

La experiencia de la Forma

Un camino hacia la profundidad y la trascendencia de la vida

Policarpo Luna Durán
Parques de Estudio y Reflexión, Toledo
Diciembre 2021
plduran@gmail.com

*Al Maestro Silo,
el Mayor de los Poetas ...*

Agradecimientos a un “Ángel Bravo” por sus aportes lingüísticos estando al “filo del logos” y a Carlos Rossique por sus precisiones histórico-científicas.

Índice

Introducción	5
1. La “Forma”	6
2. La creación de la “Forma”	20
2.1. Desandando nuevos caminos	21
2.2. El espejo de la vida	25
3. La experiencia de la “Forma”	27

Introducción

Estás ante un escrito, en forma de diálogo, que pretende acercarte al "sentido de la vida".

He utilizado para su desarrollo, no solo mi experiencia con la "disciplina de la Forma" o "Morfología", creada por el Maestro Silo, sino una parte esencial de su enseñanza.

En estos diálogos se expone una mirada nueva sobre la vida, el psiquismo y la existencia humana en general, desde la experiencia con "las formas".

Las "formas" están siempre presentes en nuestro quehacer cotidiano, desde lo más externo hasta lo más interno. En su profundización se va dibujando y creando un sentido, que más bien es descubierto, reencontrado finalmente, porque siempre estuvo ahí.

En el primer capítulo expongo abiertamente el conocimiento sobre lo que son "las formas". Y en su desarrollo pronto se comprende que sin experimentación y estudio no se puede avanzar más.

En el segundo capítulo, "La creación de la Forma", introduzco el concepto de "condición". Se hace necesario crear una condición sin "ruido", de unidad interna, para poder acercarse a experimentar la "Forma Pura". Y sobre ésta poco se puede decir, porque no es representable. Pero sí se pueden reconocer sus maravillosos efectos liberadores, inspiradores y revitalizantes.

En el último y tercer capítulo expongo mi experiencia en sí con una forma deliberada que es la "esfera", la forma perfecta según Parménides, un pitagórico. Una esfera transparente y luminosa que se expande desde tu corazón, más allá de los límites de tu cuerpo, para conectarte sorprendentemente con lo mejor que hay en ti.

Estás ante un escrito muy corto que sintetiza una experiencia larga e insinúa la proximidad de un espacio capaz de llenar a tu vida de un alegre sentido inmortal.

1. La “Forma”

—Esta arcilla húmeda tiene una plasticidad excelente, disfruto mucho de su contacto con mis manos, pareciera que resonara conmigo al amasarla, como si fuéramos uno. Es más, pareciera que ha llegado el momento creativo para darle una forma. ¿Y qué forma darle? Necesito parar un momento y salir al exterior para respirar aire fresco y encontrar la inspiración adecuada.

Ya se hizo de noche y aquí en el campo, con su silencio, se despeja la mente. Fíjate qué cielo más hermoso, despejado, sin nubes, con sus estrellas brillantes.

—Sí, es una noche maravillosa, poder mirar hacia la amplitud e infinitud del cosmos. Hoy día 21 de diciembre de 2020 podemos fijarnos en un evento astronómico. ¡Mira! Allí podemos divisar la gran conjunción de Júpiter y Saturno, no se volverá a producir hasta dentro de 60 años.

—¡Qué coincidencia!

—Yo no creo en las coincidencias. Todo está relacionado en el universo...

—¡Qué grande y vasto es!

¡Volvamos al taller! Ya se me ocurrió algo, pero antes de comenzar a darle forma a la bola de arcilla, cuéntame primero qué es la “forma”.

—Cuando se habla de “forma”¹, enseguida pensamos en el contorno de algo, su forma geométrica, un círculo, un triángulo o un cuadrado. Siempre se va hacia un objeto, pero, para comenzar, diremos que la “forma” es la “estructura de algo” y también que es “el modo particular y característico de sentir, percibir y representar algo”. De modo que la “forma” no tiene existencia en sí, fuera del proceso psicológico.

La disciplina que estudia la generación y las propiedades de la “forma” se llama Morfología². Y esta no es una ciencia.

Todos tenemos una “forma” personal de pensar, sentir y hacer. Decimos, mira de qué modo tan llamativo camina esa actriz, cómo canta ese artista, qué gracioso es este humorista.

Si lo extendemos a conjuntos humanos, también podemos decir que las culturas tienen un modo particular de crear y hacer, no es lo mismo la arquitectura griega basada

1 Silo, “Apuntes de Psicología 1”, Impulsos. Morfología de los impulsos: La forma es el objeto del acto de compensación estructuradora.

L.A. Ammann, “Autoliberación”, Vocabulario: “Se llama “forma” en general a las estructuraciones que la conciencia hace de los impulsos”.

2 Silo, “Apuntes de Psicología 1”, Impulsos. Morfología de los impulsos: La morfología de los impulsos estudia a las formas como estructuras traducidas y transformadas por el aparato psicofísico en su trabajo de respuesta a los estímulos.

en la proporción áurea, que las sencillas, monumentales y sólidas construcciones incas o la arquitectura china basada en la simetría bilateral, incorporando conceptos cósmicos.

La especie humana, como las demás especies vivientes, también tiene su “forma” característica de desenvolverse y de desarrollo evolutivo. Esto dificulta la relación entre las especies. Intenta comunicarte, por ejemplo, con una langosta, pero tal vez con un orangután o un perro, sí, aunque limitadamente.

—Cierto, resulta más fácil ir hacia afuera, mirar adentro puede resultar angustioso, no sabes dónde poder agarrarte cuando algo no te gusta de ti. La “forma” parece estar en todo.

¿A qué obedece esta “forma”? ¿Cómo surge?

—Hay una parte que se elige y otra que viene dada. La que concierne a nuestra elección tiene que ver con modos de respuesta que hemos encontrado o aprendido en nuestra infancia en relación a necesidades que se nos han presentado.

El bebé llora para atraer la atención de mamá o papá. Alicia se estira y levanta la cabeza para avisar que “aquí estoy yo”. Lucas coquetea con Irene para mostrar interés hacia una eventual relación.

La otra parte, la que viene dada, tiene que ver con una condición o “forma” que nos rodea ya desde el nacimiento. El entorno familiar, el hogar, tus amistades, tu ciudad o pueblo, el país, el clima, el momento histórico, el planeta, y ya en un ámbito mayor, nuestro sistema solar, nuestra galaxia, el universo y el mismo sentido de todo lo existente.

Además de esta condición externa que nos contiene, se nace con una condición característica propia interna que nos convierte en seres singulares, pero no tan diferentes, ya que pertenecemos a la misma especie. Son matices los que nos diferencian a unos de otros.

En cada uno de nosotros existe, ya desde el nacimiento, una “forma”, una predisposición hacia algo, una cierta tendencia, una dirección mental que puede ser aceptada y desarrollada o también rechazada y negada. Los matices en la forma de actuar pueden ser, por lo tanto, muy significativos, porque pueden llevar a direcciones completamente opuestas.

El cuerpo mismo podría comprenderse como una “forma” que contiene y guarda en su interior algo muy valioso, que es la vida. Cuando se deteriora el “receptáculo”³, la vida se escapa y aparentemente desaparece. Queda un cuerpo sin vida que se descompone, volviendo todos sus materiales a la naturaleza.

La “forma” puede constituirse entonces en esa especie de receptáculo para contener algo, así distinguimos entre continente y contenido. La “forma” de este “receptáculo” no solo tiene la aptitud de contener algo, sino la de condicionarlo. La “forma” actúa sobre lo que contiene y, ciertamente, lo determina. A esta aptitud se la conoce como la “acción de forma”⁴.

3 Término inspirado en Platón, El Timeo.

—Eso es muy sugerente, podría crear con la arcilla un receptáculo, pero que guarde en su interior a la vida, aunque eso aún se me escapa.

¿Cómo podría hacerlo? ¿Y cómo darle la “forma” adecuada para que la vida se desarrollara?. ¿Eso tendría que ver con la “acción de forma”?

Qué oportuno sería poner unos ejemplos de la “acción de forma”, como para poder encontrar la inspiración necesaria.

—Una forma es percibida, en primer lugar, por los sentidos y esa estructura de percepción es transformada o traducida, a su vez, en otra forma, en una representación, una imagen, por la conciencia, para dar una respuesta eficaz en su misión de equilibrar los medios externos e internos. Estas estructuras o formas de percepción y las estructuras o formas de representación son experimentadas con su "acción de forma" característica. La forma puntiaguda de una aguja, por ejemplo, nos avisa de que podemos pincharnos al cogerla, y esto lo sabemos por experiencia debido a una representación, y eso quedó grabado en nuestra memoria. Al recordarlo, representamos ese pinchazo en nuestro "espacio de representación"⁵ y nos llega una sensación de aviso de dolor que hará que nos alejemos y hasta encojamos. Un perfume, en cambio, con una forma de fragancia agradable, despertará en nosotros el sentido del olfato, tratando de captar lo máximo para llenarnos de placer. ¿Qué hacemos aquí en este caso? Nos acercamos todo lo que podemos y nos engrandecemos al expandir los pulmones.

La “forma” puede hacer también de continente, como veníamos diciendo, imponiendo una condición sobre el contenido.

Así, para el transporte de gases o fluidos a presión, la forma más adecuada para el recipiente es la esfera. Los ingenieros saben que la presión que ejerce el fluido en la pared esférica es idéntica en cada punto de esta y así evitan mayores costes en materiales porque pueden reducir su grosor al máximo.

Allí donde existe una condición, existe una “forma”.

Si tomamos, por ejemplo, a las sociedades humanas, con diferentes niveles de desarrollo en lo que atañe a cubrir necesidades básicas como son la alimentación, la salud y la educación, es obvio que no disponemos de las mismas condiciones de vida en todo el planeta, ni tan siquiera en las ciudades. Existen contrastes que van desde la opulencia y el derroche a la miseria extrema. Las dos condiciones ejercen una influencia bien distinta entre sus habitantes, unos tienen más y mejores posibilidades que otros para vivir y desarrollarse. Las condiciones de vida actúan, debido a su “acción de forma”, sobre los individuos que están inmersos en ellas.

Otro ejemplo, el planeta Tierra tiene una “forma” esférica y todos nosotros vivimos sobre esta forma gigantesca de una sola superficie abierta, no cerrada, que nos relaciona a todos los seres humanos y nos abre hacia el cielo, el universo. ¡Es una forma maravillosa! El universo abierto, aunque sin aparente límite, hace de continente y la Tierra

4 La forma debe ser captada, representada, para que se pueda producir la “acción de forma” en la morfología de impulsos. Ver Silo, “Apuntes de Psicología II”, Impulsos: traducción y transformación.

5 Silo, “Apuntes de Psicología II”, El sistema de detección, registro y operación. Sentidos, imaginación, memoria, conciencia.

es uno de sus contenidos. Este inmenso espacio abierto ante nuestros ojos nos está invitando a explorarlo y genera una tensión en el observador, porque todavía estamos tratando de captar su forma completa, pero la acción de su forma ya la estamos sintiendo, porque vamos disponiendo de una representación de ésta.

Una simple linterna tiene un espejo con una “forma” cóncava para proyectar la luz en una dirección determinada. Ahora observemos el siguiente contraste, un techo plano frente a uno curvo ¿Cómo lo experimentamos? Como que el techo plano se nos cae encima. Un techo plano tiene una “acción de forma” bien diferente a la de un techo curvo o semiesférico. La experiencia del límite de esa “forma”, su espacialidad, se vive, se registra de un modo diferente. Lo plano sobre la cabeza se experimenta como algo presionante, aplastante e inhibitor, sin embargo, la curva es algo protector y agradable.

Esto abre todo un campo de investigación sobre la belleza de la “forma”, comprendiendo a la belleza como la experiencia de lo que identificamos o traducimos como sensación agradable o de bienestar.

Cuando se entra en un templo, una catedral o una mezquita, y observamos y sentimos, por ejemplo, los espacios amplios y altos con sus bóvedas y arcos, nos damos cuenta de que aquí el efecto que se buscaba no solo era el de impresionar por la majestuosidad de los decorados, sino el efecto de engrandecimiento que produce el amplio espacio en nosotros, siempre que lo percibamos como amistoso, agradable y positivo. A diferencia de aquel marxista, contrario y hostil a lo religioso, que entraba desconfiado y se sentía empequeñecido al entrar y lo interpretaba ofensivamente, como una manipulación de los individuos. Por cierto, la manipulación era frecuente, los “vivos” y los “espabilados” estaban por doquier y ciertamente se aprovechaban. El devoto era frecuentemente manipulado por las castas sacerdotales, que aprovechaban el efecto positivo que tenían las construcciones sobre los feligreses.

Los prejuicios internos, por otro lado, condicionan siempre lo que percibimos y ejercen una “acción de forma” también. Esto se debe a que la conciencia tiene su forma y este es un asunto capital que trataremos más adelante.

La lista de ejemplos es inabarcable, los encontramos en cualquier quehacer humano, en toda la arquitectura, la geometría, las matemáticas, la física, la lengua, la psicología, la astronomía, la medicina, la sociología, etc., etc. Allí donde encontramos a la conciencia, está la “forma”. La forma surge, se constituye en una estructura, como el objeto que la conciencia busca para compensar, equilibrar y comprender aquello que detecta. Así, un objeto con cuatro lados iguales es fácil de estructurar para la conciencia, decimos: es un cuadrado. Pero si se nos presenta un objeto con lados desiguales, asimétrico, sin líneas rectas, más difícil de precisar, decimos que se trata de un objeto amorfo, sin forma, aunque sí la tiene.

La “forma” lo abarca todo, y todo es todo.

—¿Existen entonces, también, “formas” mejores o peores, más bellas o feas? Como si algunas se adaptaran mejor y fueran más útiles. ¡Claro! Me pregunto, además de disfrutar de lo que hago, para qué va a servir la forma que estoy construyendo.

—Sí, desde luego. Hay formas que se adaptan mejor al momento en que se vive. Hay formas que rechazamos, no nos gustan. Adherimos a formas que nos hacen sentir bien y responden a las necesidades o expectativas que tenemos.

Y como no estamos solos, sino en un mundo de relaciones con otros, también se pueden observar “formas” de relación que ayudan o que perjudican la convivencia y la existencia. Por ejemplo, existe la “forma” violenta que se sustenta en el “ante todo, yo, y tú, fuera o a mi servicio”.

Luego hay “formas” más inteligentes y coherentes que ayudan al bienestar general y particular, a la perpetuación y evolución de nuestra especie. Y esto va señalando una dirección, un sentido, un “hacia dónde vamos”.

La “forma unitiva”⁶ viene a indicar el camino hacia la libertad y la felicidad.

Imagínate una celda pequeñísima de castigo de una cárcel, ¿qué aporta esta “forma” de encerramiento? Más malestar, tortura y violencia, sin duda. Así no hay modo de avanzar en una rehabilitación de los reos.

Por el contrario, ¿qué hace un artista para inspirarse en su creación? Busca condiciones o “formas” adecuadas que lo trasladan a un estado no-habitual, donde surge la chispa maravillosa de la creación, busca lugares o ámbitos que son favorables a estados internos de percepción y representación excepcionales, que producen una irrupción artística creadora.

El artista verdadero reconoce que la inspiración no viene de sí mismo, él solo hace de vehículo, de puente entre la “fuente de inspiración” y lo que va a trasladar al mundo con su pericia ejecutora. Esto último sí se lo reconocemos y su habilidad para ponerse de una determinada “forma”, pero habría que preguntarles a los artistas vanidosos por esto, la “fuente de inspiración”. ¿Tiene que ver ésta con su “yo”? ¿O se corresponde al acceso a un espacio interno, un universo, que está más allá de su “yo”, que lo transforma y lo impulsa?

—Eso nos situaría ante un dilema, entre cambiar la “forma” de actuar o aceptar nuestra naturaleza, nuestra tendencia y condición, como si fuera algo fijo e inmutable.

Esta vasija que tengo en mis manos, aquí el ejemplo, puede ser modificada, le puedo dar otra forma.

Los humanos tenemos esa capacidad de transformar... ¿y de transformarnos?

—La “forma” la modificamos en cuanto nos damos cuenta de que la vieja no nos sirve. Es más, la “forma mental”⁷ es susceptible de ser modificada, de modo que identificaríamos, por ejemplo, a Pepito con otra persona por el cambio cualitativo que se ha producido en él. No se está hablando de una bipolaridad, sino de un ser distinto, con otra cualidad.

6 Propuesta de expresión para distinguir “formas violentas” de “formas no-violentas”.

7 Silo, “Apuntes de Psicología II”, Impulsos: traducción y transformación.

Hay experiencias significativas que llegarían a demostrar, por ejemplo, variaciones sustanciales en la percepción de los sentidos. Cualquier alimento, el azúcar, por ejemplo, no sabe igual con una forma mental distinta, lo que podría explicar los profundos cambios en la alimentación que se produjeron, por ejemplo, durante el paleolítico en el homo sapiens. ¿Qué sucedió en aquel periodo histórico? No lo podemos saber con certeza por ahora. Pero es probable que nuestros antepasados se vieran en una situación de máxima urgencia para sobrevivir. ¿A qué presión se vio sometido que tuvo que cambiar la forma mental? Su adaptación a un nuevo entorno le obligó a cambiar para sobrevivir y como consecuencia cambió su forma mental. Y si cambió su forma mental, cambió su percepción de su mundo y de la “realidad”.

La realidad, si pudiéramos ser objetivos, es una, pero nuestra subjetividad nos impide verla en su totalidad, vemos porciones y ángulos de la realidad por la limitación de nuestros sentidos y por la condición que pone nuestra forma mental. Pero, en definitiva, la “forma mental” se puede cambiar, no es estática y permanente, salvo la eventual existencia de una “Forma Pura”⁸.

—Ahora que vuelvo a no saber muy bien qué forma darle a la arcilla me pregunto:

¿Y si la “forma” individual o humana puede cambiar hacia dónde se encamina?

—La “forma” humana camina hacia la superación del “yo”, actualmente está anclada en un egocentrismo torpe, esquizofrénico y sin salida. Lo que entendemos por “yo” es una ilusión⁹, el verdadero “yo” está aún por descubrir.

Identificamos al “yo”, primeramente, con algo externo y variable, un nombre. Si profundizamos ahora hacia adentro nos encontraremos con un cuerpo físico que también dispone de una interioridad llena de órganos.

Luego observamos un mecanismo como la memoria, donde guardamos toda la biografía. Observando más, poniendo cierta distancia, vislumbramos una “forma” de ser y actuar. Esto último podríamos definirlo como el “yo” psicológico o periférico, pero en lo más profundo de la existencia humana permanece como tapado, envuelto en un velo, el “yo profundo” o la “mente”¹⁰.

Si comenzáramos a profundizar en este tema y buscáramos un eventual “centro interno”¹¹, captaríamos que siempre hay una distancia entre lo que consideramos el “yo” y aquél que observa. Este observador tiene la característica de atender y decidir a qué atiende, y este acto de atender se corresponde siempre con la búsqueda de un objeto para completarse.

8 Las “formas” que todos conocemos son representables, la “Forma Pura” se refiere a una forma mental no-representable y no percibida por los sentidos.

9 Silo, “Apuntes de Psicología III”, La conciencia y el yo.

10 Ver “Comentarios a El Mensaje de Silo”, página 2

11 Ver “El Mensaje de Silo inspira una profunda religiosidad”, apartado “El Espíritu Humano”.

—Coincido plenamente con lo que dices. Cada vez me gusta menos este mundo competitivo en el que todos queremos ser los primeros en algo, generando una gran frustración alrededor en los perdedores. Me gusta más un mundo cooperativo donde puedo ver a los demás como amigos, como colaboradores.

¿Me puedes acercar esa maceta con su hermosa flor? Se me está ocurriendo darle a esta forma un significado.

¿Y este “yo-atención”¹², que comentabas, sería nuestro “yo profundo”?

—No, este yo-atención se correspondería con una aptitud que tiene la conciencia para observar fenómenos externos e internos. La conciencia puede llegar a observarse hasta a sí misma en su funcionamiento. La conciencia es un aparato que registra imágenes, sensaciones y recuerdos y está ligado a las sensaciones del cuerpo.

La conciencia también tiene una forma. Y eso es reconocible, porque se puede estudiar cómo actúa, cómo coordina, cómo decide ordenar y relacionar lo que capta. El “yo profundo” solo se lo experimenta en el silencio absoluto de sensaciones y representaciones.

La conciencia opera en un “espacio de representación” que hay que apartar para llegar a otros espacios más profundos.

—Me dejas muy sorprendida y boquiabierta. ¡Ahora no sé quién soy!

Tan perdida me has dejado que la figura que estaba modelando se ha venido abajo y ya no me gusta.

Disculpa mi ignorancia, ¿qué es el espacio de representación?

—Reconocer un “espacio de representación” tan solo es posible por “experiencia interna”, no se puede hacer con los sentidos externos (olfato, vista, tacto, gusto, oído). Esto obliga a reconocer la existencia de, al menos, dos “sentidos internos”¹³: el “sentido cenestésico” y el “sentido kinestésico”.

El “sentido cenestésico” es capaz de captar las sensaciones correspondientes al intracuerpo. Es decir, los impulsos o señales que envían todos los órganos internos. Es capaz de recibir cualquier señal que proceda del interior de nuestro cuerpo.

El “sentido kinestésico”, en cambio, capta el movimiento y la postura espacial de nuestro cuerpo. Sentimos perfectamente nuestra nueva posición corporal cuando nos vamos inclinando o la cabeza gira, al levantar los brazos, al agacharnos y encogernos o al estirarse.

Si nos ejercitáramos con el “sentido cenestésico”, observaríamos que cualquier señal procedente del mundo externo, captada por los sentidos externos, se traduce en una representación o imagen que capta nuestro “sentido cenestésico”. ¿Y dónde es

12 Silo, “Apuntes de Psicología IV”, Espacialidad y temporalidad de los fenómenos de conciencia.

13 Silo, “Apuntes de Psicología I”, Aparatos del psiquismo.

captada o registrada? Es captada en un auténtico “espacio” de representación” que se corresponde exactamente con el campo de percepción del “sentido cenestésico”.

No solo son representadas en este “espacio” las señales externas, sino también las internas, cualquier cambio en un órgano interno, un estómago vacío, la expansión de los pulmones al inspirar, una alegría, un contratiempo o la evocación de un recuerdo se traducen en una representación o una imagen en nuestro espacio de representación.

—¿Cómo es posible que no nos hayamos percatado antes de este espacio interno de representación?

Lo que imagino, o, mejor dicho, lo que represento, se da en un espacio, pero mi atención solo se dirige al objeto de representación, es decir, a la nueva figura de arcilla que me estoy imaginando.

—Todo eso sencillamente ocurre por dos motivos, primero, porque solemos estar externalizados y, segundo, porque vamos hacia el objeto y no tenemos en cuenta la condición que lo rodea. La mayoría de nuestras actividades van hacia afuera de nosotros y la “atención”, la aptitud que tiene la conciencia, las sigue. No es tan habitual pararse y meditar, reflexionar, y menos ser consciente de todo esto último. Las pocas veces que uno se recoge y hace un alto, ahí no es habitual observar cómo hacemos una reflexión, cómo tomamos una decisión o hacemos una revisión.

Si hiciéramos esto último, es decir, si nos diéramos cuenta cómo hacemos una reflexión, observaríamos que subyace una “forma” de hacerlo. Hay muchas formas de reflexión. ¿Estoy atendiendo a todo lo que se relaciona con mi objeto de reflexión? ¿Estoy presionado por algún motivo en la reflexión? ¿Soy metódico o impreciso en la reflexión? ¿Tan solo veo lo que me afecta a mí o a todo el conjunto? ¿Hago la reflexión con gusto o a disgusto?

El “cómo hago” determina a la misma conclusión o síntesis de la reflexión y, por ende, a lo que haga luego de la reflexión. Dicho de otra manera, la “forma” del espacio de representación pone una condición a lo que decida hacer.

A distinta forma del espacio de representación, distintos modos de sentir, pensar y hacer. Esto tiene consecuencias tremendas en la comprensión del fenómeno humano.

—No acabo de comprender bien este desarrollo como para ver su importancia. Si quieres decir que si la forma de mi espacio de representación está, por ejemplo, llena de puntos angulosos, mi acción sería erráticamente tensa, comenzaría a entenderlo. De hecho, estoy corrigiendo mi figura de arcilla, dotándola de más curva.

¿Qué interés puede tener profundizar en la “forma”?

—¡Esto es! Si el espacio de representación tuviera vértices, puntos angulosos, nudos sin resolver en forma de condiciones oprimentes no-reconciliadas, ya sean biográficas o del momento actual, eso estaría afectando al psiquismo.

Comprender a la “forma” aportará una nueva mirada al universo humano. Es una nueva vía de experiencia y comprensión. La “morfología” es su disciplina, y la vamos a considerar como nueva, porque no tiene antecedentes reconocibles y demostrables en la historia humana. Al menos por ahora. Sí podemos decir que hubo mucho trabajo con las “formas” en los sabios presocráticos y luego con Platón. Pitágoras parece ser la figura clave en la antigüedad, para él todo es número y con los números crea todas las dimensiones geométricas. El uno comporta la idea del punto, el dos la línea, el tres la superficie y el cuatro el volumen. Así se alcanza la noción de estructura, y por lo tanto de una forma. Los pitagóricos llegan a la conclusión que el “Ser” es forma, introduciendo el tema y la búsqueda de la “Forma Suprema”. Luego llega Parménides afirmando que la forma esférica es la forma perfecta.

—¿Existe entonces una Forma Suprema?

—La expresión que se ajusta mejor es la “Forma Pura”, y sobre esta poco se puede decir sin experiencia, sería algo así como “ciencia ficción”. Tan solo el lenguaje poético se puede aproximar a su descripción.

Es inasible, innombrable, irrepresentable, nunca captada por los sentidos. Tan solo podemos rescatar vagas traducciones, pero de una naturaleza muy inspiradora y transformadora. Por lo tanto, existir, existe, y se puede alcanzar su experiencia. Está en otro plano y es esencialmente luz, pero no es la luz que puede percibir el ojo humano. Visto así, ciencia ficción. Situémosla más apropiadamente en el “plano de lo sagrado”¹⁴ y lo trascendente.

—¿Cómo es eso de un plano sagrado y trascendente?

—Lo racional nos lleva a este límite, no se puede demostrar la existencia de un plano sagrado y trascendente. Podemos hablar tan solo sobre la eventual existencia de ese plano desde la experiencia con la razón. El mismo método científico está limitado a nuestros sentidos externos, todo lo que esté más allá de éstos no se detecta. Es más, los físicos cuánticos nos alertan de cómo el acto de medir u observar influye sobre el objeto de estudio. La mirada, como acto intencional, crea una estructura con el objeto y eso modifica tanto lo uno como lo otro. Lo racional presenta una limitación en todo aquello que entendemos por realidad. Captamos tan solo una parte de la realidad, y lo sagrado o trascendente requiere apartar al mecanismo de la razón para poder captar más. La pregunta que se nos antoja es, si pudiéramos apartar a la razón, ¿con qué entenderíamos entonces? Y esto siempre que fuera posible comprender.

Necesitamos profundizar en la experiencia interna y, para eso, hay que ponerse de otro modo en el mundo y con uno mismo.

14 Ver “Comentarios al El Mensaje de Silo”, Segunda Parte

Además de todas estas dificultades, observamos un aumento preocupante del nivel de "ruido interno"¹⁵ en las personas. Si excluyéramos a todos aquellos que no pueden con las exigencias del modo de vida que llevan, que toman tranquilizantes, psicofármacos o drogas, y nos quedáramos con alguien más equilibrado, observaríamos que éste también tiene un nivel de ruido interno considerable, aunque viviera en un lugar tranquilo, sin el estrés de una gran ciudad y exento de grandes dificultades para vivir. Bajar este nivel de ruido no es fácil y menos aún con el incremento exponencial de los estímulos que nos llegan por los medios audiovisuales.

Todo está concebido para captar y atrapar a nuestra "atención"¹⁶. No dirigimos ya nuestra atención hacia algo. Se mueve todo tanto que estamos atrapados por completo, tratando de seguirlo. No estamos tan educados ni entrenados para dirigir a la atención. Sin embargo, y a pesar de tantos inconvenientes, se puede avanzar en todo esto porque existen procedimientos y condiciones más propicias para acercarse a un estado, a una experiencia de "paz interna"¹⁷, que ya es mucho.

Situándonos en el mejor de los casos, una vez alcanzada la deseada "paz interna", si pudiéramos progresar aún más en bajar el nivel de ruido interno, hasta silenciar a la conciencia que está permanentemente buscando y entretenida con algo, ahí nos abriríamos a otra experiencia de lucidez y de entendimiento. Mientras tanto, todo esto es ficción.

—¿Estamos entonces muy lejos de experimentar el plano sagrado y trascendente?

—Sí, lamentablemente es así por ahora. Tan solo una gran necesidad puede llevarnos a emprender una búsqueda profunda. Un momento de crisis generalizada donde te das cuenta de que ya no puedes seguir así, cuando tus referencias se caen y los acontecimientos te van asfixiando y arrinconando, es ahí cuando no te queda otra que elegir entre la resignación o la rebelión. El reconocimiento del fracaso y del sinsentido es un momento de máxima libertad.

Llega el tiempo de la caída del ensueño, ya no se puede creer en lo mismo, se hacen evidentes todas las ingenuidades. Y aunque ello viene acompañado de una gran frustración y sensaciones pesadas y oscuras de derrumbe catastrófico, tras lo que, además, se va generando un gran vacío interior, se abre finalmente, y no inmediatamente, la posibilidad de una búsqueda más verdadera y auténtica. Debería ser un momento de celebración, una ingenuidad menos.

Cabe destacar que existen ensueños liberadores que movilizan hacia el desarrollo, pero los otros te entretienen y actúan como parásitos, dejándonos sin energía.

Con el fracaso ocurren muchas cosas en el interior de alguien, a destacar es el juicio a que sometes a tu vida tras un desengaño, puedes elegir entre echarle la culpa a otros o asumir lo ingenuo que fuiste. Lo primero te lleva a la venganza y a más

15 Silo, "Apuntes de Psicología I", Conciencia. Tonos, climas, tensiones y contenidos.

16 Silo, "Apuntes de Psicología I", Conciencia. Atención, presencia y copresencia.

17 Luis A. Amman, "Autoliberación", Experiencia de Paz.

destrucción, y lo segundo a la necesidad de reconciliación contigo mismo, emprendiendo e iniciando una nueva construcción. Si eliges lo primero, pones tu vida en manos de otros. Lo segundo te lleva a construir la coherencia¹⁸ en ti y en tus relaciones con el mundo, te invita hacia el "sentido"¹⁹ y hacia la construcción de un centro de gravedad en ti, y a no buscar la felicidad afuera, en las cosas, sino adentro.

Cuando te sientes mal y te violentas no es solo porque otro te hirió, eso tiene también que ver con que no diste la respuesta más adecuada. Y esta respuesta viene de adentro, de tu capacidad para no descolocarte y dejarte envolver. Y todo esto está adentro de uno.

De modo que, si dotamos de mayor coherencia al mundo interno y bajamos el ruido interno, nos vamos acercando a lo sagrado y trascendente, al plano de lo "Profundo"²⁰. Pero irremediamente hay que pasar por esto, es como quitarse humo de en medio que no te deja ver, en el hinduismo llaman a la ilusión "el velo de Maya".

—Afirmabas antes que no se puede hablar de la “Forma Pura”, pero ¿cómo es la experiencia con su contacto?

—¡Esto es! Necesitamos ir a la experiencia, eso es lo que vamos a proponer, experiencias... No vaya a ser que todo esto tenga que ver con una pobre curiosidad intelectual, una distracción más ante tanto aburrimiento...

—¿Ahora en medio de estos diálogos?

—Sí, ahora, no hay nada más urgente y necesario... Comprobemos el interés verdadero de estos diálogos.

—Este tema me interesa mucho, pero no sé si estoy preparada suficientemente.

—Desde el estado de la duda vamos a dar un salto hacia el estado de la creencia.

¿Qué verdadero interés te ha traído hasta aquí?

—Por un lado, la curiosidad, y por otro, la búsqueda de sentido. ¿Hay algo más allá de lo que entregan o captan mis sentidos? Si la felicidad tan solo consiste en una distensión o una esperanza efímera, nada tendría sentido.

¿Existirá un sentido que ni la muerte pueda detener?

18 Silo, "Tercera carta a mis amigos", 6: El comportamiento coherente.

19 Ver "El Mensaje de Silo", capítulo VI: Sueño y despertar.

20 Ver "El Mensaje de Silo inspira una profunda religiosidad"

—Entonces todo apunta a que partimos de un fracaso²¹ generalizado.

¿Es así?

—La palabra “fracaso” me parece muy fuerte, pero, en verdad, lo que siento es que nada tiene sentido o que tan solo me mueven sentidos provisionales, sentidos consumistas...

Voy de sentido en sentido, pero no encuentro nada que sea permanente y fijo.

—Sin este reconocimiento, no podemos emprender un camino nuevo. Los que persiguen y creen en el éxito no tienen posibilidades aquí. Alguien educado en la posesión, en el todo para mí y en el “yo ante todo”, no encontrará aquí su lugar.

Y entonces ¿a qué mundo y a qué vida aspiras aquí?

—La verdad que no lo sé muy bien, me gustaría un mundo más humano, más cooperante y recíproco. Detesto a todos los listos que se aprovechan de la bondad y la debilidad de otros.

Habría que superar el dolor y el sufrimiento. Pero ¿y cómo lograr todo eso?, me conformaría con avanzar en esa dirección. Yo me reconozco muy limitada y pobre en eso.

—Ese es el camino, reconozco mis limitaciones, pero quiero superarlas.

¡Eleva el deseo!

Y cuidado con lo que piensas. "Los pensamientos atraen acciones, y los repetidos con fe atraen a las más fuertes..."²²

—¡Mira cómo ha quedado mi figura! ¿Dirías que tiene una “forma” óptima?

—Tienes gracia y talento para la escultura. Me parece que has logrado crear una forma muy bella con "proporciones áureas"²³, como si fuera una diosa de la fertilidad que guarda en su regazo a la vida, ¿no?

21 Ver “Comentarios a El Mensaje de Silo”: ... el “fracaso” como no conformidad con los sentidos provisionales de la vida y como estado de insatisfacción impulsor de búsquedas definitivas...

22 Ver “Libro de la Comunidad”, tema “Los aforismos”.

23 Para saber más, ver: “El místico influjo del número puro”, de José Caballero.

—Finalmente encontré el modo para que tuviera vida en su interior...

—¡Hermosa e ingeniosa, sí!

Creo que todo lo que hemos conversado hasta ahora nos lleva a un punto de inflexión. Necesitas tomar una decisión que afecta al rumbo de tu vida. Si eliges la vía consciente y ascendente, encontrarás resistencia y fatiga a cada paso. Y eso es así porque tu vida pesa, tus recuerdos pesan, tus acciones anteriores impiden el ascenso²⁴. Y, en cambio, si pretendes seguir así como hasta ahora, guiándote solo por las necesidades de tu cuerpo, tu vida se llenará de ensueños secundarios, para hacer más llevadera la corta estancia que tenemos aquí, en este planeta.

De modo que tú eliges.

-¡Maldita sea! ¡Estás en lo cierto! Me has puesto ante un reto desafiante. Da vértigo tomar una decisión así. Me recuerda a cierta película en la que tenías que elegir entre dos pastillas de diferentes colores ...²⁵

Yo tengo alma de aventurera y no me da tanto miedo equivocarme, además, me fío de ti, me parece buena gente, aunque un poco loco y fantasioso ...

¡Venga, llévame al matadero...!

¡Qué exagerada eres ...!

¡Vayamos entonces hacia la Sala de Experiencia...!

24 Párrafo inspirado en "El Mensaje de Silo", cap. XIV: La guía del camino interno.

25 Alusión clarísima a la película "Matrix".

2. La creación de la “Forma”

2.1 Desandando nuevos caminos

—Entremos entonces a la Sala, esta es una “Sala de Experiencia”. Verás que tiene cuatro entradas iguales, simbolizan las cuatro disciplinas para la entrada a lo “Profundo”. Nosotros elegimos la entrada que corresponde a la de la “Forma”.

La vista en planta recuerda a un mandala, en este caso de tres dimensiones. La primera que se construyó tenía forma esférica, pero se descartó por la incapacidad física de flotar dentro de ella. Esto no impedirá en absoluto lo que vamos a realizar, porque trabajaremos con la representación visual. Observa ahora la forma que tiene, es algo más que una semiesfera.

Lo sorprendente de esta construcción es que su interior está vacío, sin símbolos, una especie de defensa contra el materialismo, realzando al sujeto que entra a experimentar. Lo importante aquí son las personas.

Antes que nada, comprobemos que puedes entrar por esta vía.

Ahora estamos de pie, uno frente al otro en el centro de la Sala. ¡Mírame!, trata de fijarte bien. ¡Cierra los ojos! ¿Puedes verme?

—No, pero sí con la imaginación.

—Muy bien, eso es la representación visual de lo que recuerdas de mí. No toda la población tiene la capacidad de representar con imágenes visuales, algunos emplean otro tipo de representaciones.

Nos vamos a sentar ahora, uno frente al otro, y vamos a bajar todo el ruido que tenemos. Por medio de un relax, vamos a destensar físicamente todos los músculos, las inquietudes emocionales y toda preocupación mental.

Procedemos ...

—Es difícil esto, no me he relajado mucho, he tenido un día muy ajetreado con muchos contratiempos, me despisto mucho y a veces durante la relajación he caído en el sueño.

—Primera conclusión, si estás muy cansada no dispones de la energía suficiente. Segunda, si no manejas bien la atención y te distraes con cualquier cosa pendiente, te sales de cualquier experiencia y te desvías. Tercera, te recomiendo a partir de ahora llevar una vida lo más unitiva posible. Sin unidad interna, tu vida se llena de contradicciones y te quedas atrapada en cualquier cosa. La unidad interna, un mínimo centro de gravedad interno, se alcanza aplicando los doce “Principios de la Acción Válida”²⁶, y son los siguientes:

1° El [Principio de adaptación](#):

"Ir contra la evolución de las cosas, es ir contra uno mismo"

2° El [Principio de acción y reacción](#):

"Cuando fuerzas algo hacia un fin, produces lo contrario"

3° El [Principio de la acción oportuna](#):

"No te opongas a una gran fuerza. Retrocede hasta que aquella se debilite, entonces, avanza con resolución".

4° El [Principio de proporción](#):

"Las cosas están bien cuando marchan en conjunto, no aisladamente".

5° El [Principio de conformidad](#):

"Si para ti están bien el día y la noche, el verano y el invierno, has superado las contradicciones".

6° El [Principio del placer](#):

"Si persigues el placer te encadenas al sufrimiento. Pero, en tanto no perjudiques tu salud, goza sin inhibición cuando la oportunidad se presente".

²⁶ Ver “El Mensaje de Silo”, capítulo XIII: Los Principios. Ver también “Humanizar la tierra”, capítulo X: La acción válida.

7° El [Principio de la acción inmediata](#):

"Si persigues un fin te encadenas. Si todo lo que haces lo realizas como si fuera un fin en sí mismo, te liberas".

8° El [Principio de la acción comprendida](#):

"Harás desaparecer tus conflictos cuando los entiendas en su última raíz, no cuando quieras resolverlos."

9° El [Principio de libertad](#):

"Cuando perjudicas a los demás, quedas encadenado. Pero, si no perjudicas a otros, puedes hacer cuanto quieras con libertad".

10° El [Principio de solidaridad](#):

"Cuando tratas a los demás como quieres que te traten, te liberas".

11° El [Principio de negación de los opuestos](#):

"No importa en qué bando te hayan puesto los acontecimientos; lo que importa es que comprendas que tú no has elegido ningún bando".

12° El [Principio de acumulación de las acciones](#):

"Los actos contradictorios o unitivos se acumulan en ti. Si repites tus actos de unidad interna, ya nada podrá detenerte".

"Serás como una fuerza de la Naturaleza cuando a su paso no encuentra resistencia. Aprende a distinguir aquello que es dificultad, problema, inconveniente, de esto que es contradicción. Si aquellos te mueven o te incitan, ésta te inmoviliza en círculo cerrado. Cuando encuentres una gran fuerza, alegría y bondad en tu corazón, o cuando te sientas libre y sin contradicciones, inmediatamente agradece en tu interior. Cuando te suceda lo contrario, pide con fe y aquel agradecimiento que acumulaste volverá convertido y ampliado en beneficio."

Estos doce principios van a ser tu guía para toda la vida, profundiza en ellos, estúdialos en la acción. No son una tabla de obligado cumplimiento, irás comprobando que conviene aplicarlos porque dotan de coherencia y unidad interna, estableciendo equilibrio debido a un "centro interno" que irás desarrollando.

Y algo fundamental e imprescindible, todo lo que aprendas y descubras, llévalo a otros, no te lo quedes como un tesoro.

¿Qué relación estableces con los demás, con tus amigos, tu vecindario, con la sociedad?

—Me tiene muy preocupada la dirección de los acontecimientos sociales. Detecto desesperanza, resignación, un aumento de la violencia, y observo cómo mucha gente acude a los fármacos para tapar todo esto. Me gustaría poder ofrecer un camino de esperanza, más allá del consumismo y la competitividad. Creo que hace falta mucha espiritualidad en nuestro mundo, pero una nueva y verdadera.

—Eso estaría muy bien. Un buen indicador para confirmar tus avances será que otros se sumen a la misma tarea. Y esto lo vamos a subrayar: “si quieres crecer, ayudarás a crecer a quienes te rodean. Y esto que afirmo, estés o no estés de acuerdo conmigo, no admite otra salida”²⁷.

Con todo esto, ya tienes mucho trabajo por delante, ir más allá ahora sería un despropósito por imposible, te falta mucha condición interna para llegar más lejos.

Nos volveremos a ver dentro de un tiempo. Si puedes trabajar todo esto con otros interesados en la “verdad interna”²⁸, lo podrás alcanzar, hacerlo sola no está a tu alcance.

—Esto que me propones no es fácil.

¿Y con quién me pongo de acuerdo yo ahora para hacer todo esto?

—Por supuesto que no, pero es posible y merece hacer el esfuerzo necesario. Este es un camino de liberación y también del despertar del ensueño. Pero como tú quieras, puedes volver siempre al mismo mundo cotidiano y a las experiencias conocidas.

27 Ver “Humanizar la tierra”, capítulo IX: Contradicción y unidad.

28 Cuando alguien actúa con “verdad interna”, piensa, siente y hace en la misma dirección.

2.2 El espejo de la vida

—Quiero mostrarte cómo ha quedado mi escultura, mi “diosa de la fertilidad”, como la llamabas.

—¡La has cocido! Al golpearla suavemente, puedo detectar que esto ya no es barro, esto ya es cerámica. Ha cambiado su cualidad. Esto ya es otra cosa. Me parece muy hermosa, inspiradora ...

Y, ¿cómo te va la vida? ¿Qué puedes decir?

—Estoy atravesando momentos complicados. Todo comenzó al profundizar en los “doce principios de la acción válida”. Se han hecho muy evidentes muchas contradicciones de mi vida que antes no consideraba. Es más, ni las reconocía. Cada caída en cuenta afecta a la dirección de mi vida.

Me resistía a conciliar las miserias que aparecían. Largo tiempo las ocultaba a los ojos incluso de mis mejores amigos. No me quería identificar con ciertas actitudes de mi vida que reflejaban violencia y debilidad, falta de fe en el ser humano y en mí misma.

Puedo decirte también que he estudiado mi biografía, desde el método deductivo e inductivo. Solo veía culpables por todos los lados y también dentro de mí. Hasta que, por fin, gracias a otros muchos que me ayudaron, aprendí a tratarme como a una amiga que no está en guerra consigo misma. Comprendí que la vida y la ignorancia me llevaron a todas estas situaciones.

La reconciliación con todo y conmigo misma fue la asignatura más difícil. Porque no se trata de olvidar y perdonar, sino de reconciliar hasta que no quede una pizca de resquemor y resentimiento. Todavía no está todo resuelto, ahora estoy en ese camino de fortalecer un "centro interno". Y verlo así ahora me llena de cierta satisfacción.

Pero todo está muy inestable, todo se mueve mucho, experimento cierto vértigo.

—Son excelentes noticias, todo son indicadores de cambios internos respecto a tu emplazamiento frente a la vida y al sentido que estás tomando. ¿Consideras que ahora eres más consciente de lo que te traes entre manos? ¿Eres más manipulable ahora?

—Te diré que he descubierto lo importante que es tener un proyecto de vida, se cumpla o no se cumpla luego. Primero, es un proyecto muy querido y elegido libremente que me ofrece dirección, y segundo, los acontecimientos no me sacan tan fácilmente de ahí. Me intentan desviar, incluso manipular, por supuesto, pero mucho menos. Es como si tuviera un "centro de gravedad".

También estabas en lo cierto de que sola no lo hubiera podido hacer, nos necesitamos los unos a los otros.

¿Sabes que he descubierto que existo? Sí, ríete ... Existo porque existen los demás, no es solo mi subjetividad la que está en juego, coexistimos con muchas subjetividades, y eso es tan estimulante y enriquecedor...

—¡Magnífico, parece que vamos bien! Creo que estás en condiciones de empezar a experimentar con la “forma”.

Veamos tu disponibilidad energética, cómo está tu manejo de la atención, tu capacidad para relajarte y estar sin ruido.

—Estoy con muchas expectativas, esto cada vez se pone más interesante...

—No convienen para este trabajo las expectativas. Sí las ganas de experimentar, aprender y crecer ...

3. La experiencia de la “Forma”

—Ahora nos tomamos un tiempo para bajar todos los ruidos.

Relajamos todas las tensiones físicas, emocionales y mentales, buscamos entrar en una atmósfera de silencio interno, no tenemos ninguna prisa, disponemos de todo el tiempo del mundo.

Nos preguntamos para qué estoy aquí, para qué hago todo esto, para qué servirá todo esto cuando vuelva a lo cotidiano...

Volvemos al silencio interno, todo va a salir bien ...

*"Ahora imagina una esfera transparente y luminosa que bajando hasta ti,
termina por alojarse en tu corazón..."*

*Reconocerás que la esfera comienza a transformarse en
una sensación expansiva dentro de tu pecho...*

*La sensación de la esfera se expande desde tu corazón hacia
afuera del cuerpo, al tiempo que amplías tu respiración...*

En tus manos y el resto del cuerpo tendrás nuevas sensaciones...

Percibirás ondulaciones progresivas y brotarán emociones y recuerdos positivos...

*Deja que se produzca el pasaje de la Fuerza libremente.
Esa Fuerza que da energía a tu cuerpo y mente...*

*Deja que la Fuerza se manifieste en ti...
Trata de ver su luz adentro de tus ojos y no impidas que ella obre por sí sola...*

Siente la Fuerza y su luminosidad interna...

Déjala que se manifieste libremente...¹²⁹

29 Extraído del libro "El Mensaje de Silo", Ceremonia de Oficio.

—¡Qué experiencia más maravillosa! Te agradezco, en primer lugar, por este valiosísimo regalo...

Esto te renueva por dentro y te deja muy bien...

No sé si lo he hecho correctamente... Da lo mismo, me siento muy reconfortada...

¿Esto lo puedo hacer cuantas veces quiera?

—Sí, claro, cuando lo necesites. ¡Pero cuéntame qué ha ido pasando!

—Lo referente al “pasaje de la Fuerza”, no sé si es lo que he sentido. Al comienzo fui experimentando una relajación muy profunda, estaba sin ruidos, sin tensiones, sin preocupaciones, estaba muy tranquila, en un gran silencio, tratando de seguir las indicaciones.

—Esto que estamos haciendo con una esfera imaginaria parece muy simple, pero su implementación correcta es bastante compleja y requiere de condición interna y mucha práctica. Lo más probable es que no experimentarás “el pasaje de la Fuerza”, cuando esto ocurre no hay lugar a equívocos. Cuando esto sucede, sientes miedo al principio, porque todo se altera en tu interior, y si tratas de controlarlo, frenas toda la experiencia. De modo que esto no te sobrevino. Necesitas más práctica.

Esta experiencia morfológica con la esfera cobra más intensidad y relevancia si la dotamos de un significado y la exaltamos a un nivel de ceremonia junto a otras personas, pero por ahora la trabajaremos como un procedimiento morfológico.

Hagamos un descanso y, dentro de un ratito, volvemos de nuevo con nuestro trabajo...

— ... Tratando sobre la condición óptima para esta experiencia, se requiere, además de ausencia de ruido, tensiones y expectativas, una ubicación de entrega total, como si todo estuviera en juego en esos momentos, y algo muy importante, una cierta apertura poética, como si fuera a realizar un acto sagrado del máximo valor.

De este modo, la esfera transparente y luminosa es una representación que guarda, en sí misma, la mayor de mis esperanzas, la esfera viene a llenarme, por ejemplo, de vitalidad, bondad y sabiduría. Así, cargada con esos atributos, la esfera se convierte en algo sagrado para mí. Dotamos a la esfera del significado que necesito.

La representación correcta de la esfera es fundamental. Me pregunto, ¿tiene el tamaño y la luminosidad correcta? Lo adecuado es que sea cómodo para ti y tenga el encaje necesario, que se ajuste bien a tus propósitos. Se hacen pruebas hasta que se encuentra la medida justa.

Si la implementación es correcta, estaríamos representando a una esfera que no titubea, no se apaga y se enciende, puedo desplazarla desde lo alto hasta situarla frente a mi cabeza, sin saltos abruptos. Todo muy suave.

Luego voy introduciendo la esfera dentro de mi cabeza, si lo hago correctamente, comenzaré a sentir el contacto de la esfera con mi cara y registraré su "luz" en el interior de mi cabeza.

Al desplazarla, bajándola por el esófago, a la altura del corazón sentiré su carga luminosa con una considerable emoción, que se va agrandando esféricamente. Mientras más conectada esté con mi emoción, más profundamente la estaré sintiendo. Y este será un buen indicador.

Ahora siento cómo la esfera se expande desde mi corazón hacia afuera del cuerpo. Es decir, lo siento de verdad, cenestésicamente. Si es solo una representación visual, muy probablemente esté proyectando en pantalla, como quien ve una película afuera de sí mismo. No, estamos sintiendo de verdad a la esfera en el interior, que se va engrandeciendo y de forma esférica. Esto último es muy importante, porque terminará por incluirnos completamente. Si no consigues sentirla omnipresentemente, la experiencia será incompleta.

Al llegar a los límites, comienza el "festival". Si te detienes ahí, experimentarás una paz total benéfica, una plenitud, una especie de distensión completa. La felicidad simple de los mortales. Si sigues, no obstante, con la expansión de la esfera, hacia afuera de los límites del cuerpo, sin forzamientos, la esfera se expande casi por ella misma. Aquí no temas, nada malo va a ocurrirte, todo lo contrario, comenzarás a experimentar el "milagro" del "pasaje de la Fuerza". Toda tu "Fuerza interna" queda liberada y puede llegar a dirigirse. ¿Hacia dónde? Eso lo verás más adelante. Mientras tanto, sigamos practicando, porque queda mucho trabajo que realizar.

Resumiendo lo que estamos haciendo morfológicamente hasta ahora es:

Utilizamos la representación visual de una esfera transparente y luminosa para introducirla en nuestro interior. Y a qué se debe que sea una esfera y no otro objeto, la explicación es ésta: la esfera es la forma perfecta, no tiene aristas y, por lo tanto, puntos de tensión.

Desde la representación exterior, pasamos por introducirla en nuestro interior, es decir, vamos desde el exterior hacia el interior para luego, gracias a la expansión de la esfera, terminar por estar incluido dentro de ésta. Aquí podríamos experimentar la "acción de forma" de la esfera en nuestro "interior"³⁰, pero no nos detenemos en eso, puesto que toda nuestra atención va a ir a los límites de la esfera que vamos expandiendo.

¿Qué va sucediendo en nuestro interior? Sin prestar atención a esto, va a ir aumentando el vacío adentro, creando indirectamente la condición óptima en nuestro interior para que se concentre allí toda nuestra "Fuerza", liberándola y poniéndola a nuestra disposición para ser orientada y dirigida.

—Si todo sucede en nuestro interior, ¿cómo es que podemos hablar de llevar la representación de la esfera desde el exterior hacia nuestro interior?

—Es una buena observación, efectivamente todo sucede en nuestro interior, pero a diferente profundidad, y eso va definiendo la existencia de un "centro interno".

Sigamos ahora nuevamente con nuestra práctica.

30 La forma de la conciencia experimenta la "acción de forma" de la esfera representada, estamos ante una experiencia de "acción de forma" sobre "forma".

—¿Sentiste cierta alteración?

—Sí, todo se alteraba en mi interior al expandir la esfera más allá de los límites, me entró cierto pánico. Pero, ¿cómo puede pasar esto?

—Es un momento de cambio interior por la "acción de forma" de una esfera en expansión sobre la propia "forma de la conciencia". ¡Vamos muy bien! Ahora necesitas familiarizarte con esos cambios en tu interior, nada malo va a ocurrirte, todo lo contrario. Descansemos ahora un poco, nos conviene dar un paseo, tomarnos un café también sería una buena opción. Por hoy ha sido suficiente.

—¿Desde dónde viene toda esta enseñanza? ¿Quién nos ha traído todo esto? ¿Esto no lo habrás descubierto y desarrollado tú?

—¡Claro que no! En la historia humana siempre han existido precursores³¹, aparecen en los momentos difíciles, en momentos de gran crisis, cuando se necesita dar un salto evolutivo, de lo contrario nos habríamos extinguido hace tiempo. Toda esta enseñanza se la debemos al Maestro “Silo”, al “Mayor de los Poetas”. Su enseñanza da para unos cuantos siglos de desarrollo, si no para milenios. Nos dejó una extensa obra para estudiar, reflexionar y poner en práctica.

A mí es lo mejor que me ha sucedido.

—¿Pero cómo ha podido pasar desapercibida para tanta gente? Toda su enseñanza debería estar en las aulas, en los medios de comunicación, para ser divulgada y compartida.

—¡Así es! No será porque no lo intentamos, vivimos en una gran paradoja, la gente busca cosas nuevas, pero afuera, y lo verdaderamente nuevo está por llegar, pero a nuestro interior. El “Mensaje de Silo” se escuchará cuando no quede ya más remedio y todo haga agua. La gente necesitada de afecto y esperanza lo reconocerá.

—Se parece a la historia de los grandes genios incomprendidos y degradados en su tiempo. ¡Ojalá sean reconocidas sus enseñanzas!

—Mientras tanto, seguimos con nuestra experiencia. Cuando expandas la esfera más allá de tus límites corporales, en el momento que comienza a incluirte, trata ahí de confiar en lo que estás haciendo, expande y suéltalo todo con mucha fe.

31 Término inspirado en el cuento “La arcilla del cosmos”, incluido en “El Día del León Alado”, de Silo.

—Te agradezco toda esta ayuda que me das. Me ha parecido increíble, primero, esas emociones tan positivas, luego sentir esas ondulaciones, son como vibraciones. Y luego una suerte de corriente, similar a un orgasmo. ¡Sorprendente!

¿Es esto el pasaje de la Fuerza?

—¡Eso parece! Y luego, ¿qué pasó?

—Me pareció tan extraordinario que me quedé ahí disfrutando.

—Para haber realizado tan solo unas pocas experiencias, hemos llegado muy lejos, está muy bien por ahora. A mí me llevó doce años llegar hasta este punto. La experiencia debe asentarse e integrarse, convendrá anotar todo y hacer algunas reflexiones para seguir avanzando. Y no nos olvidemos preguntarnos por el "para qué", cuál es el sentido de la experiencia. No vaya a ser que nos quedemos en lo fenomenológico y en el "ensueño del paisaje"³².

32 Silo, "La Mirada Interna", cap. XIV: "La guía del camino interno".

—¡Qué profundidad tiene esta experiencia con la esfera! Entre las anotaciones que tengo, figura esta observación, las dimensiones del "espacio de representación". El mío es muy reducido, pero he observado que puedo expandirlo y ampliarlo.

—¡Efectivamente!

Suele ser muy reducido, con esta experiencia podemos ampliar nuestro "espacio de representación" hasta el infinito, no hay límites. ¿Y esto qué interés puede tener?

Al ampliar este espacio, estamos trabajando con un sentido interno, que es el cenestésico, y esto permite aumentar la percepción interna de todos los impulsos que nos llegan, porque estamos amplificando la señal del impulso. Esto nos ayuda a desarrollar una mayor sensibilidad y a diferenciar lo que viene de un lugar u otro, o de memoria. El efecto mayor de ampliar ese espacio durante la experiencia, no obstante, es el aumento del vacío, permitiendo la manifestación de impulsos más profundos. Así, una eventual "irrupción" de un impulso que proviniera de otro plano se nos haría evidente, como es el "pasaje de la Fuerza", que no procede de nuestra imaginación. Es decir, nos abre la posibilidad de una mayor percepción interna y, consiguientemente, del contacto con el "plano trascendental".

Cuando trabajamos con la esfera transparente y luminosa, estamos dando pasos hacia ese "plano trascendental", pero previamente hay que arribar y entrar en el "espacio profundo". Las manifestaciones de la "Fuerza", como en tu caso, nos van dando certeza de experiencia de que ese plano existe, ya van quedando menos dudas, pero es indemostrable en este plano de lo psicológico. Podemos, tan solo, hablar de sus efectos, pero esto ya es muchísimo.

—Estás en lo cierto, ahora comienzo a creer lo que afirmas, pero lo creo por experiencia, no solo por confiar en ti.

Queda entonces la última parte de la experiencia con la esfera. Ya puedo experimentar, registrar el "pasaje de la Fuerza", pero ¿ahora cómo hago para sentir la "luminosidad interna de la Fuerza" o "ver su luz adentro de mis ojos"?

—¿Qué propone la experiencia en ese punto?

—*"Deja que la Fuerza se manifieste en ti..."*

Trata de ver su luz adentro de tus ojos y no impidas que ella obre por sí sola..."

—Estamos recién comenzando a captar ya lo sagrado o trascendental, que siempre está ahí dando señal, aunque no lo advirtamos. Una vez te vayas familiarizando con el manejo de la "Fuerza", podrás dirigirla a un punto superior que se constituirá como tu centro interno, justo adentro de tus ojos. Esto lo podrás lograr no dirigiéndola directamente, sino de modo indirecto, poniendo la condición adecuada. La Fuerza obra por sí sola, déjala que actúe, y tu espacio de representación se iluminará, gracias a su

impacto en ese punto de difícil precisión, adentro de tus ojos. La naturaleza de este centro es la Luz, de ahí el nombre, "centro luminoso". Es un gran deleite emplazarse ahí, te liberas de la necesidad, ya lo has encontrado todo, la conciencia trabaja desde allí en otro nivel de lucidez, llegas a comprender que no necesitas ya de nada, pero se abre la posibilidad del dar consciente por amor a los demás.

Alcanzar esta experiencia de constituir el "centro luminoso" tiene, no obstante, un riesgo, y es el de creerse el "centro del mundo" y sentirse por encima de los demás. Esa ubicación, ese emplazamiento es falso y peligroso. A continuación citaré unos párrafos de "el Maestro", que pueden orientarte en la dirección correcta:

"... 8. Sube por la escalinata del Intento y llegarás a una cúpula inestable. Desde allí, desplázate por un pasillo estrecho y sinuoso que conocerás como la «volubilidad», hasta llegar a un espacio amplio y vacío (como una plataforma), que lleva por nombre: «espacio-abierto-de-la-energía».

9. En ese espacio puedes espantarte por el paisaje desierto e inmenso y por el aterrador silencio de esa noche transfigurada por enormes estrellas inmóviles. Allí, exactamente sobre tu cabeza, verás clavada en el firmamento la insinuante forma de la Luna Negra... una extraña luna eclipsada que se opone exactamente al Sol. Allí debes esperar la alborada, paciente y con fe, pues nada malo puede ocurrir si te mantienes calmo.

10. Podría suceder en tal situación que quisieras arreglar una salida inmediata de allí. Si tal ocurre, podrías a tientas encaminarte a cualquier lugar con tal de no esperar el día prudentemente. Debes recordar que todo movimiento allí (en la oscuridad), es falso y genéricamente es llamado «improvisación». Si, olvidándote de lo que ahora menciono, comenzaras a improvisar movimientos ten la certeza que serías arrastrado por un torbellino entre senderos y moradas hasta el fondo más oscuro de la disolución.

11. ¡Qué difícil resulta comprender que los estados internos están encadenados unos a otros! Si vieras qué lógica inflexible tiene la conciencia, advertirías que en la situación descrita quien improvisa a ciegas fatalmente comienza a degradar y a degradarse; surgen después en él los sentimientos de frustración y va cayendo luego en el resentimiento y en la muerte, sobreviniendo el olvido de todo lo que algún día alcanzó a percibir.

12. Si en la explanada logras alcanzar el día surgirá ante tus ojos el radiante Sol que ha de alumbrarte por vez primera la realidad. Entonces verás que en todo lo existente vive un Plan...⁶³

—¡Hermoso e intrigante!

Este "centro luminoso" sería entonces la "Forma Pura".

No, en absoluto. Pero pudiera ocurrirte, casi como por accidente, que la "Forma Pura" se manifestara, por ciertas condiciones internas que pudieras crear en algún

33 Extraído del cap. XIX de "La Mirada Interna", Silo.

momento. Esto solo es posible creando esta condición, no puedes buscarlo. Si hay búsqueda, está operando nuevamente la conciencia, las expectativas van en esa dirección también. La "Forma Pura" no es representable.

—¿Y entonces cómo hago?

—¿Puedes aclarar "para qué" quieres llegar hasta la "Forma Pura"?

—¡Creo que sí! Desde que comencé a trabajar los "Principios de la Acción Válida", mi vida ha ido cambiando y, aunque esto ha desestabilizado el confort en el que vivía, me ha aportado un sentido de libertad y felicidad creciente, un "centro interno" que sospecha e intuye que hay algo más. Pero me falta la certeza de la experiencia para tratar de llevar esto a otros.

—¡Muy bien! ¡No dudes más! Ya dispones de suficiente experiencia para compartir con otros. Ir más lejos, como parece que quieres, es ya asunto de la "Morfología".

Para eso se necesita hacer una disciplina³⁴ y luego una ascesis³⁵, pero esto ya es otra historia más compleja, por ahora se nos escapa. Habrá que ver más adelante en qué queda todo lo que planteas.

Para llegar a la "Forma Pura" se necesita "morir antes de morir", así de siniestro parece que se va a quedar esto por ahora ...

—¡Dios! ¿A qué aventura me quieres llevar ahora? ¡Aclárame esto, por favor! ¿Se puede "morir antes de morir"?, ¿es esto posible?

—¡Sí, "quien muere antes morir, no morirá jamás!"³⁶

—Necesito salir un momento al exterior para tomar aire fresco.

Ya es de noche, se acaba de poner el sol. Da gusto ver el cielo y sus estrellas, me relaja y me inspira ver toda esta inmensidad.

34 Ver "Las cuatro disciplinas", Silo.

35 Práctica mística que tiende hacia la superación del "yo", para entrar en los espacios profundos de lo sagrado.

La explicación que ofrece el diccionario de la RAE nos parece que no está desacertada: "Reglas y prácticas encaminadas a la liberación del espíritu y el logro de la virtud."

36 Expresión inspirada en el enunciado de Silo: "Quien muere antes de morir, no morirá jamás", incluido en "El informe Tókarev", escrito por Salvatore Puleda,.

—Si miras hacia el suroeste, verás que la luna está alineada con cinco planetas, Venus, Saturno, Júpiter, Neptuno y Urano.³⁷ Hermoso, ¿verdad?

—¡Increíble! ¡Justo ahora! A Neptuno y Urano no los veo.

—No se ven sin un buen telescopio, pero te aseguro que están ahí alineados. Tiene cierto paralelismo con tu experiencia para alcanzar a experimentar el centro luminoso. ¿No te parece?

—¡Todo esto es muy misterioso, pero maravilloso!

Creo que, a pesar de todo nuestro infortunio como especie humana, de las enfermedades víricas y mentales, los desastres naturales, la violencia y las guerras entre nosotros, nos las vamos a arreglar. El futuro lo veo muy abierto, lo tenemos ahí. Muchos no lo sospechan, pero creo que vamos a dejar esta prehistoria humana. Ahora, recordando todo lo que estoy descubriendo y lo que queda por descubrir, me doy cuenta de que tenemos mucho trabajo por delante.

Presiento que vamos hacia cambios trascendentes en todos los sentidos, ya somos capaces de crear vida artificial, también estamos apuntando a la ampliación de nuestro horizonte temporal, a la vez que el mundo se nos está quedando pequeño y recién nos estamos abriendo al universo, buscando nuevos mundos para nuestros hijos. En cuanto a justicia social, estamos aún muy torpes y atrasados, pero ya se nos ocurrirá algo.

Lo más grande va a ser poder reproducir la experiencia que estoy viviendo. Si la tuvieran, como yo, unos pocos millones de individuos, estaríamos ante un gran ejemplo que confirmaría la existencia del plano trascendental, conectado con la vida y con el ser humano, vía experiencial, sin artilugios tecnológicos. ¡Esto sí que va a ser un bombazo!

—¡Así será! Los escépticos y los racionalistas se opondrán al principio, pero con el tiempo también ellos tendrán la oportunidad de vivirlo y disfrutarlo.

De modo que, a pesar del mucho ruido que habrá, vamos bien. El futuro está abierto, sí, y el cielo ha abierto sus puertas de par en par.

37 En el mes de diciembre de 2021, justo al finalizar estos diálogos, se podía observar esta hermosa alineación en el cielo nocturno.