ediciones. Son publicadas y presentadas por separado a partir de 1989, y luego forman parte de Silo - Obras Completas Volumen I.

Las experiencias guiadas nos ofrecen ejemplos sencillos para ilustrar modos de operar adecuados para la superación del sufrimiento y, por consiguiente, lograr reconciliación.

¹⁸⁶ Silo. Obras Completas Vol. I. Experiencias Guiadas.

¹⁸⁷ Silo – Obras Completas Vol. I. Habla Silo. II. Presentación de libros. Experiencias Guiadas. El Ateneo, Madrid, 3 de noviembre de 1989.

¹⁸⁸ Silo – Obras Completas Vol. I. Habla Silo. I. Opiniones, comentarios y participación en actos públicos. La acción válida - Las Palmas de Gran Canaria, España. 29 de septiembre de 1978 Charla ante un grupo de estudios.

¹⁸⁹ Silo – Obras Completas Vol. I. Habla Silo. II. Presentación de libros. Mitos raíces universales, Centro Cultural San Martín. Buenos Aires, Argentina. 18 de abril de 1991

¹⁹⁰ “Manual de formación personal del Movimiento Humanista” en

<http://www.humanistmovement.net/index.php//> y en

<https://www.lacomunidadmundial.org/es/materiales/documentos-oficiales.html>

¹⁹¹ “El Libro de La Comunidad” (para el desarrollo humano) en

<https://www.lacomunidadmundial.org/es/materiales/documentos-oficiales.html>

Tales modos de operar están basados en nuestra Psicología¹⁹² y son característicos de nuestra Operativa¹⁹³, con su catarsis, su transferencia y su autotransferencia.

De manera que podemos extraer de las experiencias guiadas algunos modos de operar que pueden ser de utilidad para aplicarlos a nuestro trabajo interno de reconciliación.

Con respecto a ellas, y según lo explicó Silo oportunamente¹⁹⁴, *“existe un esquema de construcción al que se ajustan todas ellas. Primeramente hay una entrada en tema y una ambientación general;¹⁹⁵ luego un aumento de la tensión “dramática”,¹⁹⁶ por así decirlo; en tercer lugar, una representación vital problemática;¹⁹⁷ cuarto, un desenlace como solución al problema;¹⁹⁸ quinto, una disminución de la tensión general y sexto, una salida no abrupta de la experiencia, generalmente desandando algunas etapas ya vistas anteriormente en el relato.”*

También: *“Debemos liberar la dinámica de imagen y quitar las racionalizaciones que impidan un fluido desarrollo.”*¹⁹⁹

“...debemos producir alteraciones temporoespaciales que modifiquen la percepción de los fenómenos y terminen por modificar la perspectiva desde la que vemos nuestro pasado. Así, es posible no ya modificar los hechos que ocurrieron, pero sí el punto de vista sobre los mismos y, en ese caso, la integración de tales contenidos cambia considerablemente.”

“... el tipo de modificación de escena y mirada”

“Sin este mecanismo de cambio en la posición y perspectiva de la mirada y la escena no serían viables numerosos fenómenos de la vida diaria. ¿Cómo sería posible que un objeto externo me produjera repugnancia por el solo hecho de mirarlo? ¿Cómo podría “sentir” ese horror por el corte sufrido en la piel del otro? ¿Cómo podría solidarizarme con el dolor humano y con el sufrimiento y el placer de los demás?”

” El planteamiento de las imágenes “externas” actuando sobre la representación interna tiene en la experiencia de “El minero” una mejor expresión. “

“Vimos que en la representación se producían variaciones de emplazamiento, de perspectiva de la “mirada” del observador respecto a una escena dada “

Desde el punto de vista del trabajo de los centros de respuesta, las experiencias guiadas ofrecen esta ventaja sobre otros recursos: *“Los centros superiores sólo pueden actuar sobre los inferiores, por sus partes motrices. Por ejemplo, las ideas abstractas no pueden movilizar al centro emotivo o al motriz. En cambio, las*

192 Silo – Obras Completas Vol. II. Apuntes de Psicología.

193 Ammann, Luis A. Autoliberación. Segunda parte. Operativa.

194 Silo – Obras Completas Vol. I. Habla Silo. II. Presentación de libros, Experiencias guiadas, El Ateneo. Madrid, España, 3 de noviembre de 1989.

195 Examen y descripción del conflicto.

196 Ejercicio de extremar (exagerar) el punto de vista que genera el conflicto.

197 Relacionar el conflicto con otros conflictos similares (mejora la dinámica de imágenes). El centro de gravedad se despega de factores externos y se internaliza.

198 Imaginar cómo continuarán las cosas después del inicio (resolución) de reconciliación.

199 Silo – Obras Completas Vol. I. Habla Silo. II. Presentación de libros, Experiencias guiadas, El Ateneo. Madrid, España, 3 de noviembre de 1989.

“imágenes” pueden activar emociones, movimientos corporales y a veces producir modificaciones vegetativas.”²⁰⁰

Posibles usos auxiliares de las experiencias guiadas:

- 1) Las experiencias guiadas escritas por Silo pueden habilitar la reconciliación para los temas específicos que tratan.
- 2) También pueden ser una ejercitación de los recursos y procedimientos adecuados, para mejorar la propia pericia y para reforzar una “cultura” interna permanente de reconciliación.
- 3) Ateniéndose al esquema constructivo explicado por Silo, se pueden construir nuevas experiencias guiadas específicas para los intereses y circunstancias de cada persona.
- 4) Durante el proceso de reconciliación, las comprensiones, resistencias y las resoluciones de cada persona pueden ser apoyadas con breves experiencias guiadas ad hoc creadas a tal efecto por el interesado.
- 5) También se pueden crear nuevas experiencias guiadas ad hoc para apoyar o reforzar propósitos más allá de la reconciliación.

Ubicación de las experiencias guiadas

Las experiencias guiadas cumplen las mismas funciones que las transferencias y las autotransferencias, utilizando los mismos principios. Si bien tratan determinados temas, éstos son lo suficientemente genéricos como para ser de utilidad para cualquier persona. Otra ventaja es que son accesibles a muchos, ya que no requieren ningún conocimiento previo especializado.

De manera que se ubican en un nivel intermedio de prácticas para habilitar la reconciliación. Por encima de este, tenemos las transferencias y autotransferencias que requieren conocimiento y pericia, pero que generalmente tienen mayor eficacia, precisión y ductilidad de aplicación al adecuarse a las necesidades específicas de cada individuo. Por debajo, tenemos prácticas sin mayores requisitos, pero de menor especificidad y, por lo tanto, de resultados más contingentes.²⁰¹

No en vano todos estos variados niveles de prácticas están incluidos en los trabajos de “Nivelación” previos a los trabajos con las Disciplinas.

Como valor agregado, en las experiencias guiadas tenemos ejemplos de modelos operativos para la reconciliación. Es decir, tenemos un muestrario de recursos y de su ordenamiento secuencial apropiados para producir la transferencia de las “imágenes” iniciales conflictivas a otras “imágenes” integradoras y reconciliatorias. Asimismo, en esos breves procesos aparecen descripciones de registros de resistencias, de su vencimiento y de la reconciliación final.

A continuación, sin mayor profundización, ofrecemos algunas observaciones sobre las experiencias guiadas

²⁰⁰ Ammann, Luis A. Autoliberación. Primera parte: Mejoramiento conductual. Prácticas sicofísicas. Lección 4 Lección 4 Características del trabajo de los centros. Centro emotivo.

²⁰¹ Como coadyuvantes, quizá un relax o una “experiencia de paz” puedan favorecer una reconciliación, pero esta última no es su finalidad.

Comentarios sobre las experiencias guiadas

El Niño

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Se trata de resaltar los primeros registros de injusticia, por ello se radica la escena en una época infantil. La sensación de injusticia actual a la que también se recurre, es cotejada con las primeras experiencias de ese tipo a fin de encontrar una relación que permita integrar esos contenidos aparentemente separados en un mismo sistema de comprensión. La intención está puesta en liberarse de sentimientos negativos, que por autocompasión limitan el comportamiento en el mundo de relación.

Recomendación.

*Es importante reconocer en la vida cotidiana, situaciones en las que uno está sometido a determinadas injusticias. Habrá que preguntarse qué tipo de injusticias sufre uno especialmente y más aún, si la mayoría de ellas (sobre todo las que uno siente como importantes) se refieren a la misma situación o están ligadas a cierto tipo de personas. Con estas ideas en claro, no será difícil encontrar un estrecho vínculo con las experiencias infantiles. En cuanto a la **reconciliación** con las personas productoras de tales “injusticias”, no es tarea fácil y tal propuesta suscita fuertes reacciones. No obstante, el vencimiento de esas resistencias en la vida diaria o, por lo menos, al repetir esta experiencia guiada, puede abrir nuevas posibilidades de comportamiento y de enfoque sobre nuestro mundo de relación.”*

202 203

En “**El Niño**”, la reconciliación pasa por establecer relaciones significativas entre situaciones de sufrimiento del presente y situaciones no reconciliadas de otros tiempos de conciencia; en este caso, del pasado.²⁰⁴

Además, se sugiere intentar modificaciones conductuales en la vida diaria en relación al tema.²⁰⁵ Por modificaciones conductuales se entiende aquellas que afectan no sólo nuestra manera de pensar y sentir en nuestro “mundo interno”, sino también de actuar en nuestras relaciones interpersonales, en el medio, etc.

Las modificaciones conductuales son la “piedra de toque”, el indicador indispensable del cambio interno efectivo. Asimismo, las modificaciones conductuales de acuerdo con los Principios de la Acción Válida tienen consecuencias transferenciales.

²⁰² “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²⁰³ “9- El cuadro por el que se penetra al parque de diversiones, está inspirado en la primera carta del juego del Tarot. Al término de esta experiencia un joven de 27 años hizo la siguiente observación: “Durante casi toda la experiencia estuve alerta, como sobresaltado, esperando que los animales de la entrada despertaran, entrando al parque de diversiones. De pronto, al recordar una injusticia infantil, vi a dos cucarachas con las que me asustaba mi hermano mayor, (este hecho lo había olvidado hasta ahora, pero en cambio mi temor a las cucarachas ha sido constante). Al sugerirse la reconciliación con la injusticia, comprendí todo aquello como bromas infantiles sin importancia. De inmediato, desapareció el sobresalto por los animales de la entrada que eran, por supuesto, dos inmensas cucarachas. Tengo la seguridad de que este descubrimiento, acabará con mi fobia.”

²⁰⁴ Establecer relaciones significativas entre situaciones de sufrimiento del presente y situaciones no reconciliadas de otros tiempos de conciencia.

²⁰⁵ Intentar modificaciones conductuales en la vida diaria en relación al tema.

El Enemigo

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

El objetivo de esta experiencia es el logro de la reconciliación con el pasado, particularmente con alguna persona con la cual ha quedado alguna secuela de resentimiento. La utilidad de tal reconciliación es obvia y ella beneficiará no solamente nuestro comportamiento externo, sino que permitirá integrar y superar contenidos mentales oprimentes. ²⁰⁶

Recomendación.

Advertir las resistencias y las contradicciones que se crean entre lo que desearía hacer y decir, y lo que termino realizando en las escenas. Estudiar si la reconciliación producida en la experiencia, modifica la conducta cotidiana respecto del problema. Si las resistencias a la reconciliación no han sido superadas, se sugiere repetir la experiencia.” ^{207 208}

En “**El Enemigo**”, el procedimiento de reconciliación recurre una vez más a la variación de perspectivas. Para lograrlo, se recurre previamente a crear las condiciones.²⁰⁹ Primero, las escenas frenan la dinámica mental febril propia de la relación con “enemigos”. Luego, se usa el procedimiento de extremar la perspectiva existente²¹⁰ y expresar libremente los sentimientos negativos asociados a lo odiado (catarsis).²¹¹

Es un recurso oportuno e del **extremar la perspectiva conflictiva** en intensidad o en proceso futuro, llevándola hasta sus últimas consecuencias, hasta que se evidencie su absurdo, irracionalidad, arbitrariedad, desproporción, etc. y, por lo tanto, se facilite el posible péndulo hacia una óptica compensatoria

Esto permite descargar y reducir las tensiones que dificultan la movilidad de imagen necesaria para lograr la variación de perspectiva. De este modo, la anterior relación de fuerzas con lo odiado se desequilibra a nuestro favor. Esto se traduce en nuevas perspectivas que permitan considerar lo odiado de otra manera. Avanzando con resolución, surge la posibilidad de empatía y, con ella, la reconciliación y la predisposición a la ayuda.

El Gran Error

²⁰⁶ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²⁰⁷ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²⁰⁸ 11- Veamos algunos relatos, de personas de mediana edad: 1.- “La experiencia me sirvió mucho. Uno siempre piensa que si tuviera la oportunidad de hacer lo que quisiese haría mucho. Pero en este caso, enfrentado a la situación, comprobé que no sabía qué hacer. Estaba en un estado de confusión y sinceramente esperaba que alguien me dijera qué hacer”. 2.- “Creo que esta experiencia tiene mucho sentido, porque la veo relacionada con mi propia vida: mis amigos, son mis enemigos”. 3.- “Cuando mi enemigo se arrodilló, tuve una experiencia reconciliadora”. 4.- Me di cuenta que el enemigo tenía mis propias características”. 5.- “Fue una experiencia natural, ya que las imágenes propuestas se deslizaban sin dificultad. Creo que cualquier persona puede reconocer que al confrontar a un enemigo “inmóvil”, dejan de sentirse las imágenes negativas anteriores y aparece un sentimiento reconciliador”.

²⁰⁹ Crear las condiciones adecuadas para el trabajo.

²¹⁰ Procedimiento de extremar la perspectiva existente.

²¹¹ Expresar libremente los sentimientos negativos asociados a lo odiado, etc. (catarsis).

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Esta experiencia tiene por objeto reencontrar el momento del pasado que, normalmente, toda persona negativiza. En ese punto aparecen los "culpables" de mis aparentes derrotas. He ahí unas de las fuentes de mis frustraciones, de mis resentimientos, de mi conciencia culposa y, a veces, de mi autocompasión. Reenfocar el aparente "gran error" de la propia vida y asumir un nuevo punto de vista sobre el mismo, contribuye a dar coherencia y unidad al proceso afectivo y en general, existencial. Este es un claro ejemplo de meditación dinámica sobre el pasado que propone, además, una fórmula práctica de reconciliación consigo mismo.²¹²

Recomendación.

Diariamente recrear la experiencia, particularmente en el regreso a la situación del gran fracaso. Examinar todos los factores que actuaron en aquel momento, comprendiendo lo accidental que impulsó a esa dirección. En esta práctica aparecen por lo menos cuatro tipos de resistencias: 1° imposibilidad de encontrar el momento o situación de "gran error"; 2° imposibilidad de comprender que gracias a ese error he podido obtener otros logros, habiendo llegado hasta el momento actual; 3° imposibilidad de considerar que merced a los problemas detectados, puede eludir situaciones que hubieran resultado más graves y 4° imposibilidad de considerar aquellas situaciones como hechos accidentales que escaparon a todo control mío y de otros, a los cuales atribuyo culpabilidad.

Las resistencias mencionadas, deberán ser meditadas, aparte de la experiencia, verificando en la vida diaria si se producen cambios de enfoque en la situación actual por acción de la reconciliación con el pasado.”²¹³

En “**El Gran Error**”, la perspectiva reconciliadora es comprender que la libertad de opción personal puede estar muy limitada por factores ajenos al control de uno mismo y de otros, como es el caso de los accidentes.²¹⁴ Este cambio de perspectiva ayuda a superar la frustración, un injustificado sentimiento de culpa, el resentimiento con otros, etc.

Asimismo, esto llama en causa otro factor: el de las creencias equivocadas en las que puede basarse la falta de reconciliación. De manera que podría ser muy útil la revisión de las propias creencias en las que se sustentan nuestros conflictos.²¹⁵

Más en general, el examen en todas sus facetas del conflicto a reconciliar amplía la perspectiva del mismo. Esto contribuye a salir del típico estrechamiento de visión que a menudo acompaña a los conflictos obnubilando la conciencia.²¹⁶

La Nostalgia

²¹² “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²¹³ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²¹⁴ Considerar la incidencia de los factores ajenos al control de uno mismo y de otros, como es el caso de los accidentes.

²¹⁵ Revisión de las propias creencias en las que se sustentan nuestros conflictos

²¹⁶ El examen en todas sus facetas del conflicto a reconciliar amplía la perspectiva del mismo. Esto contribuye a salir del típico estrechamiento de visión que a menudo acompaña a los conflictos obnubilando la conciencia.

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Esta experiencia tiene por finalidad reconciliar contenido de relaciones sentimentales, que por diversos acontecimientos resultaron deteriorados. La recomposición de esos hechos pasados gracias a un nuevo punto de vista, apunta a mejorar la posición que uno tiene respecto de las personas del otro sexo. Esta experiencia, bien trabajada, contribuye a superar numerosas frustraciones y resentimientos, predisponiendo a una actitud constructiva presente y futura. Esta práctica no es provechosa para las personas muy jóvenes en razón de la escasa cantidad de anécdotas del tipo que se propone a continuación. ²¹⁷

Recomendación.

Observar si en la vida diaria se modifican prevenciones o suspicacias en nuestra relación con personas del sexo opuesto. Trabajar nuevamente la experiencia, si las resistencias que aparecieron no fueron vencidas.” ²¹⁸

En “**La Nostalgia**”, la perspectiva reconciliadora es reconocer y enfatizar los aspectos positivos de las relaciones, considerándolos de mayor importancia vital que los negativos en el contexto de los intentos de comunicación y afecto impulsados y orientados por la búsqueda profunda que los trasciende. ²¹⁹

Se propone un cambio de óptica: de ver sólo el “medio vaso vacío” a ver el “medio vaso lleno”. Esta útil capacidad de alternar a voluntad entre ópticas opuestas parece similar al de las ópticas trágica y cómica de la Psicofísica.

Hay un examen de factores que ofrece puntos de vista distintos, “miradas” distintas que crean “paisajes” distintos. Ya de por sí esto puede colaborar para llegar a la última raíz de lo que se quiere reconciliar.

Otro modo de operar interesante para lograr el cambio de perspectiva es el de proporcionar el conflicto en términos de proceso: “*errores de danza y no la danza misma*”. ²²⁰

Una vez más, se trabaja por salir del estrechamiento de visión y la fijación de la “mirada”.

La Pareja Ideal

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

La experiencia propone una revisión de relaciones afectivas que permita comprender

al practicante cómo las búsquedas, encuentros, rupturas y fantasías con personas del sexo opuesto, están ligados a un núcleo ideal de pareja, difícil de advertir

²¹⁷ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²¹⁸ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²¹⁹ Reconocer y enfatizar los aspectos positivos, el “medio vaso lleno”

²²⁰ Proporcionar el conflicto en términos de proceso

cotidianamente, pero que sin duda opera y orienta en determinadas direcciones, provocando a veces, tremendos desencantos al no coincidir con la realidad. ²²¹

Recomendación.

Reconocer en la vida diaria los temas trabajados en la experiencia.” ²²²

En “**La Pareja Ideal**”, la perspectiva reconciliadora está habilitada por el encuentro con esta imagen-guía profunda antes ignorada como parte del propio “paisaje interno” y buscada ilusoriamente (alucinada) en el “paisaje externo”. Este encuentro (implesión) reconcilia con pérdidas y desencuentros biográficos al definir el “objeto” de dicha búsqueda, reconociendo su origen y su función. ²²³

El Resentimiento

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Esta experiencia apunta a lograr un estado de reconciliación con aquella persona a la que estoy ligado negativamente. Si ese objetivo es logrado, la misma técnica habrá de servir para obtener reconciliaciones de menor importancia. Todo enemigo y todo resentimiento en mi interior, limita mi presente y obstruye el futuro. A la luz de esta idea, los trabajos de reconciliación con el pasado, asumen un papel de la mayor importancia para el desarrollo personal y la eficacia en la vida diaria. ²²⁴

Recomendación.

Comprobar si se han vencido resistencias de acuerdo a las imágenes propuestas.

Tener en cuenta particularmente, las sensaciones que acompañaron a la quema del manto.

Ellas son las que mejor indicaron si se produjo alguna transformación de los sentimientos negativos. En caso de no haber vencido resistencias, trabajar la experiencia nuevamente.” ²²⁵

En “**El Resentimiento**”, también se dan los indicadores esenciales de los conflictos a reconciliar. El estrechamiento de la “mirada” y la inmovilidad de los tiempos de conciencia.

Los temores son un indicador de la existencia de tales conflictos.

Nuevamente se recurre a la catarsis previa que a menudo revela la última raíz del conflicto y que facilita la reconciliación posterior.

²²¹ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²²² “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²²³ Advertir los “modelos” (imágenes-guía) que orientan nuestras búsquedas. Esto permite comprender más profundamente la sugestión compulsiva de los “objetos” sobre los que proyectamos atributos que son propios del “modelo”. Además de ayudarnos a comprender, dichos “modelos” pueden ser reforzados o cambiados, reorientando nuestras búsquedas según sea oportuno.

²²⁴ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²²⁵ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

La iluminación del rostro de la persona que es objeto del resentimiento también ayuda. Esa visión directa de lo odiado/temido se presenta como resistencia en las sesiones transferenciales, e intentar superarla es uno de los recursos usados para comprender y modificar la “mirada” que mantiene al conflicto por reconciliar.²²⁶

Aquí también se recurre a una modificación conductual “acto” que inicia la reconciliación.²²⁷ El registro concomitante de distensión (alivio) es también característico del “soltar”, de la conversión de la “mirada” sufriente a otra liberadora.

La Protectora de la Vida

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Esta experiencia pretende una toma de contacto con los problemas del cuerpo. También una afirmación del mismo. Es sabido que una negación de una zona corporal por repudio de la misma, termina “anestesiando”, insensibilizando el punto. La consecuencia de ello, es que todo lo referido al tema, termina por ser mentalmente degradado o deformado imaginariamente.

La reconciliación con el propio cuerpo es una experiencia recomendable para todas las personas. Asumirlo tal cual es, constituye el primer paso de avance en el criterio de realidad.

Recomendación.

Estudiar la coincidencia entre las resistencias de la experiencia y las que se observan en la vida cotidiana. Si en esta experiencia, o al repetirla, se ha producido el vencimiento de resistencias, comprobar su correlato en la vida diaria.”^{228 229}

En “**La Protectora de la Vida**”, como en otras experiencias guiadas, se crean las condiciones que favorecen la reconciliación. En este caso, una relajación completa que promueve los registros de bienestar corporal y de armonía con el medio.²³⁰

Luego de la puesta en situación, se proponen distintas perspectivas positivas para la consideración del propio cuerpo. Si la relación sufriente con el cuerpo es de “diferenciación” y “distancia”, las perspectivas alternativas son de

²²⁶ Hay que examinar lo que se desea examinar, que se evita o se “ignora” (resistencia).

²²⁷ Como en las transferencias, dadas las condiciones, hay que avanzar conductualmente para superar la resistencia.

²²⁸ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²²⁹ “18- La protectora de la vida, está inspirado en la carta 21 del Tarot. En las cartas “tarotiques” aparece la imagen más aproximada a la de esta experiencia, no así en la primera recopilación de Court de Gebelin o del Tarot de los Bohemios, o por último del pseudo Tarot egipcio. Sobre el “anima mundi” (llamada “el mundo” en el Tarot), hay un grabado muy ilustrativo en el libro de Fludd “Utriusque Cosmi Maioris”, publicado en 1617. Jung, se refiere también a este personaje en sus “Transformaciones y símbolos de la libido”. A su vez, las religiones no dejan de tener en cuenta estas vírgenes de las grutas. En ese sentido, la protectora de la vida, es una virgen de las grutas con algunos elementos del paganismo griego, tales la corona de flores y el cervatillo que lame su mano, recordando a Artemisa o su contrafigura romana, Diana. No sería difícil cambiar su corona por una de estrellas, o asentar sus pies sobre una media luna, para estar en presencia igualmente de una virgen de las grutas, pero patrimonio ya de las nuevas religiones que desplazaron al paganismo. La ambientación del argumento, no obstante, es tropical por su aptitud distensadora. La calidad del agua, a su vez, hace rememorar al elixir de juventud; temas todos muy diversos, pero que combinados sirven al mismo objeto de lograr reconciliación con el propio cuerpo.”

²³⁰ Hay que crear la condición corporal relajada y/o placentera para favorecer la reconciliación.

“complementación” y “acercamiento”. La “mirada externa” de enjuiciamiento social del cuerpo se relativiza y se desplaza (transfiere) del aspecto estético y epocal, al aspecto de su salud. Se desplaza del cuerpo como objeto de la cosificación al cuerpo como prótesis de la propia intencionalidad. En cuanto a la consideración y trato con el propio cuerpo, se sugiere un cambio de referencias, pasando de referencias enjuiciadoras (belleza) a adecuadas referencias de ayuda (salud).²³¹

Las propuestas de reconciliación son reforzadas por imágenes cenestésicas apropiadas.

“**La Acción Salvadora**” propone una perspectiva trascendente frente a la situación de crisis generalizada. Dicha perspectiva trasciende al “yo” y al “recibir”, y trasciende a la propia existencia. Esta perspectiva se asienta en los registros de una conducta orientada hacia otros en términos de empatía y de ayuda. Esta referencia superior es fuente de reconciliación frente al sufrimiento propio y ajeno, en particular frente a circunstancias ingobernables que limitan la libertad de opción entre condiciones. Aquí también se apela al recurso de ampliar el estrechamiento de visión característico de la perspectiva sufriente: del “yo” al “otro”, a “los otros”, al “nosotros”; y de las circunstancias coyunturales al proceso vital y más allá. Obviamente, también se apela a desplazar la atención de los estímulos ambientales a los propios registros, del “recibir” al “dar”, de lo simplemente reactivo a lo intencional, etc.²³²

Se practica el recurso de ver el **conflicto a la luz de referencias mayores**. Comparación del conflicto con nuestros mejores registros, valores, sentidos, creencias, etc. Es decir, conflicto a la luz de lo mejor de uno mismo, lo sagrado, etc.

También muestra otro paso importante de la reconciliación, como es la **propuesta de modificaciones conductuales** a la luz de la comprensión y experiencia logradas.

En “**Las Falsas Esperanzas**” el procedimiento de reconciliación con ellas propone la comunicación sincera con los propios registros de las esperanzas a futuro. De entre ellos, se distinguen los registros unitivos de los no unitivos que acompañan a las esperanzas, falsas y verdaderas. Unas no tienen futuro porque son fuente de división interna y llevarán a una crisis de fracaso. Las otras son unitivas y son fuente de inspiración y dirección. Desde esa referencia mayor basada en los registros de validez o invalidez de la propia acción se invita a “soltar” en paz unas y a afianzar con convicción otras. Una vez más se apeló a reubicar el “centro de gravedad” en los propios registros, que quizá se encontraba externalizado por una “mirada” externa.²³³

En “**El Viaje**”, a la luz de una experiencia de Sentido (con mayúscula) se resignifica la “realidad” cotidiana, reconciliando así sus vicisitudes y adversidades. Esta nueva perspectiva reconciliadora es habilitada por un nivel de trabajo de la conciencia

²³¹ Además de “estrechez” y “fijación” como características del conflicto, está la de la “distancia”. El “acercamiento” o “alejamiento” contribuyes a variar la perspectiva y superar las resistencias.

²³² Proponer una perspectiva trascendente que redimensione y resignifique el conflicto.

²³³ Examinar los registros profundos y diferenciarlos entre convenientes e inconvenientes.

superior al de la vigilia ordinaria. Entre otros, esto es característico, del “pasaje de la Fuerza”.²³⁴

En “**El Festival**”, como en “**El Viaje**”, se hace referencia a una variación totalizadora de perspectiva o “mirada” de la “realidad”. El intuir, el admitir, o el experimentar la existencia de otras “realidades” posibles habilita, entre otros, la reconciliación. En línea con ello, Silo sugiere: “*No imagines que estás solo en tu pueblo, en tu ciudad, en la Tierra y en los infinitos mundos*”, y también “*No imagines que estás encadenado a este tiempo y a este espacio*”.^{235 236}

El Temor (El animal)

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Esta experiencia tiene por finalidad reconstruir una escena conflictiva del pasado, siguiendo el hilo conductor de una “fobia” o de un temor irracional excesivo.

Se parte de una premisa según la cual, dicho temor está ligado necesariamente a situaciones conflictivas que deben revivirse para desposeerlas de su carga opresiva.

*Si ello sucede y el conflicto se integra correctamente, la fobia debe perder intensidad.*²³⁷

Recomendación.

Considerar si se ha podido reconstruir la escena conflictiva ligada al temor irracional. Observar si se ha logrado vencer las resistencias en los núcleos de problema propuestos. De ser así, verificar en la vida diaria el resultado obtenido.

*Si, en cambio, las resistencias no fueron superadas o el conflicto no pudo ser reconstruido, se sugiere repetir la experiencia.”*²³⁸

En “**El Animal**”, se advierte que la raíz de un temor del presente se encuentra en un momento sufriente del pasado. Ambas fuentes de sufrimiento se relacionan mediante los registros que les acompañan. Con sus recursos alegóricos, la experiencia guiada pone la condición necesaria para que tales relaciones puedan establecerse, y con esto habilitar la consecuente reflexión y el inicio de modificaciones y reconciliaciones. Nuevamente se recurre a la variación de

²³⁴ Para reflexionar, colocarse en las mejores condiciones posibles de calma y lucidez (conciencia de sí, pasaje de Fuerza, etc.). Esto da el mejor nivel de trabajo de la conciencia. También tomar como referencia las mejores experiencias de sentido, experiencias extraordinarias, etc. Esto da una perspectiva superior de la vigilia ordinaria, que es el ámbito de los conflictos no resueltos.

²³⁵ Silo. “El Mensaje de Silo”, El Camino. <http://silo.net>.

²³⁶ Frente a la necesidad de reconciliación, intentar admitir la posibilidad (dada por la experiencia o por la creencia) de que es posible ver el conflicto desde otra “mirada” que nos ofrezca otra “realidad” reconciliadora. En síntesis: que la reconciliación es posible.

²³⁷ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²³⁸ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

perspectiva del “objeto” de reconciliación, que incluye el ampliar la “mirada” para entender el conflicto en su última raíz.²³⁹

Todas las experiencias guiadas se basan en tomar contacto con nuestro “paisaje interno”, comunicar con nuestros registros, y producir la necesaria movilidad de imágenes que habilite la reconciliación. A veces lo hacen trabajando específicamente con los conflictos que deben ser reconciliados y, en otras, trabajando con aspectos generales de nuestro psiquismo que dificultan o facilitan la reconciliación.

Como vemos en varias experiencias guiadas, se apela a **examinar el conflicto en sus distintas facetas y desde diversas perspectivas**. Establecer relaciones significativas entre el conflicto y sus manifestaciones en otros tiempos de conciencia. Por ejemplo, si el conflicto es referido al presente, identificar su relación con el pasado recordado y el futuro imaginado. Estas relaciones pueden establecerse mediante un “barrido” o “escaneado” de los otros tiempos de conciencia en base a los registros cenestésicos del conflicto que encontrarán los contenidos de evocación o de imaginación que les corresponden..

Ejercicio de Transformismos y Expansiones (Los Disfraces)

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Las dificultades en los transformismos, suelen reflejar los problemas que uno tiene con su propia persona, con su propia imagen y también los problemas que sufre la imagen que uno tiene de sí mismo, al ser confrontada con otras personas.

En esta práctica se incluyen algunas operaciones de expansiones y contracciones, útiles al desbloqueo y movilidad de la propia imagen.

Este ejercicio tiende a mejorar las relaciones del practicante con las personas con las que se relaciona, al proporcionarle un mayor control de la imagen de sí mismo.

De este modo, pueden ser trabajados bloqueos o inmovilidades de la propia imagen que se expresan frecuentemente como timidez, exceso de susceptibilidad, ocultamiento, fuga de situación, etc.

Recomendación.

Considerar las resistencias de las diferentes escenas, relacionándolas con problemas experimentados en la vida cotidiana. Verificar si las resistencias vencidas, producen un correlativo progreso en las actitudes habituales. Repetir la experiencia enfatizando en las resistencias no vencidas más importantes.”

En “**Los Disfraces**”, el ejercicio de la movilidad de imágenes proporciona la capacidad necesaria para reconciliar algunos temas referidos a la imagen de uno mismo originados en una “mirada externa”. Aquí también se aplica el recurso de **desestabilizar y ampliar la perspectiva estrecha del conflicto**. También se usa **la variación de “miradas” del conflicto** al alternar ópticas opuestas.

²³⁹ La búsqueda de relación entre el conflicto a resolver y otros posibles conflictos similares (en los tiempos de conciencia que fueren) se realiza en base a tomar los registros esenciales del conflicto a resolver, y con ellos hacer un “barrido” de nuestro “paisaje interno”. Es decir, no interesa hallar y comparar circunstancias externas similares que por cierto serán diferentes, sino registros similares.

El Minero

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Esta experiencia tiene por finalidad poner al practicante en evidencia la relación que existe entre los pensamientos (imágenes en este caso y las tensiones viscerales o internas del cuerpo. El presente trabajo permite lograr adecuadas distensiones profundas al par que previene dramáticamente sobre las imágenes negativas que tan frecuentemente producen quebrantos sicosomáticos. Por otra parte, se pretende hacer comprender la reversibilidad del fenómeno, en cuanto que las tensiones o irritaciones corporales profundas, motivan imágenes y estados de ánimo.

Recomendación.

Considerar si se ha representado correctamente la escena de la pasada de la escoba. En caso de resistencias, repetir hasta vencerlas.”

Comprobar si en la vida diaria, algunos puntos del cuerpo afectados por tensiones o irritaciones internas, han modificado su estado como consecuencia de la experiencia.” ²⁴⁰

La experiencia guiada “**El Minero**” trata sobre la mutua implicancia entre cuerpo y mente. Dada la importancia de la traducción de los impulsos del intracuerpo, la condición corporal es un factor condicionante a considerar para la reconciliación. Este factor es a menudo obviado por un acercamiento simplemente psicologista, introspectivo y voluntarista.²⁴¹

Las experiencias guiadas referidas al **Guía Interno**²⁴² habilitan su configuración. Este es un gran recurso para encarar y lograr la reconciliación, ya que la relación con el Guía Interno tiene la capacidad de ofrecer respuestas desde las mejores referencias y de eludir la propia mecanicidad habitual del pensar, del sentir y del actuar. Para ello es necesario configurar adecuadamente nuestra imagen guía para así incorporarla a nuestros recursos de reconciliación.

Por ejemplo, en “**La Desorientación y el Guía Interno**”, la imagen-guía ayuda a examinar un problema, aclarando algunos aspectos, e indicando la dirección a tomar para solucionarlo. De manera similar se puede proceder para la reconciliación de conflictos.

En “**La Vejación y el Guía Interno**”, la imagen-guía provee la fuerza interna para resistir la violencia interna y externa, y la inspiración para proceder de la mejor manera. Tal ayuda puede ser muy útil según el tipo de reconciliación a lograr.

En “**La Indecisión y el Guía Interno**”, la imagen-guía restablece la fuerza interna para afrontar situaciones difíciles de la mejor manera posible. Esto hace directamente a las condiciones en las que conviene trabajar por la reconciliación de conflictos.

²⁴⁰ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²⁴¹ Es desaconsejable el procedimiento psicologista, introspectivo y voluntarista. Fracaso y Cambio.

²⁴² Para profundizar, ver García, F.A., “El Guía Interno como apoyo para los trabajos de Escuela”, Centro de Estudios, Parques de Estudio y Reflexión – Punta de vacas, 2011.

La experiencia guiada “**La Muerte**”²⁴³ sugiere la relación que existe entre los registros de unidad o contradicción y los registros cenestésicos viscerales. De consecuencia, entre los “mundos” vigílico e infravigílico. Pone alegóricamente en situación de tomar contacto con las fuentes de violencia interna asociadas a episodios pasados de violencia ejercida sobre otros y a una “larga cadena de fracasos”. Se propone la reconciliación con nosotros mismos y una nueva relación con las personas y los recuerdos del caso.

Ejercicio de Descenso

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Los problemas en el descenso están relacionados con dificultades físicas, generalmente respiratorias. En caso que ellas no tengan lugar, pueden estar ligadas a accidentes sufridos por encerramientos, asfixias, ahogos, etc.

Excluyendo los casos mencionados, las resistencias al descenso, revelan temores a la reconstrucción del propio pasado. También muestran inquietud porque algunos impulsos escapen al control de la conciencia o de la conducta. Tales impulsos, suelen ser ideas o sentimientos obsesivos y actitudes compulsivas que obligan al individuo a hacer cosas que no desea. 244

Recomendación.

Observar si en la vida diaria, se reproducen las mismas resistencias que en la experiencia. Parejamente, si en la experiencia o en otras repetidas se han vencido las dificultades, confrontar con situaciones en las que aparecían los problemas, comprobando si se ha logrado progresar.” 245 246

Aquí vemos la movilidad de “imágenes” referidas al plano bajo del espacio de representación generalmente asociado al pasado.

Catarsis (El Deshollinador)

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Esta práctica tiene por finalidad lograr un inmediato alivio de las tensiones internas motivadas por conflictos no resueltos, o directamente negados. La negación,

²⁴³ “Así habla mi guía. Así me dispongo y todo se hace transparente y quedo liberado de toda atadura... Estoy reconciliado, estoy purificado. Voy a la Ciudad de la Luz, esa ciudad jamás percibida por el ojo, nunca escuchada en su canto por el oído humano.”

²⁴⁴ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²⁴⁵ “El Libro de La Comunidad” (para el equilibrio y desarrollo del ser humano), primera edición, 1981.

²⁴⁶ “16- Un curioso comentario: “Al levantar la tapa del fondo del mar, vi que se trataba del sepulcro de mi padre. Súbitamente comprendí la extraña sensación que me acompañó durante años al tratar de bucear o simplemente sumergirme en el agua. También caí en cuenta sobre el significado de mi desconfianza a las bajadas en escaleras o en ascensor, y mi horror ante un posible “descenso” en el status. Creo entender que no he resuelto un fuerte sentimiento de culpa que experimento al evocar a mi padre, pero sé ahora que si viviera ya me hubiera perdonado. Por lo demás, tengo gran curiosidad por experimentar lo más pronto posible, qué sucederá cuando me sumerja en el agua”. El instructor supo tiempo después por boca de practicantes, que éste había hecho todo tipo de pruebas en el agua, en escaleras y en ascensores, habiendo comprobado la superación de sus aprehensiones. Otro tanto había sucedido con su “horror a la pérdida de status”. El hombre explicó, finalmente, que lo más importante fue la sensación de que estaba **reconciliado** con su padre.”

generalmente opera por olvido o por racionalización, de modo que las dificultades quedan desplazadas sin posibilidad de ser elaboradas en el nivel que les corresponde.

Recomendación.

Verificar si se registra la sensación de alivio una vez terminada la experiencia. Comprobar en la vida diaria, si los problemas contados en la "catarsis" han perdido fuerza o bien si han sido comprendidos en un nivel menos conflictivo."

Para reconciliar ciertos conflictos, a menudo y al inicio es oportuno **expresarlos catárticamente**, por ejemplo, verbalizando, todo lo referido al conflicto, por ejemplo, en términos del "recibir", del "para-mí", de victimismo, libremente y en términos simples y crudos, tal cual se vivencian.

Quizá también quepa aquí **preguntarse y responderse en qué consiste** esencialmente el conflicto (qué es lo peor, lo que más duele) y, luego, por la raíz última de lo que se identifique como central. Es decir, lo que da sustento al conflicto: qué es lo que está "debajo", lo que ha sido "herido", la "llaga" que se ha tocado, lo "intolerable", lo que es difícil de dejar, admitir, "soltar", etc.

La experiencia guiada "**El Deshollinador**" permite un alivio de tensiones que habilita la reconciliación, al tiempo que ofrece una alternativa frente a la ausencia de una persona que cumpla la misma función.

Esto nos facilitará posteriormente **revisar críticamente los presupuestos** sobre los que se basa el conflicto. Es decir, valores, creencias, prestigios, expectativas, etc.

Experiencias de ubicación en el momento actual

Ejercicio de Avances y Retrocesos

"Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Las dificultades en la realización de este ejercicio reflejan una cierta desorientación actual en la persona afectada. Los movimientos muy veloces muestran la misma impulsividad y descontrol que en la vida diaria. Los "cortes" en las secuencias, coinciden con las interrupciones o incumplimientos de acciones cotidianas. El desorden en las secuencias, reproducen el desorden en la acción. Gracias al dominio de esta práctica se obtienen cambios importantes de conducta en el quehacer diario.

Recomendación.

*Relacionar las resistencias advertidas en la experiencia, con dificultades de la vida diaria. Al vencer resistencias en esta experiencia o su repetición, cotejar con progresos cotidianos."*²⁴⁷

²⁴⁷ "23- Algunos comentarios: 1.- "Es interesante comprobar que mis movimientos, en la experiencia, son similares a los de mi vida diaria. La experiencia me confirmó mi inseguridad y falta de confianza en mí mismo, pero desde luego, con esto no bastará para que supere mis dificultades". 2.- "Nunca había trabajado con imágenes de esta forma. Comprobé que muchos de los movimientos de avance y retroceso no los quería hacer deliberadamente. Fue importante darme cuenta de lo difícil que es para mí tomar una decisión y llevar la iniciativa. El ejercicio me sirvió para comprobar la falta de decisión, respecto a mis actitudes de todos los días". 3.- "Como consecuencia directa de la experiencia y de los comentarios hechos, produje dos decisiones y acciones: a) reconciliarme y

El Trineo

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

Los problemas en los desplazamientos (sobre los que trata la presente experiencia), generalmente están relacionados con dificultades de conducta en lo que hace a la conexión del individuo con su medio. Muchas personas convencidas de sus impedimentos corporales como debilidad, falta de agilidad, lentitud, etc., reproducen en esta práctica iguales fallas. Aquellas otras, que muestran comportamientos excesivamente impetuosos, en este ejercicio suelen desarrollar imágenes descontroladas evidenciándose en ellas una gran impaciencia cuando tratan de imprimirles la velocidad correcta que el instructor va sugiriendo.

Recomendación.

Observar en el comportamiento diario, los problemas de desplazamiento registrados en la experiencia. Comprobar si aquellos se modifican al vencer resistencias por repetición de la experiencia.”

Las Nubes

“Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo.

En esta experiencia se dan elementos para que el practicante ejercite imágenes de libertad de movimiento físico, y, al mismo tiempo, pueda reconocer sensaciones gratificantes. Es un trabajo sencillo que brinda registros de aflojamiento de tensiones mentales y que habilita para observar los problemas cotidianos desde una perspectiva amplia y calma, contribuyendo desde ese estado a su mejor solución.

Recomendación.

Observar dificultades producidas en la experiencia respecto a la libertad de movimiento. Cotejarlas con problemas cotidianos del mismo tipo o con limitaciones en la expresión corporal. Comprobar si en el estado logrado durante la experiencia, los problemas cotidianos pueden dimensionarse con mayor corrección que la habitual

Si se repite la experiencia y se logra vencer resistencias, observar en la vida diaria los efectos correlativos.”

Siempre hay que **crear las condiciones** que sean conducentes para el trabajo de reconciliación. Por ejemplo, el relax que permita la manifestación y la percepción de los registros del caso, que permita la movilidad de imágenes o bien una reflexión calma y lúcida, la aclaración del interés, etc.

La experiencia guiada **“Las Nubes”** “habilita la variación de perspectiva, que es una de las claves de la reconciliación, ya que, para lograrla, es necesario crear una condición de relajación mental previa a la reflexión sobre el conflicto.”²⁴⁸

establecer un puente con alguien que me disgustaba y b) dejar mi trabajo y encontrar uno nuevo en el que me encuentre verdaderamente a gusto”.

²⁴⁸ *El aflojar tensiones mentales y observar los problemas cotidianos desde una perspectiva amplia y calma, permite desde ese estado encontrar una mejor solución.*

ANEXO 4: “¡RECONCILIÉMONOS! HACE BIEN Y SE VIVE MEJOR.”

Presentación de Fernando A. García sobre la reconciliación el 10 de octubre de 2020 en el encuentro virtual abierto organizado por amigos y amigas de los Parques de Estudio y Reflexión de Brasil, Mozambique y Portugal. A esta presentación le siguió un intercambio entre los participantes.²⁴⁹

TEXTO DE LA PRESENTACIÓN

Buenas tardes, amigos y amigas.

Agradezco a todos los organizadores y participantes por esta oportunidad de compartir algunos comentarios sobre un tema importante: la reconciliación.

Como este es un encuentro relativamente breve, no podremos comentar todo lo mucho que podría decirse acerca del tema. Mucho menos aun si todos quisiéramos compartir nuestras experiencias al respecto.

Dada la amplia diversidad de participantes, hoy intentaremos atenernos a términos relativamente al alcance de todos, y evitando en lo posible las complejidades y los tecnicismos propios de los especialistas en estas materias.

Me consta que muchos de ustedes practican y profundizan la reconciliación, y tienen sus ámbitos y oportunidades para hacerlo. En tal sentido, y como aporte, la próxima semana publicaré un escrito, que es una recopilación de mi experiencia y mis reflexiones sobre la reconciliación.

Entremos ahora en el tema con algunas breves generalidades que nos sirvan por el momento para empezar a conversar.

¿Qué es reconciliarse? Podemos decir que reconciliarse es hacer algo para recuperar la paz, la fuerza interna y la alegría perdidas, para entonces llevarlas a todo lo que pensemos, lo que sintamos y lo que hagamos, como así también a todos aquellos con quienes estemos en contacto. Podemos agregar que reconciliarse es hacer las paces con nosotros mismos y con los demás; con lo que creemos que ha sido nuestro pasado, lo que creemos que es nuestro presente, y lo que creemos que será nuestro futuro. Reconciliarse es restablecer el acuerdo entre nuestros pensamientos, nuestros sentimientos y nuestras acciones.

¿De qué reconciliarse? Hay reconciliaciones con nosotros mismos y con nuestros conflictos referidos al pasado, al presente o al futuro. Hay reconciliaciones referidas a nuestra relación con una o más personas, pero hay también reconciliaciones aun más generales con temas que nos intranquilizan, nos desconciertan, nos turban, o que no están en buena relación con otros temas de “nuestra realidad”.

¿Quién o quiénes se reconcilian? Quienes sientan que les falta paz, fuerza interna y alegría, en la proporción que sea. La reconciliación de la que hoy hablamos es una experiencia personal fruto de varios factores que son personales, aunque algunos sean en respuesta a factores externos; pero en última instancia la reconciliación siempre depende de quien sienta la necesidad de reconciliarse.

²⁴⁹ Vídeo en <https://www.youtube.com/watch?v=Q0LKebxW0n8&feature=youtu.be>

¿Necesito a alguien para reconciliarme? No es un requisito indispensable, pero si algo o alguien nos ayuda, no sería de despreciar.

¿Cómo reconciliarse? Hay varios y diversos modos y caminos para reconciliarse, algunos más eficaces y otros no tanto. Esto depende de varios factores. Pero en principio, respondería diciendo simplemente: “Como mejor uno crea y pueda”. Esperemos que esta charla sirva para eso.

¿Cuándo reconciliarse? Lo antes posible, lo antes que podamos, porque vivir sin reconciliarse no hace bien y se vive mal.

¿Dónde reconciliarse? En cualquier lugar y, si es posible, en aquellos lugares que sean más favorables para hacerlo.

¿Por qué reconciliarse? Por ejemplo, porque queremos superar el sufrimiento.

¿Para qué reconciliarse? Por ejemplo, para ser más felices y más libres, y ojalá ayudar a que otros lo sean.

Después de todo esto, alguien podría decir: “Oye, no entendí nada de lo que dijiste; ¿podrías dar un ejemplo?” Muy bien, tomemos alguno de los tantos casos posibles.

Alguien podría decir: “Como me siento solo, vulnerable e inseguro, deseo en modo posesivo el afecto de una persona para no sentirme mal. Si no lo obtengo, sufro una frustración, un fracaso, y debo reconciliarme. Pero aun si lo obtengo, no quiero que esa persona me abandone, y por ello trato de controlarla lo que piensa, siente y hace; trato de “poseerla” por así decir. Pero me doy cuenta, o ella me lo hace notar, que eso mismo la aleja de mí. Pero si trato de no controlarla, también temo que algo o alguien también la aleje de mí. De manera que la última raíz de mi conflicto, de mi contradicción, va resultando obvia: mi temor a la soledad o al abandono no está resuelto, y trato inútilmente de huir de mi temor o de tapanlo torpemente mediante el control de las personas con las que me vinculo emotivamente.” Esta persona imaginaria debe reconciliarse. ¿Con qué y cómo? Tendrá que aclararlo y encontrar el modo.

Pero si el anterior es un ejemplo algo complicado, tengamos en cuenta que todos de alguna manera nos reconciliamos diariamente casi sin darnos cuenta, o sin llamarle así. Una forma mucho más común, simple y cotidiana de reconciliarse y reconciliar es cotejarlas con algo que supere el conflicto entre, por ejemplo, deseos contrapuestos. Por ejemplo, tengo que levantarme de madrugada para ir a trabajar, pero tengo sueño, frío o modorra, y quisiera quedarme en la cama o haciendo cualquier otra cosa. Pero resulta que soy padre de familia y para mí trabajar significa darle sustento a mi familia, que es el sentido de mi vida. Entre un deseo y otro, sin duda que una alternativa es más fuerte que la otra y ella gana la batalla. Logro así el acuerdo conmigo mismo y mis circunstancias para hacer lo que considero lo mejor. Y generalmente muchas personas tienen una motivación importante que supera las dificultades, contratiempos, frustraciones, etc. Y entre esas personas encontraremos todo tipo de ocupaciones y circunstancias. Y así, al verlos, algunos otros se preguntarán: ¿Cómo hace esta persona para no cansarse, para no perder la paciencia y para estar siempre de buen humor?

Quién mejor intención tiene reconcilia y supera más y mayores conflictos o, si se quiere, problemas para avanzar según su interés. Por ejemplo, generalmente quienes viven según un sentido de la vida grande y bueno, tienen mayores posibilidades de reconciliarse, incluso con esos grandes

temores: con la soledad o abandono, con la pobreza o desposesión, con la enfermedad y, en definitiva, con la muerte.

Los anteriores son sólo dos ejemplos, pero hay muchos tipos o temas con los cuales reconciliarse.

En el pasado que recordamos, pueden existir una o más experiencias negativas para reconciliar. Por ejemplo, una violencia sufrida, un amor imposible o amistades perdidas, un gran error o una traición a lo mejor de uno mismo, oportunidades perdidas, etc.

En el presente que percibimos, quizá debemos tomar decisiones y elegir entre alternativas que son opuestas entre sí, sin que ninguna de ellas resulte claramente la mejor. También hay hechos o situaciones imprevistas con consecuencias disruptivas, por ejemplo, importantes adversidades, contratiempos, desgracias, accidentes, etc.

En el futuro que imaginamos, pueden existir incertidumbres y riesgos que no conocemos o que no podemos prever ni controlar completamente. Por ejemplo: Nuestra salud, nuestro bienestar material o el de nuestra gente querida, etc.

Podemos tener necesidad de reconciliarnos con eventos que han o que no han ocurrido, pero también con otros que pudieran o no ocurrir (fracasos, accidentes, muerte súbita, enfermedades, abandonos, etc.). O bien la necesidad de reconciliarse por ciertos aspectos de uno mismo (limitaciones, desventajas) o del mundo --por ejemplo, las diversas formas de violencia imperantes-- que no coinciden con nuestras expectativas, aspiraciones o deseos. Así, la reconciliación puede ser necesaria no solo cuando uno es afectado individualmente, sino también cuando otros lo son.

Hay necesidad de reconciliar las diferentes cosas que pensamos, las distintas cosas que sentimos, y las distintas cosas que hacemos, Haciendo que sus direcciones coincidan, converjan, se armonicen. Y que además que el pensar, sentir y actuar también armonicen y converjan en una misma dirección.

Hay distintos deseos que coexisten con intensidad similar, pero que nos orientan en direcciones divergentes entre sí. También existen deseos que, aunque no sean incoherentes, diversos factores hacen que no se pueden satisfacer, que no se hayan satisfecho, o que no puedan ser jamás satisfechos.

Aun los deseos muy elevados y genuinos pueden ser objeto de reconciliación cuando su realización no coincida con nuestras expectativas. Hace al deseo de lo que se desespera de alcanzar, pero que no se pudo, no se puede, o no se podrá alcanzar.

Quizá abusando de vuestra paciencia, exageraré un poco más con los ejemplos. Puede constituir un tema a reconciliar cualquier cosa que no encaje o que choque con nuestros deseos, aspiraciones, registros, expectativas, creencias, valores, ideas, prejuicios, imágenes, apegos, etc. Este desencaje o choque se experimenta con distintos grados de desarmonía interna, de violencia interna; es decir, de sufrimiento.

Otro campo de reconciliación es el de las traiciones a lo mejor de uno mismo. Quizá necesitemos reconciliar la censura que sufrimos por obra de otros o aun por nosotros mismos, las dificultades y limitaciones de comunicación humana y profunda con los demás, etc.

También nos ponen ante la necesidad de reconciliación toda frustración, fracaso, remordimiento, los sentimientos de intolerancia, de odio y deseo de venganza, el desconcierto, los deseos de posesión de todo tipo, los celos, la envidia, la resistencia al cambio, el rompimiento con una etapa anterior, etc.

Hay motivos para reconciliar: la finitud propia o ajena, los cambios, lo que no pasó, no pasa o no pasará, las limitaciones, los inconvenientes, las circunstancias adversas, lo que se teme perder, lo que se perdió, las falsas esperanzas, los sentimientos de culpa, las injusticias, distintas formas de violencia sufrida, sean estas propias o ajenas, el sufrimiento de seres queridos u otros, etc.

Cuando sucede todo esto, para nosotros esa es indudablemente la realidad de las cosas. Pero si preguntamos a otros, nos dicen que la realidad de las cosas es otra, es distinta a la nuestra y puede ser muy variada y sorprendente. Y esto es así, aunque dos o más personas se encuentren en circunstancias iguales o similares. Entonces parece que nosotros algo le agregamos a las cosas para que, en realidad, se conviertan en “nuestra personal realidad de las cosas”. Y nuestra “realidad de las cosas” puede ser fuente de felicidad o de sufrimiento, por ejemplo. En esto está la clave de la solución; o sea, la reconciliación.

Generalmente, cuando nuestra realidad de las cosas es nuestra fuente de sufrimiento, tiene algunas características muy comunes. Nuestra “realidad” tiene desproporciones o exageraciones, es una manera de ver estrecha y limitada, es una perspectiva inmóvil e inflexible, y un fuerte poder sugestivo que le dan a veces un carácter obsesivo y compulsivo.

Ustedes podrían decirme: “Muy bien, ya entiendo; pero, en la práctica, ¿cómo hacemos para reconciliarnos? Existe una amplia gama de instrumentos y procedimientos disponibles para facilitar la reconciliación. Estos van desde los más simples, que requieren poco o ningún conocimiento y pericia, hasta a los más complejos, que requieren algo más. Según los casos específicos y sus circunstancias, se podrá apelar a unos u otros.

También dijimos al comienzo: “Hay varios y diversos modos y caminos para reconciliarse, algunos más eficaces y otros no tanto. Esto depende de varios factores. Pero en principio, respondería diciendo simplemente: “Como mejor uno crea y pueda”.

Para ilustrar una de las maneras, les contaré la historia de Mara y Joao.

En realidad, ella se llama Gleidmara, pero sus amigos la llaman Mara. Ella tiene un muy querido amigo de infancia llamado Joao. Desde niños, Mara siempre había sido un afectuoso y paciente oído para Joao. Con el correr de los años, también fue convirtiéndose en su protectora y consejera. Hace unos meses, cuando recién comenzaba la pandemia que todos conocemos, ellos se encontraron para charlar, como tantas veces lo habían hecho.

Joao estaba muy nervioso, alterado, y enojado por la pandemia. Como otras veces, Mara lo alentó a que se expresara como siempre lo hacía, y le dijera libremente qué le pasaba. Y Joao se dejó ir, expresando intensamente quejas de todo tipo y rabiosas críticas a medio mundo. Un poco fuera de sí, se lamentó de todos los problemas que se le habían venido encima, de todo lo que no podría hacer y de su pesimismo acerca del futuro. No faltaron amargas

recriminaciones a si mismo por todo lo que tendría que haber previsto y hecho para afrontar esta crisis, pero que ahora era ya no sería posible. Fue un desahogo no muy largo, pero intenso, que lo dejó exhausto y un poco aliviado por el momento.

Después de un rato en silencio, Mara le dijo: “Bueno, Joao, ahora me doy cuenta de qué se trata. Está muy bien que te hayas desahogado un poco, pero es claro que tú sigues estando mal; y esto no puede quedar así porque, en realidad, no has solucionado nada ni afuera ni dentro. ¿Qué te parece si nos volvemos a encontrar otra vez para tratar de que te puedas reconciliar y esto deje de ser un conflicto?”. Así quedaron de acuerdo para el día siguiente.

Cuando se volvieron a encontrar al día siguiente, Mara le propuso: “Ayer hablaste de todo lo que no te gusta de la pandemia. Pero dijiste poco o nada acerca de cómo tú, Joao, lo vives más internamente. Conozco personas en tu misma situación o incluso peor, y no todos lo viven como tú. Te conozco y estoy segura de que tú tienes capacidad y recursos para afrontar mucho de lo que contaste. Es obvio que entre la pandemia y tú hay algo muy personal. Repasemos lo que contaste ayer, pero ahora dime por qué te afecta tanto, qué es lo que te hace tal mal de todo esto, qué es lo que te saca de quicio.”

Joao no necesitó más, y empezó a repasar lo dicho, pero ahora ya no hablaba sólo de lo que pasaba “afuera”, sino de lo que le pasaba a él más profundamente: emociones simples y básicas. Oportunamente, Mara lo ayudaba con breves ayudas que lo llevaban más adentro de él. “¿Y qué más hay?”, “¿Y por qué eso te molesta tanto?”, “¿Qué es lo que más te duele?”, y similares. Joao se dejaba llevar, buscando qué había por debajo de su manera tan negativa de ver las cosas, por debajo de sus opiniones y sus emociones negativas. Hasta que, por fin, se le reveló lo que oscuramente sabía, su verdad interna: la pandemia ponía el dedo en una llaga, y esta llaga profunda era su miedo a la muerte.

Joao vomitó su miedo con palabras y frases, a veces un poco incoherentes e incompletas, quebradas por el llanto,

Esto era de lo que siempre escapaba y lo que no quería ver, reconocer.

Los amigos permanecieron un rato en silencio hasta que Joao se repuso. Si bien lo que se había revelado no era agradable, paradójicamente Joao ahora sentía un cierto alivio inexplicable. Ahora algo se había aclarado y ya no sufría a ciegas sin darse cuenta a qué se debía.

De un modo extraño, ya no importaba tanto lo de “afuera”, la pandemia había perdido algo de su poder. Mara sabía lo que había pasado, aunque Joao todavía no se diera cuenta: se había ganado una primera pero importante batalla para superar el sufrimiento.

Con una bebida reconfortante de por medio, Joao recordó más cosas acerca de su miedo: en qué circunstancias había surgido, cómo afectaba su vida diaria, y demás aspectos. Luego, acordaron volver a encontrarse y se despidieron.

En su tercer encuentro, nuevamente Mara tomó la iniciativa y le dijo a Joao: “Mira, Joao, cuando una situación cualquiera se vive como conflicto, sucede que nuestro modo de verla se hace reducido y quedamos atascados en una sola visión sesgada que nos hace mal. Es como ver el mundo a través del orificio de una cerradura y no poder ampliar la “mirada”. Ayer ya logramos algo, y hoy te propondré seguir avanzando para que puedas lograr reconciliarte con la pandemia. ¿Estás dispuesto a hacer algunos ejercicios?”

Entusiasmado por el día anterior, Joao junto fuerzas y se entregó. Las siguientes son algunas de las sugerencias que fue haciendo Mara, y a las que Joao fue respondiendo en voz alta.

“Exagera y dime lo peor, lo más trágico y dramático que te puedas imaginar que te podría llegar a ocurrir con la pandemia. No te censures, es sólo un ejercicio de imaginación.”

“Ahora exagera para el lado opuesto, y dime todo lo cómico, humorístico, ridículo y grotesco que te puedas imaginar que te podría llegar a ocurrir con la pandemia.”

“Veamos el “medio vaso vacío”: lo negativo. Dime todo lo que no puedes tener o hacer con la pandemia, qué podrías perder.”

“Ahora veamos el “medio vaso lleno”: lo positivo. Dime cómo podrías aprovechar la pandemia, todo lo que podrías tener o hacer con la pandemia, qué podrías ganar.”

“Hasta aquí sólo has hablado de ti mismo, de tus miedos y tus deseos. Pero ahora elige una persona o un grupo cualquiera que creas que está en peores condiciones que tú para afrontar la situación y cuéntame cómo crees que los demás la viven y por qué.”

Y como estos, hicieron otros ejercicios con los que Joao trató sinceramente de pensar y sentir de distintas maneras. A medida que lo intentaba, iba descubriendo por su propia cuenta nuevos aspectos; pero no sólo de la situación, sino importantes aspectos referidos a sí mismo y su relación con este y otros temas. Se dio cuenta de la influencia de sus creencias, sus ilusiones, sus expectativas, sus frustraciones y sus fracasos. Se dio cuenta de que mucho dependía de la desproporción que existía entre sus exigencias de “recibir” todo del mundo, y su escasa predisposición a “dar” algo de sí al mundo. En otras palabras, un “yo” muy grande y un “nosotros” muy chico. O bien, un “nosotros” todo para sí, y poco o nada de sí para el “nosotros”.

Al final, su visión inicial de la pandemia se había hecho más amplia, proporcionada, dúctil, elástica y flexible. Se dio cuenta de que una cosa es la pandemia y otra es cómo la interpreta, cómo la ve y la siente. Es decir, su visión inicial había perdido fuerza, había cambiado para mejor. Al comienzo, la pandemia era grande y fuerte, frente a un Joao pequeño y débil. Ahora estaban casi de igual a igual. Y con ello, Joao mismo ya no era el de días atrás. Era el momento de avanzar con resolución y, para hacerlo, Mara y Joao acordaron un nuevo encuentro.

Al día siguiente, en el cuarto encuentro, Mara aprovechó para aclararle que no era el caso de intentar olvidarse de la pandemia o de disminuir la seriedad de sus riesgos, Tampoco era el caso de resignarse, ni de buscar culpables, ni

de sentir culpas, Le explicó que lo que él necesitaba era **reconciliarse** con la situación, de manera que ya no sufriera por ella y que la aprovechara de la mejor manera posible.

Mara sabía que quizá Joao no les vería mucho sentido a esas cosas en este momento, pero que las iría comprendiendo más adelante, gracias a que las había escuchado en el momento oportuno y cuando estaba en condiciones de escuchar.

“Querido amigo, ahora te pediré que reflexiones. Sé que no estás muy acostumbrado a hacerlo, pero tampoco será muy difícil. Debes encontrar algo muy tuyo, muy querido, muy fuerte y profundo. Puede ser una creencia, un ideal, un interés, un sueño, tu amor por una persona querida, lo que quieras; pero debe ser algo por lo que valga la pena enfrentar y sobrellevar la pandemia en las buenas y en las malas, conservando en cualquier caso tu paz, tu fuerza interna y tu alegría, En breve, algo que para ti le dé un sentido mayor o superior para lo que harás y te sucederá durante la pandemia. Llámala una razón, si quieres. ¿Qué puede ser eso? Busca dentro de ti la respuesta.”

Mara le fue ayudando a predisponerse para reflexionar de la mejor manera. Le fue guiando para que se relajara, para que aflojara su cuerpo, su corazón y su mente. Joao lo hizo dócilmente y Mara le dejó unos minutos para que meditara en silencio.

De repente, la exclamación de Joao sobresaltó a Mara. “¡Ya está! ¡Ya lo encontré! ¡Es genial!”. Y con una gran sonrisa en su rostro luminoso, y con su estilo impetuoso, Joao le contó de qué se trataba, por qué esa era la inspiración que necesitaba; que en realidad ya lo había sido en otras ocasiones, pero que la había olvidado, y que nunca antes había conectado esa inspiración con la vida diaria, con sus dificultades y sinsabores. Joao le dio varios ejemplos de posibles situaciones para explicarle a Mara por qué, pasara lo que pasase, en las buenas o en las malas, el no perdería su felicidad mientras siguiera siendo fiel a esa gran motivación que representaba lo mejor de él mismo y que para él era algo como sagrado.

Mara lo abrazó y le aconsejó: “Ahora que se ha abierto tu futuro y se ha iluminado tu vida, agradece dentro de ti por esa paz en tu corazón y por esa luz en tu entendimiento. Mientras tú lo haces, yo también agradeceré por todo esto y pediré con fuerza que todo salga tal como te has propuesto.”

Como ya era tarde, decidieron continuar al día siguiente. Mara le aconsejó a Joao que, al volver a su casa, anotara su nueva comprensión de manera simple y clara. Y así se despidieron con un abrazo.

En su quinto y último encuentro, juntos repasaron todo lo hecho y lo logrado.

Joao trajo sus notas del día anterior, que leyó en voz alta. Entonces Mara le sugirió que ahora formulara de manera simple y breve sus propuestas de cambio a la luz de la nueva perspectiva. Es decir, cómo iba a pensar, a sentir y a actuar durante la pandemia y todo lo referido a ella. Le pidió que después de reflexionar se lo contara y, si es posible, que lo escribiera para tener esas notas a la mano cuando fuera necesario recordarlas.

Luego le dejó planteada una nueva tarea en estas palabras: “Has superado tu emergencia del conflicto con la pandemia. Esta ya no es para ti lo que era al comienzo, tú tampoco eres el que eras, y la relación entre ambos ha cambiado a tu favor. Ya no te sientes como una víctima impotente, atrapado y sin salida. Sin embargo, y tú lo sabes, queda un importante tema pendiente: tu miedo a la muerte. Mientras tú sigas creyendo que todo se termina con la muerte, no podrás superar tu miedo; y ese miedo te seguirá como una sombra en todo lo que hagas.

“Deberás encontrar o reforzar un Sentido de vida grande y bueno, quizá algo parecido al que has encontrado para la pandemia, pero ahora este debe ser trascendente. ¿Qué quiere decir “trascendente”? Quiere decir que te sirva para cualquier momento y situación de tu vida. Algo por lo que tú sientas que todo tiene una buena razón de ser, aunque aún tú no la veas. Algo que nunca se acabe, y que sea invulnerable a toda posible frustración y fracaso. Algo que te dé al menos una fuerte creencia que, aunque tú dejes este mundo, algo bueno de ti quedará en él para siempre y se multiplicará para beneficio de todos. O bien, aun si tú no creyeras en eso, pero creyeras que tú, o algo de ti, se proyectará hacia otro mundo, la muerte también dejará de ser esa ilusión del fin de todo, dejará de ser una barrera infranqueable, para convertirse en algo distinto que iluminará tu vida y tu futuro por siempre. Te lo digo por experiencia: ¡Esta es la mejor reconciliación a la que puedas aspirar!”

Joao no vio venir esto último: lo tomó por sorpresa y lo descolocó, No tuvo tiempo de entender todo lo dicho por Mara, y no atinó a decir palabra, pero sintió el fuerte impacto de un gran significado verdadero, profundo y espiritual.

Después de algún instante de conmoción y silencio, se abrazaron, y se despidieron mientras Mara, con una suave sonrisa y una mirada pícara, le dijo: “Ya sabes, la seguimos cuando quieras.”

Se los dije: reconciliarse hace bien y se vive mejor. Así es que ¡Reconciliémonos!

Entonces, para concluir estas consideraciones sobre la reconciliación, les dejo las que para mí son pocas claves, pero seguras, para las mejores reconciliaciones.

Primero, abrazar un Sentido de vida que sea grande y bueno para uno mismo y para los demás, que para uno sea algo así como sagrado, como espiritual si quieren, y que valga durante la toda la vida y aun después de ella.

Segundo, que ese Sentido no quede sólo dentro de uno, sino que se manifieste y multiplique en un “dar” a otros en forma de ayuda desinteresada

Y tercero, Y que ese “dar” no quede reducido sólo a unas pocas personas, sino hacerlo junto a muchos otros, y para beneficiar a muchos otros.

Con esto les agradezco y les dejo mis mejores augurios de paz, de fuerza y de alegría,

ANEXO 5: “APUNTES DE LA NO-VIOLENCIA: SI VERDADERAMENTE ODIAS A TU ENEMIGO, DEBERÁS RECONCILIARTE CON ÉL”

Fernando A. García, Parques de Estudio y Reflexión - La Reja, encuentro estacional del 22 de septiembre 2012.

Este es un aporte para ilustrar una de las muchas posibilidades interpretar cualquier tema en función de para facilitar o reforzar la reconciliación.

Según nuestra Psicología, dentro del circuito del psiquismo, la toma de realimentación de los actos internos y las acciones externas permite su registro concomitante. En palabras simples, hay una sensación simultánea de todo aquello que se piensa, se siente y se hace.

La violencia, sufrida o ejercida, no es una excepción: es registrada por los sentidos internos y se graba en memoria. Esta memoria de la violencia no está constituida por “fotos” estáticas y neutras, sino por pensamientos, climas, emociones, tensiones corporales, cambios vegetativos, etc. Son grabaciones de toda la estructura psicofísica en dinámica.

A tal registro se le asocian –aperceptivamente o no- los recuerdos, climas y tensiones que son homogéneos con ese registro de la violencia. Se moviliza así lo peor de uno mismo, y ello, como copresencia del “mirar”, refuerza una percepción condicionada del mundo. Se construye una cierta “mirada” y una cierta “realidad”. Pero ¿se podrá amar esa “realidad” que se construye? Es muy improbable.

Así la violencia reiterada condiciona y compromete nuestra identidad (o sea, quienes somos) y nuestro futuro (o sea, a dónde vamos). Esta huella predispone a reincidir en el mismo comportamiento interno ante la violencia, que será básicamente catártico o transferencial.

Esta huella cenestésica tiene su efecto sobre el propio cuerpo, predisponiendo a somatizaciones de diverso tipo y grado de gravedad. Además, esto tiene un correlato en el propio circuito energético, generando ausencias y acumulaciones de energía que impiden la normal circulación de la energía. La enfermedad aparecería así como una de las consecuencias de dicha somatización de la violencia.

Los estados internos bajos por los que se transita dejan de ser algo ocasional, para convertirse en el “mundo” en que se habita cotidianamente. Se van cerrando así las posibilidades de acceso a estados internos más elevados.

La “mirada” violenta configura un “paisaje interno” poblado de enemigos y acechanzas, de aliados y traidores, de victorias y derrotas, de revanchas y venganzas. El “mundo” del violento se convierte en campo de batalla de una guerra permanente. Es un “mundo” que se deshumaniza día a día. Pero ese “mundo” es la proyección ignorada (ingenua) de su “paisaje interno”. Así como el sufrimiento mental es ilusorio, la “mirada” violenta no lo es menos: ella se asienta en la violencia interna que es también sufrimiento.

En síntesis, el victimario de la violencia es la primera víctima directa de ella.

La causa que se invoque para ejercer violencia no la justifica. Cualquier causa se puede llevar adelante sin violencia interna. Para ello es necesario tener una perspectiva más elevada que nos ponga a salvo del resentimiento y del odio. Esa perspectiva no es dada naturalmente, sino que es intencional y fruto de la reflexión. Como decía un sabio guía y querido amigo: “La violencia empieza por la cabeza, baja al corazón y termina en el puño”.

La violencia es un indicador de falta de fuerza, de bondad y de sabiduría, con el grado de desproporción que sea. Falta fuerza, porque el irrefrenable deseo de posesión, la ausencia de fe interna y los temores son precursores de la violencia. Falta bondad, si nuestro amor y nuestra compasión no bastan para tratar a los demás como quisiéramos ser tratados. Falta sabiduría, porque no hay una visión que reconcilie y vuele por sobre los aparentes opuestos que alimentan el conflicto, y no se comprende que no se ha elegido ningún bando.

Si la violencia surge como compulsión que orienta a la descarga de tensiones, es porque hay tensiones; o sea, que hay un estado interno y una “mirada” que posibilitan el surgimiento de tales tensiones hasta un grado intolerable. Por ejemplo, ante la agresión de una fiera salvaje, uno puede verla como un animal desprovisto de intencionalidad e incapaz de personalizar su agresión. La incapacidad y el desequilibrio mental de muchos violentos no distan mucho de tal condición. Qué decir de quien, presa de su avidez compulsiva, persigue sus groseros deseos buscando afirmarse en la indiferencia cínica con la que soslaya la violencia que crea a su alrededor. “Aprende bien lo que voy a decirte: no hay hombres buenos ni hombres malos. Donde no hay libertad no hay bien ni mal, todo sucede a pesar del hombre.” Dijo Silo.

La violencia produce un provisorio alivio de tensiones por el frenesí embriagador de la descarga catártica. Confundiendo registros por ignorancia o mala fe, se la puede interpretar como unidad interna o, peor aun, como acción válida. Pero, si se la examina de cerca, la compulsión no puede ser equiparada a la unidad interna, y por cierto que faltarán los indicadores de la acción válida. La violencia interna o externa son registros que nos dañan, y no bastará justificarlos por las supuestas “razones” que esgrimamos. No bastará justificarlas por la violencia sufrida ni por la maldad de otros que se alega. La indignación y la reprobación moral ante la violencia de otros no son razón suficiente para ser violentos como represalia. La violencia nos convierte en víctimas de ella, nos daña y desintegra, sea que logremos ejercerla con éxito sobre otros o no.

La violencia no es natural en el ser humano; sino un estadio de su desarrollo. El concebir a otros como enemigos a dañar o eliminar pertenece a la infancia de la conciencia. “Ni aun lo peor del criminal me es extraño. Y si lo reconozco en el paisaje lo reconozco en mí”. Es posible lograr instalar una configuración de conciencia no violenta. Pero sólo una sentida admisión del fracaso interno y de la inconveniencia de la violencia pueden abrirnos las puertas internas para liberarnos de ella.

La reconciliación ante la violencia sufrida no puede ser sólo paliativa; también debe ser preventiva, eliminando las raíces que la violencia haya echado en nuestro interior. Se deberá progresar más allá de una actitud dialéctica y reactiva, para instalar una actitud intencional que supere la violencia en función de algo más grande y más elevado.

Si verdaderamente odias a tu enemigo, deberás reconciliarte con él. Lo harás porque él te daña y te vence con esa violencia que dejas crecer en ti y te carcome.

Deberás decidir quién gobierna de hecho tus acciones, y no podrás seguir permitiendo que tus enemigos dicten las condiciones en que vives. Lo harás también porque tu sentido de vida, querido con mucha más fuerza que tu odio, es incompatible con el resentimiento y la venganza. Y el primer paso para vencer a tu enemigo será hacer algo para que pierda el carácter de tal.

Ya en el orden social, hay quienes buscan amparar su violencia en los ideales que dicen defender para los demás. Combaten la violencia con una violencia que no es sólo física. Sin embargo, ningún cambio o construcción social o cultural son muy interesantes, ni tienen mayores posibilidades de desarrollo, si están fundados sobre la violencia, sobre actitudes reactivas o revanchistas. Las mejores causas no son las que necesitan de, o se complacen en, la humillación o la eliminación de los que se conciben como enemigos. Las mejores causas no son las de carácter catártico, sino las de carácter transferencial.

El reconocer y erradicar la violencia en nosotros mismos cambia radicalmente tanto la concepción como la metodología de todo cambio social al que se aspire. No habrá verdadero cambio social sin cambio interno, y tampoco servirá postergar uno pretendiendo realizarlo recién después de haber logrado el otro. Esto es tan ingenuo como el creer que los eventos del mundo externo están disociados del mundo interno.

Estamos diciendo que la toma de realimentación del psiquismo, con la que abrimos esta charla, también vale para lo psicosocial. O sea, todo lo que se dijo referido a la violencia en lo personal y lo interpersonal, también se aplica por analogía y extensión a los conjuntos humanos. Pero esto merece otra charla.

ANEXO 6: EXPERIENCIA GUIADA: LA DIVERSIDAD

Este es un aporte para ilustrar una de las muchas posibilidades de usar las experiencias guiadas para facilitar o reforzar la reconciliación.

Introducción: La discriminación a menudo tiene su base en la intolerancia frente a la diversidad, entendiéndola como amenaza o menoscabo de la propia identidad. Esta actitud cede cuando hay algo más importante que subsume o supera esa aparente contradicción entre lo diverso, y se lo comprende como fuente de riqueza y posibilidades. La siguiente experiencia guiada nos pone en situación de reconciliar las diferencias aparentemente incompatibles.

Los pasajeros estamos en la sala de embarque. Pronto volaremos con la nave transbordadora hacia la nueva estación espacial orbital que se encuentra entre la Luna y la Tierra. Allí está nuestro laboratorio de investigaciones de bioingeniería en condiciones de gravedad nula. Estamos esperando para partir. *

Somos un grupo numeroso. Hay científicos y especialistas de distintas etnias, de distintos credos, o bien no creyentes, de distintos géneros y edades. En ellos puedo distinguir diferentes culturas, costumbres, los hay vegetarianos y otros que no lo son, con sus vestimentas típicas tan distintas entre sí, e incluso advierto diferentes orientaciones sexuales. Allí está también el gran científico discapacitado, en su silla de ruedas motorizada. Los hay retraídos, casi ausentes, y otros locuaces al límite de lo soportable. Siento que estoy un poco tenso entre estos desconocidos que son tan distintos de mí. Lo admito: mi mente está inquieta y mi corazón sobresaltado. *

Finalmente vamos abordando la nave y partimos. Estoy sentado en la cabina mientras veo como nos vamos alejando de la Tierra. Nuestro planeta va rotando frente a nuestros ojos maravillados y nos va mostrando los distintos continentes, con sus colores, sus contornos, sus relieves, sus características naturales. A las zonas iluminadas por la luz solar le siguen aquellas donde es de noche. Aun en las zonas oscuras, los puntitos de luz me indican las grandes ciudades de distintos países. Es extraordinario. *

Ahora nos vamos acercando a la estación espacial orbital. Es inmensa, con su estructura de metal bruñido puntuado por luces multicolores. La estación flota ingrávida y silenciosa en un vacío infinito poblado por enormes estrellas inmóviles. Por fin, nos introducimos en uno de sus hangares de acceso y descendemos de nuestra nave en un ambiente con gravedad normal y agradable temperatura. *

Vamos caminando por un corredor, se abre una puerta corrediza ante nosotros y entramos en la sala principal del laboratorio espacial. La sala tiene la forma de una perfecta semiesfera blanca. No se advierten focos de luz: la iluminación parece emanar de la misma superficie de la semiesfera. Mis colegas van tomando asiento en unos bancos de formas austeras, dispuestos en círculos concéntricos en torno al centro del espacio. *

He sido designado para dar la bienvenida, de manera que armado de coraje me dirijo al centro de la sala, donde permanezco en pie frente a todos. Esto ha sido inesperado, de manera que, mientras mis colegas se acomodan, me tomo

un tiempo para recorrer con la mirada ese grupo humano multicolor y tratar de captar la diversidad de cada uno de ellos. *

Entonces tomo una bocanada de aire e improviso mis palabras según mi inspiración del momento:

"Estimados colegas: estamos aquí para realizar experimentos científicos en condiciones de gravedad nula. Estos experimentos ayudarán a crear medicinas y tratamientos que salvarán millones de vidas... Más aun, esto nos hará invulnerables a muchísimas enfermedades y prolongará la vida mucho más allá de las expectativas de hoy en día, quizá hasta la inmortalidad física...

"Quisiera recordarles lo que ustedes saben, y es que, de acuerdo con los tratados mundiales en vigencia, todas estas nuevas medicinas y tratamientos estarán disponibles de manera gratuita para todo el mundo, sin distinción de ningún tipo, por el sólo hecho de haber nacido humana nos...

"Por esto es que invoco el mejor espíritu de equipo entre nosotros. La colaboración que nos brindemos unos a otros redundará en beneficio para nosotros mismos, nuestra propia gente y para el mundo en general. Esto es todo. Les deseo a todos muy buen trabajo". *

Terminadas estas pocas palabras, algunos aplauden, otros sonríen, y algunos se abrazan con evidente emoción. Poco a poco se van yendo a recorrer la estación y yo me quedo solo en la sala.

Decido ir a visitar el observatorio superior del que tanto me han hablado. Salgo por una puerta lateral, subo a un ascensor cilíndrico unipersonal, y este comienza a elevarse automáticamente por un tubo, en silencio y con suavidad. La cabina cilíndrica del ascensor es transparente, dejándome ver el tubo metálico por el que asciende. Pocos segundos después, el ascensor emerge del tubo hasta detenerse en el final de su recorrido. Salgo, y me doy cuenta que el ascensor me ha llevado hasta en el centro mismo de una gran esfera transparente que me rodea por todas partes. Está netamente distanciada del casco de la estación espacial, conectada solamente por el tubo del ascensor por el que llegué. La esfera es como una gran burbuja de cristal, pero invulnerable a cualquier peligro. Aquí estoy, en el centro mismo, solo, sobre una plataforma circular, con la protección necesaria para que me sienta totalmente seguro y pueda disfrutar del inmenso paisaje. Más allá de las paredes de la esfera, bañadas espectralmente por la luz de la Luna y las estrellas, todo ese universo infinito se despliega insondable a mi alrededor. Quedo extasiado por esa belleza extraña, mi respiración se hace lenta y profunda. *

Allí abajo, la "astronave" Tierra, brillante gota de color azul suspendida en el negro más absoluto, captura mi inspiración y mis sentimientos. Mientras la observo absorto, mi cuerpo se relaja; mi corazón se sosiega y mi mente se aquieta. *

Me digo, en silencio: ¡Cuán nimias son las diferencias vistas desde aquí! *

¡Qué fútiles me parecen ahora mis peores preocupaciones! *

¡Cuán grande es el misterio de todo lo existente, de la Vida misma! *

Un gran silencio dentro y fuera de mí me sobrecoge. De repente, algo se abre dentro de mí. El tiempo parece quedar suspendido y mi presencia habitual ausente. En un relámpago de comprensión, sé que algo une a todo y todas las

cosas, veo que algo liga a todos los seres vivos entre sí. La Vida, la conciencia humana, la historia: todo está entrelazado con una sutil trama de Sentido. *

Después de un tiempo cuya duración es incierta, voy recuperando mi presencia habitual. Quiero ver a mi gente, mis colegas, y así vuelvo al ascensor cilíndrico e inicio el descenso. Vuelvo a la sala de donde partí. Encuentro a mis colegas que ya están comenzando a preparar el laboratorio. ...

Ya no me turban las diferencias entre nosotros. Más aun, me doy cuenta que no podríamos lograr lo que nos proponemos si no aportáramos cada uno con nuestra singular diversidad. La Tierra es nuestro hábitat gracias a que allí se conjugan el día y la noche, el verano y el invierno, lo seco y lo húmedo, lo sólido y lo gaseoso. *

Distintas etnias, religiones, costumbres, sexos, origen o condición: todos nosotros, aun el más diverso entre nosotros, somos parte de un gran equipo y trabajamos por un gran plan que nos une en el eterno viaje hacia un destino mayor. *

Agradeciendo en mi interior y sonriendo, me aboco a hacer mi parte de la mejor manera posible, sin dejarme distraer por todo lo que antes me molestaba de ellos y que ahora me parece el decorado multicolor que estimula y enriquece nuestra tarea.

Fernando A. García

fernando120750@gmail.com

Blog: <http://fernandoagarcia.blogspot.com>

ANEXO 7: BREVE NOTA SOBRE LA RECONCILIACIÓN Y LA ASCESIS

Un tratamiento cabal de la relación entre la reconciliación, en los términos en que la hemos planteado, y de la Ascesis es de una especificidad y extensión tal que nos alejaría del interés y amplitud fijados para esta producción.

De manera que solo haremos aquí unas breves consideraciones al respecto.

Según el tipo de reconciliación de que se trate, está podría ser considerada como un caso dentro del tema general de la superación del sufrimiento. Y, a su vez, este último influye en la práctica sobre los temas de la muerte y la trascendencia.

Así, quizá habría que considerar la posible incidencia del sufrimiento como obstáculo de importancia para los trabajos de Ascesis.

Esto hace a cada uno sus distintos aspectos de la Ascesis: la definición del Propósito, su carga afectiva, la suspensión del yo, la posterior traducción de significados profundos, el estilo de vida, etc. Entendemos que tampoco estos aspectos no están aislados, no son independientes unos de otros, sino que están relacionados entre sí.

Las enseñanzas de Silo ofrecen muchas referencias acerca de la estrecha relación que existe entre las condiciones internas del individuo y la consecución de sus aspiraciones espirituales, en general, y de la Ascesis en particular.

Para quienes les interese, dejamos unas pocas citas como estímulo para la reflexión y el intercambio.

“El especialista, por tanto, se encuentra en esta situación: si lo más importante son tales fenómenos ¿para qué necesitamos entonces tanto estudio y tantos conocimientos si deberíamos ir a la experiencia misma? Está bien esto, pero sucede que, de no existir esos especialistas, muy frecuentemente se confundirían fenómenos de interés en este campo, con otros fenómenos de los que se pueden dar muy claras explicaciones, y que corresponden a perturbaciones, por ejemplo, de la conciencia. Así es que no está de más que haya gente conocedora en profundidad de estos temas.”²⁵⁰

“Avanzando de ese modo, tal vez un día captes una señal. Una señal que se presenta a veces con errores y a veces con certezas.

...

“Entonces, desde lo Profundo llega una señal. Ojalá esa señal sea traducida con bondad en los tiempos que corren, sea traducida para superar el dolor y el sufrimiento.”²⁵¹

²⁵⁰ Silo – Canarias 1978, transcripción de cintas magnetofónicas grabadas durante las conferencias que dictara Silo en Las Palmas de Gran Canaria (España), entre el 27 de septiembre y el 4 de octubre de 1978. Tercer día, 30/09/1978. El Primer día (28/09/78) es también de interés.

²⁵¹ Silo. Inauguración de la Sala de Sudamérica. La Rreja (Argentina), 7 de mayo de 2005.