

## **Apuntes sobre actos libres**

**Condiciones y elementos liberadores de energía, que podrían  
ayudar a instalar otro nivel de conciencia**

*Juana Pérez Montero*

*[juanaperezmontero@gmail.com](mailto:juanaperezmontero@gmail.com)*

*Parques de Estudio y Reflexión Toledo*

*Julio 2020*

# **Apuntes sobre actos libres**

## **Condiciones y elementos liberadores de energía, que podrían ayudar a instalar otro nivel de conciencia**

### **Resumen**

Este aporte contiene notas, no más que esto, sobre algunas condiciones y elementos que –desde mi particular experiencia y mirada- ayudarían en la liberación de energía psicofísica y, por tanto, que podrían sumar en elevar el nivel de conciencia habitual en el que vivimos.

Después de hacer un rápido repaso por el paradójico momento en el que vivimos y las posibilidades sociales que se abren para la humanidad, me he adentrado en los actos individuales. He hecho una pasada breve por los actos contradictorios -que tanta energía nos succionan- para acercarme a los actos coherentes que nos llevan al registro de unidad interna, centrándome después en los actos libres, esos actos unitivos que se dan desde otro nivel de conciencia, el nivel de conciencia de sí, que nacen de los espacios de la libertad y que tanta energía liberan cuando los llevamos a cabo.

Hablo de los actos que Silo denominó libres y morales, que no responden a la necesidad ni a la compensación. Si bien no he entrado a analizarlos desde la moral, sino que me he centrado en la liberación de energía que generan y las enormes posibilidades que se abren por ello.

### **Síntesis**

En este pequeño aporte, me he adentrado en los actos libres, en los actos unitivos desde el punto de vista de la liberación y la libertad. De la liberación de energía que genera su práctica, de cómo corresponden a un nivel de conciencia más alto del habitual en el que vivimos, me refiero al nivel de conciencia de sí, y cómo nacen de otro espacio más profundo de la conciencia, un espacio de silencio y libertad.

El eje central tiene que ver con la liberación de energía psicofísica, que podría ayudarnos a elevar el nivel de conciencia habitual, y la instalación del nivel de conciencia de sí.

Y ello lo he enmarcado dentro del momento histórico actual, y cómo en este momento histórico, en esta encrucijada paradójica de la Historia, mientras asistimos a las manifestaciones de lo peor que habita en nosotros, también hay manifestaciones colectivas de lo mejor que vive en cada uno y en la Humanidad como conjunto, al tiempo que se han abierto posibilidades tangibles e intangibles -como nunca antes- de pasar a otra etapa, a poder construir la verdadera historia humana.

## **Introducción**

Estamos hoy en una encrucijada, en la que seguramente podemos experimentar tanto individual como colectivamente lo peor pero también lo mejor que habita en cada uno de nosotros. Como pocas veces hemos podido vivir a nivel colectivo, la destrucción y la muerte conviven con la verdadera solidaridad, con el dar anónimo, desinteresado y luminoso. Vivimos un momento en el que las circunstancias externas nos van acercando a nosotros mismos, nos llevan a volver sobre nosotros, sobre nuestros grandes temores pero también sobre las preguntas más importantes que han acompañado al ser humano en todo su proceso, el sentido profundo de su existencia, qué pasa después de la aparente muerte...

## **Situación actual y posibles condiciones o elementos liberadores**

Si como explica Paulo Genovese en su estudio [\*Cuando el ser humano se descubre a sí mismo\*](#)<sup>1</sup>, ciertas condiciones externas ayudaron a que se instalara el nivel de conciencia de vigilia en el ser humano, tal vez hoy estamos ante la posibilidad de que se instale otro nivel, el de conciencia de sí, como también apunta Genovese.

Estamos en un momento complejo a nivel psicosocial. Los grandes temores que han acompañado al ser humano se han mostrado descarnadamente -y en toda la humanidad al mismo tiempo- en forma de enfermedad, soledad y muerte, mientras se han hecho más presentes aún las palabras de [\*Silo\*](#): “*Este mundo está por explotar y no hay forma de acabar con violencia...*”<sup>2</sup>.

Vemos cómo la pobreza aumenta, extendiéndose por zonas en las que la creíamos superada, y cómo caen los empleos -cuando los hay- y cómo los que hay son cada día más esclavizantes, habiendo llegado a un punto en el que la subsistencia asociada al empleo no está asegurada. Observamos también cómo los conflictos internacionales crecen, cómo está más presente que nunca la amenaza nuclear, por ejemplo; cómo vuelven los nacionalismos y cómo crecen fanatismos diversos y la irracionalidad y la falta de reversibilidad se extienden y afectan a todos los ámbitos.

Y todo ello, podemos verlo gracias a la comunicación, que tanto se ha desarrollado, al mismo tiempo que crecían estos indicadores.

---

<sup>1</sup> Paulo Genovese; “*Cuando el ser humano se descubre a sí mismo*”; Pag. 8 y siguientes; [Parques Estudio y Reflexión Caucaia](#); 2015.

<sup>2</sup> Silo. “*Arenga de la curación del sufrimiento*”. [Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas](#); 1969.

Pareciera que todo nos lleva a la destrucción y la muerte, especialmente si ponemos la mirada en el desastre que nos muestran los grandes medios de comunicación y que podemos observar también en nuestros ámbitos más cercanos. Es cierto que es difícil imaginar, por momentos, un futuro abierto y luminoso si nos quedamos pegados a buena parte de lo que percibimos y que el medio, en gran medida, nos impone como percepción.

Pero, igualmente, tenemos la certeza de que es un periodo de la historia por el que hay que transitar, en el que esos grandes temores, avalados por circunstancias y hechos, son un paso imprescindible -un paso como lo es el del sufrimiento- de avance en la liberación del ser humano. Y aquí volvemos a apelar a [Silo](#) y la [charla de Méjico sobre el Sentido de la Vida, parte de la cual se conoce como la Declaración de México](#)<sup>3</sup>.

Rescatamos aquí los párrafos a los que nos referimos:

*Pregunta: Si las tres vías (memoria, percepción e imaginación) son las que posibilitan a la vida, como posibilidad de desarrollo, ¿por qué o cómo es que se han ido distorsionando? Si se supone que el hombre va buscando la felicidad, debiera ir adecuándose para ir manejando esas tres vías a su favor. ¿Pero cómo es que de repente esas tres vías son justamente sus principales enemigas?*

*Respuesta: Parece ser que esto no sucedió de repente. Parece ser que en el mismo momento en que se amplió la conciencia del ser humano, cuando todavía no era un ser muy definido en nuestra especie, parece ser que allí mismo al ampliarse su imaginación, al ampliarse su memoria y su recuerdo histórico, al ampliarse su percepción del mundo en que vivía, en ese mismo momento, al ampliarse una función, surgió una resistencia. Tal cual sucede en las funciones internas. Como cuando tratamos de mover una actividad nueva de la conciencia, encontramos resistencias.*

*Del mismo modo en que se encuentran resistencias en la naturaleza. En el mismo instante en que llueve y cae, el agua que va por los ríos encuentra resistencias a su paso. Y en este vencimiento de las resistencias de todos modos, y sorteando, el agua llega a los mares.*

*Y es por este juego de las acciones y las resistencias, que responden a leyes universales de acciones y reacciones.*

*Es por esto mismo, que la conciencia en su desenvolvimiento, el ser humano en su desarrollo, va encontrando resistencias, y al*

---

<sup>3</sup> Silo. "Habla Silo". Conjunción Centroamericana. Charla con grupo de estudio "El Sentido de la Vida". México, 10 octubre 1980.

*encontrar resistencias se fortalece, y al fortalecerse integra las dificultades, y al integrarlas las supera. Y entonces todo este sufrimiento que ha ido surgiendo en el ser humano en su desarrollo, ha sido también el fortalecimiento del ser humano, para lanzarse por encima de él. De modo que, en etapas anteriores, esto del sufrimiento, como pasa con nuestras propias experiencias personales si las sabemos ver, el sufrimiento de algún modo contribuyó al desarrollo. 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 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.*

*Este es el punto de cómo el sufrimiento no nació de súbito sino con el desarrollo y la ampliación del hombre.*

Se nos producen, por cierto, registros parecidos a los experimentados en los últimos pasos de la segunda cuaterna de las *Cuatro Disciplinas*<sup>4</sup> desarrolladas por Silo. Pasos en los que se nos evidencian los condicionamientos sufrientes en los que vivimos y que no elegimos, que nos conducen a la “muerte”, después de la cual, se hace imperiosa la búsqueda de una “resurrección” luminosa.

Hoy, todo se va comprimiendo y es probable que esa compresión termine generando la implosión y caída del propio sistema -lo que ocurrirá antes o después, como pasa con todo sistema y toda civilización-.

Pero, al mismo tiempo que experimentamos y vivimos los desastres de este sistema, vemos cómo se van produciendo fenómenos alentadores. Está naciendo, se está construyendo una nueva realidad que encuentra grandes resistencias -los viejos valores y las viejas estructuras se resisten a caer- pero que avanza y, en la superación de las resistencias que va encontrando, se hace más fuerte. Silo lo hizo explícito en una de las “recomendaciones” que nos hiciera en *El Camino (El Mensaje)*, al afirmar “*Aprende a resistir la violencia en ti y fuera de ti*”<sup>5</sup>. Algo que está más presente y tiene hoy -si cabe- más sentido que nunca.

---

<sup>4</sup> Silo. *Las cuatro disciplinas*. [www.parquepuntadevacas.net](http://www.parquepuntadevacas.net)

<sup>5</sup> Silo. *El Mensaje de Silo*. [www.silo.net](http://www.silo.net). 2002

Al hablar de nueva realidad, de nueva construcción, estoy hablando de movimientos que nacen de la base social y que ponen como centro la vida. Hablo de movimientos distintos que tienen como protagonistas a actores postergados en este sistema (mujeres, jóvenes, pobres y precarios... en síntesis, la mayoría de la Humanidad) y que si elevamos la mirada, se están dando con diferente intensidad según los puntos, pero de modo concomitante.

Algunos antecedentes de movimientos con sello nuevo fueron la Primavera Árabe o el Movimiento de los Indignados, con distinto nombre según el país, o las movilizaciones Latinoamericanas a partir de distintas causas con la última manifestación del mismo fenómeno en Chile. Un país en el que era impensable lo que ocurrió a partir de octubre de 2019 y que la pandemia simplemente -pareciera- ha postergado. Todos ellos tienen en común -para una mirada externa- que aparecen sorpresivamente, de modo inesperado. Pero que, tal vez, correspondan a un estado psicosocial latente, de hartazgo e indignación, que se va mostrando y manifestando con formas nuevas.

Ahora bien, me gustaría destacar algunos movimientos “temáticos” que han pegado prácticamente en todo el planeta y que están conectados claramente con la defensa de la vida y que, más temprano que tarde, terminarán interconectándose y actuando de manera conjunta, como ya está ocurriendo a pequeña escala en algunos puntos.

Comenzaron con un fuerte desarrollo -inimaginable hasta ese momento- del movimiento feminista, que se transformó en horizontal y profundamente inclusivo, reconciliado y conciliador y que reivindicó y puso en valor todo lo que tiene que ver con lo que se ha dado en llamar el trabajo de “cuidados”, asociado históricamente a las mujeres pero que desde una nueva mirada plantea el desarrollo y valoración de lo femenino sin especificar géneros, la valoración de la sororidad pero no solamente, sino más bien el valor de cuidar de los otros en general. La señal de salida se marca desde EEUU pero rápidamente se extiende con el mismo espíritu por todo el planeta. Y con ello, más de la mitad de la población -las mujeres- se crecen y avanzan en su liberación.

Por otra parte -como nunca- a través del símbolo de una adolescente sueca con aspecto aniñado, pasa a convertirse en masivo un movimiento que venía trabajando desde hacía décadas pero que no rompía ciertos límites de movilización. Hablo del movimiento por la defensa del planeta, del clima, del medioambiente, de la casa que nos alberga.

Toma cada día más importancia y es más clara la necesidad de generar una economía de decrecimiento, de la búsqueda de desarrollar lo que algunos han llamado economía basada en recursos o propuestas

económico-sociales en la misma línea, que favorezcan ese cuidado medioambiental.

Por otro lado, en los dos últimos años, pero especialmente a partir de la pandemia que está afectando a todo el planeta y que todavía nos mantiene en alerta, comienza a discutirse más y más sobre cómo asegurar la subsistencia de toda la población sin que esté asociada la misma al empleo. Este paradigma, la asociación de empleo = subsistencia -pieza clave en el armado de este sistema vertical en el que vivimos- comienza a caer por el imperio de las circunstancias. De tal modo que, dicho de diferentes formas, se discute y se está viendo cómo implementar lo que se ha llamado renta básica universal e incondicional, ingreso básico... o algo parecido, que asegure la subsistencia de toda la humanidad y que sea un paso, como consecuencia, en la redistribución de la riqueza. Un elemento sin duda liberador para el ser humano<sup>6</sup>.

Hoy, a diferencia de otras épocas, la humanidad cuenta con elementos que le permitirían transformar su modo de vida y, con ello, dar un salto cualitativo. Nos referimos a que cuenta con riqueza suficiente como para poder sobrevivir toda la población; con tecnología que le permitiría liberarse del empleo, como elemento esclavizante que ha sostenido este sistema en el que una parte se ha apropiado del todo social, llegando a la situación actual, en la que la riqueza se concentra a ritmo parecido al que crece, provocando enormes desigualdades que ya no pueden justificarse. Y todo ello gracias a los enormes avances en el campo de la ciencia y de la tecnología, de la ingeniería genética y la inteligencia artificial, etc. que también pueden contribuir de manera significativa a la liberación de las condiciones naturales de la humanidad.

Cuenta, por otra parte, con comunicaciones que permitirían la transmisión de bienes tangibles e intangibles de unas regiones del planeta a otras -como ocurre hoy- pero en sentido muy distinto si ponemos al ser humano en el centro.

Es decir, la humanidad podría dejar de estar preocupada y ocupada - como actividad principal- en la supervivencia. Ello permitiría liberar energía que podría ayudar a ese salto de nivel de conciencia.

Desaparecería mucho del dolor y el sufrimiento actuales, relacionados con la pobreza o el temor a no contar con medios para vivir cada día. Con ello, se despejaría no solo el presente, sino el futuro temporal y sería una buena condición para ayudar a integrar el pasado y, por tanto, a la reconciliación psicosocial, imprescindible para avanzar hacia

---

<sup>6</sup> Otro concepto que comienza a plantearse es la necesidad de implantación de "rentas máximas", es decir que se legisle para que nadie pueda acumular más de cierta riqueza, ya que ello pone en cuestión la supervivencia y la libertad de los otros.

una cultura noviolenta, hacia una sociedad más distensa y atenta, más humana en definitiva.

Dicho de otro modo, si como afirmara Silo en [una charla bellísima](#)<sup>7</sup>, somos “tiempo y libertad”, si contamos con tiempo, tendremos parte de las condiciones para ganar en libertad, además de eliminar –con ello– buena parte de las tensiones que nos acompañan cotidianamente, asociadas a la necesidad de subsistir, lo que nos podría ayudar a elevar la atención y, por tanto, la posibilidad de que se vaya instalando individual y colectivamente otro nivel de conciencia: el [nivel de conciencia de sí](#)<sup>8</sup>.

### **De la conciencia oscurecida al despertar de la conciencia**

La experimentación de este momento colectivo, tiene su correlato en la vida personal de cada uno. Se nos hace evidente la permanente necesidad de elegir entre el “no” y el “sí”, entre la destrucción y la vida.

En estas circunstancias, es fácil que la conciencia se oscurezca y nos tomen el resentimiento y la venganza, los temores, que nos sintamos paralizados... Mientras, pueden aparecer también los salvacionismos asociados a la falta de reversibilidad o el refugio en el grupo como “palo mayor” al que sujetarnos, poniendo siempre la referencia afuera.

El futuro cada día aparece más incierto y es lógico que la conciencia busque estabilizarse, agarrándose a lo que “encuentra”. Se hace, entonces, más importante que nunca la dirección que demos a nuestras vidas y conectar con el Sentido Profundo que las alienta, desarrollando nuestro centro de gravedad mientras construimos desde esa referencia interna el NOSOTROS.

Puede que esta situación implosione pronto, que algunos no llegemos a verla... Esto no es importante.

Lo que sí parece que merece la pena es hacer “lo que tenemos que hacer” sin la búsqueda del éxito, comenzando por la apuesta por impulsar, apoyar o incentivar tanto acciones colectivas como personales que vayan a favor de la vida, que nos liberen de condiciones esclavizantes actuales, que nos permitan transitar hacia una verdadera historia humana.

---

<sup>7</sup> Silo. *Acerca de lo humano*. Tortuguitas. Buenos Aires 01/05/83

<sup>8</sup> Silo. *Apuntes de Psicología*. Ed. Ulrica. Argentina. 2010 / *Silo y la Atención*. Recopilación de Andrés Koryzma. 2017. Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas. Argentina/ *Silo y la Conciencia de Sí*. 2018. Recopilación de Andrés Koryzma. Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas. Argentina.



Si las condiciones externas van cambiando, concomitantemente, a nivel personal se liberará energía que hoy volcamos para dar respuesta a necesidades o compensaciones de las mismas.

Y entonces, tal vez se abra una ventana, una puerta, una oportunidad - después de gastados tantos deseos frustrados o cumplidos- y, desde ahí, liberemos energía para que aparezcan con mayor facilidad, y más cercanos en el tiempo, esos actos libres y morales<sup>9</sup> de los que hablaba el Maestro.

### **Sobre condiciones individuales: de actos que nos restan o nos dan energía**

*Nos planteamos nuestras acciones y las consecuencias de las mismas en función del sentido trascendente de nuestra existencia*

Nuestro hacer tiene sentido si nuestra vida lo tiene. Y nuestra vida tiene sentido si la podemos proyectar más allá de la aparente muerte. Y ese sentido trascendente nos coloca –entonces- ante el Propósito para el que hemos nacido, un Propósito previo y que trasciende al cuerpo en el que habitamos.

Si develamos y nos mantenemos conectados a ese Propósito, al Propósito Mayor, al Propósito para el que fuimos lanzamos a este mundo, ello nos va direccionando en nuestros actos cotidianos. Una dirección que tiene como norte la liberación de las condiciones naturales y, por tanto, la puesta en marcha de actos que nos permitan liberar energía.

Como sabemos, muchos actos cotidianos responden a dar respuesta a necesidades básicas y el llevarlos adelante en el momento oportuno, sin postergaciones, aceptando que son necesarios simplemente para vivir, nos ayuda. No nos dan especial energía pero no llevarlos adelante, nos la quita. Es fácil, necesitamos llevarlos a cabo, los hacemos y pasamos a otra cosa.

Ahora bien, están los actos compensatorios. Son actos que tienen su raíz en carencias, en dificultades no resueltas, dicho de otro modo, en energía que ha quedado atrapada y necesita liberarse. Una forma de dar

---

<sup>9</sup> Sobre moral, hay dos monografías que recomendamos: [La internalización de la moral](#), de Guillermo Sullings (Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas. 2009). E [Investigación sobre la conciencia moral](#) de Darío Ergas (Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, 2010)

salida a esa energía –aunque no sea la “ideal”- es a través del deseo. No elegimos que esto sea así, se nos impone, se nos impone desde cierto nivel de conciencia. Por ello, la importancia de elevar el deseo<sup>10</sup>... aunque sigamos hablando de deseos.

En todo caso, si un ensueño se impone, hablo de un ensueño que no hace mal a nadie, si no puedo oponerme a él, lo mejor es que lo cumpla y lo desgaste.

Pero entrando en esos actos que nos restan energía, los actos contradictorios<sup>11</sup> -que denomina Silo-, se nos hacen cada vez más evidentes si es que el Propósito va tomando la rienda de nuestra vida. Nos saltan antes y más fuertes las alarmas internas respecto a nuestro hacer contradictorio.

En todo caso, un modo fácil de comprenderlos, es observar (atendiendo sin juzgar) hacia donde nos llevan los ensueños. Por ejemplo, cuando quiero meditar sobre un tema y se me imponen ensueños de otro tipo, vuelvo a intentarlo y vuelven a imponerse... Estoy ante un indicador claro de que he de parar, ir a la raíz que da pie a esos ensueños y buscar cómo resolver. Tal vez, ha saltado un ensueño fuerte por una necesidad no cubierta y ello me pone ante la resolución de tal necesidad; quizás necesito reconocer que estoy resentida y necesito reconciliarme con alguien, con la sociedad... conmigo misma; o podría ser que me sienta desafirmada ante una situación que he de afrontar o el temor a un futuro incierto me tome... En cualquiera de las situaciones, puedo utilizar un buen número de herramientas, como la comunicación con otra persona para bajar la presión (catarsis<sup>12</sup>), el trabajo con imágenes (transferencias<sup>13</sup>, experiencias guiadas<sup>14</sup>)... o siempre puedo acudir a las herramientas más sencillas y potentes – desde mi particular experiencia- que son el agradecimiento por poder afrontar una situación que –tal vez- me permita crecer, y el pedido<sup>15</sup> sincero y profundo de que se resuelva.

Cuando consigo dar una salida coherente al “conflicto”, cuando consigo unir lo que pienso, con lo que siento y lo que hago, se produce – entonces- una profunda distensión a partir del acuerdo conmigo misma, a la que acompaña una liberación de energía que me permite - ahora sí- volver sobre aquel “objeto” acerca del que quería meditar.

---

<sup>10</sup> Silo. “*Arenga de la curación del sufrimiento*”. [Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas](#); 1969.

<sup>11</sup> Silo. *Humanizar la Tierra. El Paisaje Interno*. Cap. IX Contradicción y Unidad. 1989. Ed. Planeta. Argentina

<sup>12</sup> Luis A. Ammann. *Autoliberación*. 1991. pag. 129 a 141. Ed. Plaza y Valdés. México.

<sup>13</sup> Ibid. Pag. 149 a 219

<sup>14</sup> Silo. *Experiencias Guiadas*. 2002. Ed. Plaza y Janés. España

<sup>15</sup> Silo. *El Pedido*. 07 mayo 2005. Parque la Reja. BBAS. Argentina.

Y hemos llegado así a los actos unitivos. Son actos intencionales, superadores de la mecanicidad de nuestra conciencia, a cuya realización ayuda la puesta en práctica de los Principios de Acción Válida, recogidos en El Mensaje de Silo<sup>16</sup>.

Buena parte de estos actos unitivos son consecuencia de la búsqueda de coherencia, de la intencionalidad que ponemos en llevarlos adelante. Son actos que nos dejan bien; cuando los recordamos, nos sentimos bien; los repetiríamos mil veces, y generan un buen caudal de energía. Habitualmente estos actos se dan en el nivel de conciencia de vigilia. Nacen, por tanto, de una necesidad, incluso de un deseo, de haber elevado el deseo, y su repetición va liberándonos.

Ahora bien, existen los actos que liberan y además son libres, los actos que Silo denominaba libres y morales.

Son actos que nacen de espacios más profundos de la conciencia, de los espacios del silencio, actos que nacen de la libertad interna. Son actos que se dan en otro nivel de conciencia, el nivel de conciencia de sí.

Son, por cierto, los actos que –desde mi punto de vista– podemos considerar morales verdaderamente. Pero el tema de la moral de tales actos, no es tema de este trabajo.

### **Sobre actos libres**

Cuando el [27 de septiembre de 1981 escuché a Silo](#), en el Pabellón de Deportes del Real Madrid<sup>17</sup>, invitarnos a llevar adelante un acto libre y moral, que “está por encima de toda necesidad y de toda mecanicidad” para declarar al mismo tiempo que no hay culpables y “la obligación moral de todo ser humano de reconciliarse con su pasado”... algo brincó en mi interior, y ello me siguió dando vueltas durante años.

Rescato aquí sus palabras en aquella ocasión:

*“Y bien, ¿qué se dijo entonces? (en referencia a La Curación del Sufrimiento, Punta de Vacas, 1969) Se dijo: ‘sin fe interna hay temor, el temor produce sufrimiento, el sufrimiento produce violencia, la violencia produce destrucción; por tanto la fe interna evita la destrucción...’*

*... Y, entonces, ¿por qué hacemos lo que hacemos? Lo responderé en pocas palabras: lo hacemos como supremo acto moral. Nuestra moral se basa en este principio: “Trata a los demás como quieres*

---

<sup>16</sup> Silo. *El Mensaje de Silo*. [www.silo.net](http://www.silo.net)

<sup>17</sup> Silo. *Habla Silo*. Acto Público 27 septiembre 1987. Madrid (España). Ed. León Alado. 2013

que te traten". Y si como individuos queremos lo mejor para nosotros, estamos exigidos por este imperativo moral a dar a otros lo mejor...

...Esta moral da una dirección precisa a nuestras acciones y además fija claramente a quiénes están dirigidas. Y cuando hablamos de moral nos referimos a un acto libre, a la posibilidad de hacerlo o no hacerlo y decimos que este acto está por encima de toda necesidad y de toda mecanicidad. Este es nuestro acto libre, nuestro acto moral: "Trata a los demás como quieres que te traten". Y ninguna teoría, ninguna excusa, está por encima de este acto libre y moral. No es nuestra moral la que está en crisis, son otras morales las que están en crisis, no la nuestra. Nuestra moral no se refiere a cosas, a objetos, a sistemas, nuestra moral se refiere a la dirección de los actos humanos.

... Pero hay otro punto que debo tratar ahora y se refiere a la situación de crisis a la que hemos llegado. ¿Cómo sucedió todo esto y quiénes han sido los culpables? No haré de ello un análisis convencional. Aquí no habrá ciencia ni estadística. Lo pondré en imágenes que lleguen al corazón de cada cual.

Sucedió hace mucho tiempo que floreció la vida humana en este planeta. Entonces y con el correr de los milenios, los pueblos fueron creciendo separadamente y hubo un tiempo para nacer, un tiempo para gozar, un tiempo para sufrir y un tiempo para morir. Individuos y pueblos, construyendo, se fueron reemplazando hasta que heredaron por fin la tierra y dominaron las aguas del mar y volaron más veloces que el viento y atravesaron las montañas y con voces de tormenta y luz de sol mostraron su poder. Entonces vieron a lo lejos su planeta azul, amable protector velado por sus nubes. ¿Qué energía movió todo? ¿Qué motor puso el ser humano en la historia, sino la rebelión contra la muerte? Porque ya desde antiguo, la muerte como sombra acompañó su paso. Y también desde antiguo entró en él y quiso ganar su corazón. Aquello que en un principio fue continua lucha movida por las necesidades propias de la vida, luego fue lucha movida por temor y por deseo. Dos caminos se abrieron: el camino del sí y el camino del no. Entonces, todo pensamiento, todo sentimiento y toda acción, fueron turbados por la duda del sí y del no. El sí creó todo aquello que hizo superar el sufrimiento. El no agregó dolor al sufrimiento. Ninguna persona, o relación, u organización quedó libre de su interno sí y de su interno no. Luego los pueblos separados se fueron ligando y por fin las civilizaciones quedaron conectadas; el sí y el no de todas las lenguas invadieron simultáneamente los últimos rincones del planeta.

¿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 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 mi’ y explícales, entonces, este mensaje de reconciliación”.*

Me pregunté, desde entonces, cómo sería un acto moral y libre. Tenía el registro claro de actos que me liberaban, de actos que terminaban en otros... pero podía reconocer cierto sabor de necesidad o deseo que los habían impulsado. El anhelo quedó anidado en mi interior. Comprendí más tarde que ese día mi conciencia había lanzado un acto<sup>18</sup>, que siguió buscando completarse durante años y que permanecía adormecido por largos periodos de tiempo pero que volvía a reforzarse en cada intervención o escrito del Maestro, en el que aludía al tema, o en las contadas conversaciones que mantuve con él y que quedaron grabadas profundamente en mi memoria.

## **Certezas**

Una mañana, después de haber intentado dormir unas horas y no poder, tomada por la indignación ante lo que estaba sucediendo en mi entorno, me dije “*algo tengo que hacer ante esta situación, algo tengo que decir. No importa si alguien me escucha o no, no importan los resultados. Lo haré como un acto moral y libre*”. Y al decirlo, con la certeza interna que acompañaba, tuve el registro de que ese acto lanzado años antes comenzaba a completarse.

Qué pasó después no es lo importante, lo importante fue el camino y las certezas que comenzaron a abrirse paso en mi interior.

---

<sup>18</sup> Silo. *Apuntes de Psicología. Psicología I*. Pag. 29 y siguientes. 2010. Ulrica Ediciones. Argentina.

Comencé a reconocer los actos libres y por tanto morales, desde mi particular interpretación. Y ahí tomaron otra profundidad los significados de liberación y libertad.

### **Condiciones previas**

Sobre estos actos, que se han convertido en norte de mi hacer, he tratado de rescatar condiciones previas que se dan cuando el regalo me llega, de cara a que esto me ayude en la búsqueda de que se repitan e ir grabando, con ello, huellas indelebles en el camino del ascenso.

He aquí algunas de esas condiciones que preceden:

Se dan en momentos, en los que estoy en una fuerte búsqueda, acompañada de una gran carga afectiva y en una dirección liberadora, de ascenso.

Por otra parte, tienen en común que “llegan” cuando me encuentran “trabajando”. Intencionar y mantenerme en la búsqueda de dar coherencia a mi vida es vital, por tanto.

Es evidente, que la permanencia en el trabajo con la distensión y la atención, además de la práctica de ascesis son de enorme ayuda.

Se dan en momentos de gran inestabilidad, tanto física como psicológica. Todo la estructura psicofísica está comprometida. Hasta la propia postura corporal, que acompaña, habla de esa inestabilidad

Hay, de otro lado, un componente de compasión grande, de conexión con el dolor y el sufrimiento del otro.

### **Elementos o registros que acompañan a los actos libres**

Respecto a elementos o aspectos de los actos libres -y que liberan, por cierto-, he rescatado algunos que me parecen de especial interés hasta donde me ha llevado la experiencia, insisto:

Se rompe la anestesia en la que vivo habitualmente y se da una conexión profunda con el dolor y sufrimiento ajenos, al tiempo que se produce un rechazo visceral de la violencia.

Ante esto, en ocasiones, surge un acto de indignación y rebelión interior y se “impone” dar una respuesta de denuncia o resolución

del tema... o las dos cosas. Lo contrario hace que me registre cómplice de la barbarie, de ese dolor y sufrimiento. “La no acción o el silencio me convierten en cómplice”, me he dicho en más de una ocasión.

Otros actos no están asociados a “caras” aunque sean anónimas, pero llevan en su esencia el germen de la humanización, buscan generar, ayudar a construir, dar señal de que un mundo humanizado es posible. Buscan transmitir fe interna, certeza de que la vida tiene sentido, un sentido profundo que nos precede y nos trasciende. Lo que realimenta, de vuelta, mi fe interna y me da certeza de experiencia.

Y los hago desde la libertad interna total, al tiempo que me siento impelida a llevarlos adelante. Hay un claro registro de hacerlos como un acto moral y libre (si bien no hay deber por paisaje de formación o por compensación, por mecanicidad).

No hay dudas al respecto, no lo creo... **Sé que en ese momento soy libre.**

Son actos que no discriminan y que terminan en otros. No espero nada a cambio, ni de los otros ni de mí. No importan en absoluto los resultados. Son actos unitivos.

Me unen a mí misma y con otros. Es bueno para todos.

Hay un fuerte componente de compasión –como decía- y tal vez se trate de la manifestación del verdadero Amor.

Como apuntaba más arriba, les precede un claro registro de inestabilidad, que se registra también durante y después de llevar a cabo este tipo de actos. Dicho de otro modo, se desacomoda la vida y salgo de mi zona de confort. Se trata de una inestabilidad alejada –por cierto- de temores y pérdidas. Diría que se trata de una inestabilidad gozosa, burbujeante e inspirada.

Compruebo, una vez más, que los mayores avances en mi proceso interno están asociados a la inestabilidad presentada de distinto modo. Necesito desestabilizar la conciencia para seguir creciendo.

Están asociados a gran distensión (la única tensión es la necesaria para ser llevados a cabo) y un nivel alto atencional.

Se dan desde un nivel de conciencia superior al habitual, desde el nivel de conciencia de sí.

Están impregnados de fuerte inspiración y esa inspiración se realimenta. Se entra –de hecho- en un estado de conciencia inspirada que afecta a todos los niveles de conciencia.

Cuando ocurre el “milagro”, dependiendo de la ocasión, inspiran a otros, contagian a otros, incluso movilizan a otros.

No se produce, por cierto, contradicción entre la acción externa y la búsqueda de inspiración interna. Cuanto más lejos quiero llegar en mi acción hacia el mundo, más necesito adentrarme en mí, más necesito del silencio. Y cuando quiero ir más adentro, puedo hacerlo fácilmente... el silencio me acompaña. Es un acto lejos de cualquier estado de aceleración interna.

Diría que se produce un manejo grande, más grande de lo habitual, de la energía, pudiéndola concentrar y expandir al ritmo de la vida.

Hablando de energía, ésta se realimenta. Cuanta más señal, más acción... más energía tienes y así siguiendo. El torrente de energía es tal que no dormirías. Es una de las consecuencias: la energía creadora que generan y que realimenta a quien los lleva adelante es mucho mayor y de una “calidad mayor” (no tengo una expresión menos burda para explicarlo) que la energía que libera cualquier otro tipo de acto.

El registro es que nacen de esa energía vital, de ese reservorio de energía que se pone en marcha ante situaciones límites, cuando peligra la vida; el mismo que se activa para mantenernos en los espacios del silencio a la espera de que se abran las puertas de lo Profundo. Un reservorio de energía que realimentamos cuando los llevamos a cabo.

Experimento el claro registro de diosa liberada que rompe cadenas, de ser humano que porta semillas de futuro.

Registro que se encarna la frase de La Mirada Interna “*Serás como una fuerza de la Naturaleza cuando a su paso no encuentra resistencia*”<sup>19</sup>

En mi acción, no aspiro sino a sentirme así una y otra vez.

Se cortan –por cierto- cuando entra el cálculo.

Para terminar, diré que el registro es que “no necesito intencionarlos”, es la Intención –con mayúsculas- que me lleva. “*El Propósito me toma e invade todo mi mundo interno y mi acción afuera... y el yo se entrega a él*”, escribía un día en mi cuaderno de bitácora.

---

<sup>19</sup> Silo, *El Mensaje de Silo. La Mirada Interna*. Capítulo XIII: Los Principios. [www.silo.net](http://www.silo.net)



## Huellas

*“Si repites tus actos de unidad interna ya nada podrá detenerte”*

Sin duda, estos actos forman parte de las experiencias que van modificando las copresencias<sup>20</sup> de mi paisaje interno, convirtiéndose en huellas que van abriendo caminos, en faros que me sirven de norte y me guían.

Cómo decía, me han ayudado a acrecentar la fe interna: la fe en mí misma, la fe en el futuro, la fe en el Proceso Humano, la fe en que todo tiene Sentido, una fe que va haciendo pie -semilla a semilla- en la certeza de experiencia .

Ello me ayuda profundamente en momentos menos luminosos, en los que –gracias a estas contadas experiencias- me digo “ahora mismo no lo ves, pero desde otro plano, todo esto tiene sentido... Para, ‘céntrate’, adéntrate en ti misma y espera, seguro que encontrarás respuestas” y así ocurre, siempre hay una salida superadora de aparentes contradicciones.

**Concluyo** que si este tipo de actos los pudiéramos experimentar más y más cerca en el tiempo, sin duda, se iría instalando individual y colectivamente un nuevo nivel de conciencia, el nivel de conciencia de sí, siendo ello un elemento fundamental para la construcción del mundo al que aspiramos.

***“Ama la realidad que construyes y ni aún la muerte detendrá tu vuelo”<sup>21</sup>***

---

<sup>20</sup> Silo, *Contribuciones al pensamiento*. Pgs. 75 y 76. 1991. Ed. Planeta, Argentina.

<sup>21</sup> Silo, *Humanizar la Tierra. El Paisaje Interno*. 1989. Ed. Planeta. Argentina

## **Bibliografía**

- Ammann, L.A. *Autoliberación*. 1991. Ed. Plaza y Valdés. Méjico.
- Ergas, D. *Investigación sobre la conciencia moral*. 2010. Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas.
- Genovese, P. *Cuando el ser humano se descubre a sí mismo*. Monografía. 2015. Parques de Estudio y Reflexión Caucaia. Brasil.
- Koryzma, A. *Silo y la Atención. Recopilación de extractos de conferencias, charlas y comentarios de Silo sobre la atención*. 2017. Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas.
- Koryzma, A. *Comentarios de Silo sobre Libertad y Liberación*. 2018. Ed. León Alado.
- Koryzma, A. *Comentarios de Silo sobre la Conciencia de Sí*. 2018. Ed. León Alado.
- John Pozzi-Escot, M. *La Bondad*. 2018. Relato de Experiencia. Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas. Argentina.
- Silo. *Arenga de la curación del sufrimiento*. 1969. Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas. Argentina.
- Silo. *Apuntes de Psicología*. 2010. Ed. Ulrica. Argentina.
- Silo, *Contribuciones al pensamiento*. 1991. Ed. Planeta. Argentina
- Silo. *El Pedido*. 07 mayo 2005. Parques de Estudio y Reflexión la Reja. Argentina.
- Silo. *El Mensaje de Silo*. 2002
- Silo. *Experiencias Guiadas*. 2002. Ed. Plaza y Janés. España
- Silo. *Habla Silo*. 2013. Ediciones León Alado.
- Silo. *Humanizar la Tierra*. 1989. Ed. Planeta. Argentina
- Silo. *Las cuatro disciplinas*. Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas. Argentina.
- Sullings, G. *Diversas posturas acerca de la moral. La internalización de la moral*. 2009. Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas.