ACERCA DEL DESPERTAR

Pablo Martín - Agosto de 2014
mhpablo@gmail.com

PARQUES DE ESTUDIO Y REFLEXIÓN
TOLEDO

Agradezco a los Maestros que con sus aportes y acción
en el mundo contribuyen al desarrollo de la Escuela,
agradezco a los amigos que durante muchos años han
compartido conmigo proyectos y aprendizaje,
agradezco a los que generosamente
me brindaron y me brindan su enseñanza
y agradezco a Silo por Todo.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN 4

- El despertar, los despertares 4

RESUMEN 6

EL DESPERTAR A LA VIGILIA 10

- El sueño en la vigilia 12
- El semisueño en la vigilia 13
- La vigilia 15

EL DESPERTAR A LA CONCIENCIA DE SÍ 27

EL DESPERTAR A UN NUEVO NIVEL DE CONCIENCIA 31

CONCLUSIONES 32

BIBLIOGRAFÍA 33

ACERCA DEL DESPERTAR

INTRODUCCIÓN

El interés que me ha llevado a hacer esta producción es el de profundizar en un punto de vista o un aspecto del camino de experiencia recorrido en el proceso de la Disciplina Mental, en la Ascesis personal y, seguramente, en el avance evolutivo de muchas personas.

Esta profundización pretende hacer más accesible esta experiencia a aquellos que la buscan y entregar un aporte en reciprocidad por lo recibido.

Me inspiraré en lo escrito por Silo en el capítulo XIX de *La Mirada Interna*, "Los Estados Internos",[1] en el proceso de la Disciplina Mental,[2] en Apuntes de Sicología[3] y en general en sus escritos y charlas. Este será un trabajo sobre el despertar desde el punto de vista de la doctrina siloísta. Trataré de recrear las experiencias allí descritas ampliándolas con lo expuesto en otros aportes de la Escuela, con lo expresado en diversas charlas y conversaciones con otros Maestros y con la propia experiencia personal, hasta donde ésta llegue.

Por supuesto, aquí aparecen alegorías e interpretaciones muy personales y sujetas a enfoques que pueden variar según quién mire.

EL DESPERTAR, LOS DESPERTARES

Comúnmente llamamos despertar al hecho de salir del sueño a la vigilia y, menos frecuentemente, reconocemos un fenómeno similar al ir pasando a otros niveles de conciencia más altos.

En definitiva lo que nos interesa es el acceso y posterior fijación de un nuevo nivel de conciencia, por lo que pueda suponer en la superación de las

[1] Silo. El Mensaje de Silo. Madrid-Editorial EDAF-2008
[2] Las Cuatro Disciplinas. www.parquepuntadevacas.org - 2010
[3] Silo. Apuntes de Sicología. Madrid-Parque de Estudio y Reflexión de Toledo-2010

condiciones naturales, el avance desde el campo de la determinación hacia el campo de la libertad, la auto-realización, la consecución de un sentido para la propia vida y, en último extremo, la posibilidad de trascendencia más allá de la muerte.

Los despertares juegan un papel importante en ese avance porque son momentos en que cruzamos umbrales, hitos con registros muy claros que nos ayudan a saber por dónde vamos y a seguir el camino acertado. En esos momentos experimentamos un cambio en lo que percibimos e interpretamos del mundo. Un cambio en nuestra conciencia y un cambio en el mundo.

Los estados internos tienen una correspondencia con los niveles de conciencia, aunque no estrictamente. Hay zonas próximas a los despertares donde pueden darse experiencias de los niveles contiguos. También pueden darse experiencias ocasionales, breves o parciales de un estado interno correspondientes a otro.

RESUMEN

EL DESPERTAR A LA VIGILIA

La salida del sueño a la vigilia tiene características muy relacionadas con la conservación de la estructura sicofísica.

Nos interesa el semisueño porque mantiene características del sueño y la vigilia y, en ese momento, podemos entrever mejor algunos detalles útiles para nuestro trabajo de autoconocimiento.

Las fases más bajas de la vigilia sicológicamente tienen características similares al sueño y al semisueño.

EL SUEÑO EN LA VIGILIA

Parte de la vida de una persona puede trascurrir en la Vitalidad difusa, con una mentación poblada de ensueños y divagaciones, sin dirección. De ese estado uno sale porque el mundo le da un “susto”.

EL SEMISUEÑO EN LA VIGILIA

Corresponde a los estados internos entre la Regresión y el Desvío.

Los contenidos internos y los apetitos tienen mucha fuerza y le imponen a uno la dirección de sus actos, uno está ahí confundido entre los objetos del mundo. Se tiene una mirada muy “natural”, con una dependencia directa de tensiones y climas. Con poca reversibilidad. Uno está totalmente identificado con sus éxitos y fracasos hasta que por un momento logra una comprensión, una desidentificación, uno suelta (o le quitan) un ensueño y se produce un vacío y energía. Con esa energía podemos elegir despertar a la vigilia.

LA VIGILIA

Corresponde a los estados internos entre el Desvío y la Energía.

Es el nivel donde mayoritariamente se suele vivir la vida y desarrollar la acción en el mundo. En vigilia hay la posibilidad de reversibilidad. El ensueño tiñe la vida pero puntualmente uno puede verlo y negarse a seguirlo. Existe un

encadenamiento desde la base misma de la propia conciencia pero este encadenamiento permite un margen de movimientos que posibilita el trabajo de trasformación personal y social, creando las condiciones para un posterior avance hacia otro nivel de conciencia. La toma de conciencia del sufrimiento y la muerte, y la rebelión contra ellos, serán el motor de ese avance.

También aquí se da el juego de éxito o fracaso pero ya no es referido a cuestiones tan inmediatas, aquí se trata de algo más existencial. Uno puede establecer proyectos a largo plazo, incluso vitales. Aunque también suele identificar su vida con el éxito o fracaso de sus deseos.

Empieza a operar el Propósito y a primar la dirección sobre los procedimientos. Empezamos a elevar los deseos y esto también implica soltar algo, un vacío y más energía para abordar el próximo despertar.

EL DESPERTAR A LA CONCIENCIA DE SÍ

Este nivel corresponde a los estados internos a partir de la Energía.

Gracias al aumento de la atención, al Propósito que la sostiene y a la profundización del observador podremos abordar con calma y fe un camino de descubrimiento de nuestras ilusiones, de purificación de nuestros deseos y en algún momento intuiremos o veremos que en todo hay una dirección, todo obedece a un Plan.

Trataremos de ir profundizando en el nivel de conciencia de sí y en ese camino aparecerán experiencias de conciencia inspirada, momentos de suspensión o silenciamiento del yo, que dejarán unos “restos”, un clima desconocido, sobre el que seguiremos trabajando en nuestra Ascesis, tratando de irradiarlo a nuestro estilo de vida.

Gracias a nuestro trabajo de Ascesis, a nuestra acción en el mundo que nos trasforma y a esas experiencias inspiradoras ocasionales, podremos ir reconociendo las posibilidades que continuamente se nos están dando pero que solo en contadas ocasiones estamos en condiciones de ver. Podremos elegir sin tanto condicionamiento de nuestra conciencia.

EL DESPERTAR A UN NUEVO NIVEL DE CONCIENCIA

Uno tratará en su trabajo de Ascesis de profundizar en esas experiencias que ha atisbado, de volver a esos espacios profundos que ha rozado, de avanzar en ese nuevo nivel de conciencia.

Uno llegará a ser ese humilde peregrino que decide entregarse al maravilloso Sentido y, paradójicamente, ese desapego del "yo" lo vivirá como la mayor liberación.

Allí todo tiene dirección. Hay un Sentido y está presente en todas las cosas.

Y entonces el humilde peregrino regresará a su gente con la frente y las manos luminosas; asumirá una Misión y volverá al mundo para llevar luz y contribuir a que se acelere el Destino evolutivo de los seres humanos.

CONCLUSIONES

Los despertares son hitos significativos dentro de nuestro proceso evolutivo. Un proceso sometido al encadenamiento. Encadenado al cuerpo, a la conciencia, a un tipo de mirada. Pero abierto al mundo, a la trasformación, a la conciencia de sí, y capaz de trascender el encadenamiento hacia lo no encadenado, hacia lo Profundo.

Sagrada paradoja: encadenados a las leyes de un camino que va hacia la liberación.

Y también hacia la entrega, el Sentido y los seres humanos.

Y allí están los despertares, jalonando nuestro viaje. Momentos en los que nos vamos develando nosotros mismos y nuestro camino. Porque todo eso somos a un tiempo: caminante, camino y Sentido.

EL DESPERTAR A LA VIGILIA

Salvo algunos casos patológicos, todos nosotros, todos los días, solemos dormir y solemos despertar. Salimos del sueño a la vigilia, pasando por un nivel intermedio que llamamos semisueño, que en ocasiones es muy breve y en otras se amplía más, y en el que se juntan características propias del sueño y de la vigilia en una transición creciente para unas y decreciente para otras.

Sabemos que en el sueño las actividades abstractivas están inhibidas y las asociativas y alegóricas están en su más amplia activación. Los sentidos internos están activos mientras que los externos se encuentran minimizados, aunque no totalmente. Por ejemplo, un fuerte sonido puede despertarnos, al igual que un aumento o disminución acusado de la temperatura. No hay reversibilidad, la crítica y autocrítica estás anuladas. Los contenidos internos se nos presentan alegorizados.

Este nivel no está suficientemente estudiado por la sicología oficial, alguna de cuyas teorías (como por ejemplo la del subconsciente) encamina las siguientes investigaciones hacia una concepción muy pasiva de la conciencia humana y, hablando del sueño en particular, no se explica bien su función.

El sueño cumple, entre otras, con una función de ordenamiento e integración de los contenidos de conciencia. Por supuesto, está conectado con los demás niveles, de tal forma que cambios importantes producidos en un nivel pueden afectar a los otros. Por ejemplo, en sueños puede producirse la integración de contenidos muy problemáticos (como reconciliación, apertura de futuro en una situación bloqueada, etc.) lo que distensa y aumenta la energía de todo el siquismo y esto se experimenta en los demás niveles.

También sucede que, cuando estamos poniendo mucho empeño en un proyecto claro o hay una fuerte carga por avanzar en nuestro Propósito, a veces la conciencia, que busca con necesidad, va activando una suerte de mirada sobre los sueños y los recuerda con más facilidad. Los recuerda porque

los necesita. Incluso, induce una búsqueda en sueños en esa misma dirección en que estamos trabajando en vigilia.[4]

En vigilia se invierte la situación de las actividades de la conciencia con respecto del sueño. Aquí tenemos reversibilidad, los sentidos externos están activos y los internos pasan a un segundo plano y las vías abstractivas están disponibles. Los contenidos internos se nos presentan como ensueños, divagaciones, construcciones con las que la conciencia compensa sus carencias.

De la salida del sueño podemos decir que parece estar movida por cuestiones fisiológicas. Hay una suerte de reloj interno que, en situaciones normales, lo controla automáticamente, regulando una serie de cambios metabólicos y neuronales dirigidos a mantener nuestra estructura sicofísica en perfecto estado. También es apto para despertarnos en caso de que algunos estímulos sobrepasen ciertos umbrales (por ejemplo, dolor, hambre, etc.) lo que podría significar un posible peligro de que esta estructura sicofísica sufriera algún daño.

Este despertar tiene, como digo, unas características muy rutinarias. Nadie queda conmocionado al despertarse y comprobar que ha cambiado la "realidad". Sin embargo, si uno lo observa atentamente, el cambio es grandioso. De repente cambia el mundo y cambia mi conciencia. Veo cosas diferentes y las cosas que veo las vivo de manera muy diferente. Siento que soy el mismo pero al mismo tiempo parece como si estuviera dentro de otra persona.

Por cómo se presenta la experiencia inmediata y por la educación uno suele descartar la vivencia en los sueños como irrelevante y considera la vigilia como la única realidad. Podrá ser más adelante, cuando gracias a un trabajo intencional y atencional, o gracias a alguna experiencia no habitual, uno

[4] Pía Figueroa. Investigación Sueños. www.parquepuntadevacas.org – 2008. Capítulo: Experimentación con el nivel de sueño: " Esa mirada es la que va buscando las imágenes coincidentes con el interés fijado, mientras que la carga afectiva es la que dispone a la conciencia a soñar en la dirección formulada. Así se van observando las secuencias oníricas que hacen pie en las traducciones de distintos impulsos, en las sensaciones y los recuerdos, sirviendo al propósito determinado. "

ponga en cuestión la realidad de la vigilia y se replantee las creencias sobre su propia existencia.

Desde el punto de vista del trabajo sobre la trasformación y evolución personal es muy interesante este despertar, en particular esa breve franja del semisueño, porque nos permite ver muy bien nuestros contenidos internos, la situación emotiva en que estamos, los temas de fondo que están operando en nuestra vida, etc. Estos contenidos que pueden aparecer en el sueño como alegorías muy vistosas, muy sugestivas, y que en vigilia quedan muy tapadas, como un color de fondo, bajo el torrente de estímulos e imágenes que nos desborda en la vida cotidiana; en el semisueño todavía están con viveza pero, además, al empezar a estar presentes nuestros mecanismos racionales, podemos observarlos y esto complementa nuestro trabajo de conocimiento de uno mismo que, lógicamente, se hará en vigilia. Gran cantidad de comprensiones se producen en esos momentos simplemente porque el componente emocional es muy vívido.

El incorporar en la planificación de nuestro trabajo personal no solo el despertar, sino también los momentos de semisueño y el intento de recordar y anotar los sueños, es fundamental y nos abre una vía de acceso a nuestro mundo interno insustituible.

EL SUEÑO EN LA VIGILIA

Aunque lo usual es que el semisueño ocupe únicamente un breve tiempo al ir o al salir del sueño yendo después a la vigilia, lo cierto es que a veces gran parte de la vida de una persona trascurre en una vigilia de un nivel atencional tan bajo que tiene características similares a las del sueño y el semisueño. Puede trascurrir en una Vitalidad difusa, sin atención, con una mentación poblada de ensueños y divagaciones, sin reflexión sobre los propios actos ni la propia vida, donde a uno le suceden las cosas, no hay una dirección clara.

Generalmente de ese estado no es que uno salga sino que es sacado. La vida le zarandea a uno que sale del accidente con los ojos bien abiertos y la respiración agitada, pero más alerta. A veces, después del suceso, avanzamos hacia un estado de vigilia que todavía guarda ciertas similitudes con el

semisueño y, otras veces, pasado un tiempo se vuelve a la pastosa situación anterior.

EL SEMISUEÑO EN LA VIGILIA

Cuando uno es sacado de la Vitalidad difusa a través del camino de la Muerte, llega a una morada conocida con el nombre de Regresión. A partir de ahí entra en un nivel que no es todavía una vigilia ordinaria, donde los contenidos internos tienen mucha fuerza y le imponen a uno la dirección de sus actos. Uno está ahí, confundido entre los objetos del mundo. A través del camino del Arrepentimiento uno hace eso, se arrepiente de lo que hace. Pero hay muy poca reflexión, es más como que uno intenta alejarse de aquellas cosas que "han salido mal" pero sin un conocimiento muy profundo de sus problemas. Algo sale mal y uno, al recibir una bofetada, se dice: "Ya no lo volveré a hacer". Y efectivamente, uno decide hacer cambios (y mantiene la decisión mientras le dure el dolor de la bofetada). Estamos en la morada de la Tendencia. A pesar de que uno aborde cambios, está sometido a una inercia. Dependiendo de lo profundo que sea ese semisueño uno será más o menos consciente pero, en cualquier caso, muy condicionado por sus gustos y disgustos. En ese estado es probable que los cambios que decida hacer sean versiones maquilladas del comportamiento que quería cambiar; en cualquier caso, algo muy alejado de la raíz de sus problemas. Por ese camino, llamado de la Conservación, cuando el dolor pasa, uno va olvidándose del contratiempo y acomodándose a la rutina. Aparentemente uno conserva su estado pero en realidad desciende rápidamente a la Vitalidad difusa. Y la rueda comienza una nueva vuelta.

A los éxitos provisorios sucederán los fracasos y cada nueva meta dará un nuevo impulso a la rueda de la repetición. Uno está identificado con sus éxitos y fracasos. En alguno de esos ciclos, y movido por el sufrimiento, quizá uno se plantee la necesidad de salir de la repetición, por un momento vea que él no es sus éxitos y fracasos, y, mirando estos últimos con otros ojos, se sustraiga a su Tendencia y trate de recoger la enseñanza que hubo en ellos.

Avanzamos por el camino de la Frustración. Y no importa si en esta ocasión tenemos éxito o fracaso, lo importante es que hemos empezado a mirar la realidad con otra mirada.

Efectivamente de nuevo lanzaremos un ensueño al mundo pero lo haremos con un poco más de atención. Así es que, si fracasamos y el mundo nos niega lo que queremos, quizá caigamos en cuenta de que no se trata sólo de mejorar las tácticas para manejar las cosas sino que uno mismo debe cambiar. Empiezo a cuestionarme la dirección de lo que persigo.[5] Esa misma caída en cuenta puede producirse aun cuando tenga éxito. Cumplido mi ensueño y pasada la satisfacción inicial, de nuevo el vacío quedará por delante y, a poco que atienda, llegaré al mismo cuestionamiento sobre lo que quiero.

En cualquier caso, uno internamente suelta un ensueño, al menos toma una cierta distancia de él, y se produce una distensión y energía.

También podría darse que uno abordara ese camino con una actitud diferente. Uno podría resistirse al fracaso. Podría ser que la tensión por conseguir sus deseos fuera tal que le impidiera ver más allá ni comprender nada. Mientras que la anterior fue una Frustración querida y uno sale con la sensación de que lo que ha comprendido vale más que lo que perdió, en el segundo caso la Frustración es no querida. El mundo me quita lo que yo quiero, ya no lo tengo, sin embargo, internamente no lo suelto, sigo agarrado a ello.

De estas dos formas podemos llegar a la siguiente morada y, dependiendo de cuál sea mi actitud, estaré determinando cual será mi elección del próximo camino.

---

[5] Dario Ergas. Investigación sobre la conciencia moral. www.parquepuntadevacas.org – 2010. (Cap. II – "La Conciencia Moral", parágrafo "Momento de libertad por situación de fracaso"
"El fracaso es el despertar de la conciencia a las ilusiones que la tienen presa.
En el fracaso la conciencia está libre de sus ensueños, libre de su resentimiento; es el instante de libertad en que asume plenamente su ilusión y sinsentido. La conciencia está ilusionada en sus ensueños y en sus creencias, cree que lo que vive es la realidad, sin poder ver como persigue una ilusión y lo que cree, es una verdad de época. En ciertos momentos, en cambios de etapa vital, o frente a acontecimientos "increíbles" que nos suceden, despierta de su ilusión y fracasa, es decir acepta que sus creencias son subjetivas, relativas y no verdades objetivas. La conciencia en este reconocimiento adquiere un momento de reposo y de libertad.

Estamos en la morada del Desvío y ante nosotros se abren dos caminos. Si eliges *"… el laberinto de la vida consciente (y lo haces con Resolución)…."* estarás despertando a la vigilia ordinaria.

Si uno hubiera llegado forzado por la situación, sintiéndose maltratado, y se dejara llevar por una ilusoria búsqueda de culpables de lo que le salió mal (lo que indica que en realidad no hubo tal comprensión, ni distensión, ni se soltó el ensueño y la Frustración fue no querida), eso supondría una nueva caída a la Regresión y la Vitalidad difusa.

Sin embargo, si hubo una caída en cuenta uno llegará más atento, más liviano y con más energía, y uno podrá optar por el camino de la Resolución. Como en todo ascenso necesitará un esfuerzo, pero ahora tiene energía para continuar en la vigilia ordinaria.[6]

LA VIGILIA

El estado de vigilia es el que ocupa, junto con el sueño y el semisueño, la mayor cantidad de tiempo en la vida de la mayoría de la gente, salvo algunos pequeños paréntesis.

En vigilia, al igual que en semisueño, podemos comer, movernos, querernos, odiarnos, temer, desear, gozar, sufrir; pero aquí tenemos reversibilidad y atención, podemos darnos cuenta de lo que estamos haciendo y tener crítica y autocrítica. También podemos realizar actividades abstractivas. La vigilia es el estado más propio de nuestra especie en este momento histórico. Es el nivel de conciencia que el homo sapiens ha conquistado en su trascurrir y al que tiene acceso en circunstancias normales.

En vigilia somos más conscientes de nuestro "gran viaje", con nuestro caballo "Necesidad" y nuestro carro "Deseo"[7], sobre las ruedas del placer y del dolor. El viajero se aboca a su viaje, trabaja, se esfuerza, aprende, se pone metas

[6] Estos recorridos quedan muy bien alegorizados en una vieja historia acerca de Hermes. La historia nos cuenta que el dios vivía en un bosque que, a veces, era cruzado por viajeros. Cuando un viajero atravesaba el bosque, Hermes le robaba la bolsa con el dinero y le miraba. Si el viajero se enfadaba, Hermes le daba en la cabeza con su caduceo y le dormía. Pero si el viajero se reía, Hermes le daba con su caduceo y le despertaba.

[7] Evoca lo dicho por Silo en la Arenga de la Curación del Sufrimiento, el 4 de mayo de 1969, a los pies del monte Aconcagua, donde hoy se encuentra el Parque de Estudio y Reflexión de Punta de Vacas.

parciales que a veces cumple y otras no, se divierte, adorna su carro. Ya sabemos. Y la cosa suele continuar sin grandes cambios, salvo aquellos que se ve obligado a asumir como consecuencia de modificaciones en el mundo y en su propio cuerpo, hasta el fin de sus días.

Nuestro viajero trata de cubrir sus necesidades de supervivencia y generalmente lo consigue (salvo intervención por parte de otros y, más raramente, de la naturaleza) quedándole energía libre que se emplea en el cumplimiento de sus deseos.

Como sabemos nuestro viajero no solo aprende por sí mismo sino que también incorpora el aprendizaje de las generaciones anteriores, acumulado en una organización de experiencia social. Individuo y sociedad son históricos y van cambiando, con avances y retrocesos. A veces ese cambio se va dando de una forma un tanto vegetativa, por acumulación de pequeños cambios. Otras veces la experiencia se acumula y se da un salto que revoluciona el normal transcurrir de la sociedad y de los individuos.

¿Qué mueve a la conciencia hacia el cambio? Existe un impulso continuo, permanente, una tendencia de la conciencia en busca de algo que la complete. Como una eterna búsqueda. El permanente cambio del medio y de su propio organismo sume a la conciencia en un desequilibrio dinámico; siempre moviéndose, siempre a la búsqueda del perdido equilibrio. Es una necesidad de la vida. En un medio cambiante, un organismo inmóvil perecerá.

Ya en la base misma de la conciencia encontramos esto. Existe una actividad permanente de los sentidos hacia el mundo, de tal manera que nuestro conocimiento está determinado por los datos que suministran los sentidos. Además existe una actividad permanente de la conciencia que interpreta esos datos gracias a grabaciones previas de la memoria. En definitiva, ahí, en el mundo, hay algo, pero lo que nosotros creemos ver, oír, oler, etc., son representaciones que fabrica nuestra conciencia: la realidad que permanentemente nos está suministrando es virtual. De hecho, nuestra conciencia infiere más de lo que percibe y esto está en la raíz de la ilusión.[8]

[8] Nuestra conciencia no refleja matemáticamente lo que percibe sino que a veces pone o quita cosas. El ilusionista nos puede engañar porque nuestra conciencia da por sentado que ahí había algo que en realidad no estaba o porque no da por visto algo que estaba disimulado, haciéndonos creer que era otra cosa.

Por otra parte, todo acto de la conciencia tiende a completarse con un objeto del mundo e inmediatamente esto suscita la aparición de nuevos actos y objetos en permanente cadena. De tal manera que cuando uno intenta ver la actividad de su propia conciencia, lo que ve es el mundo en movimiento. Y viceversa, cuando uno mira el mundo, en realidad lo que está viendo son datos suministrados por los sentidos e interpretados por la conciencia.

Y, ¿hacia dónde se dirigen esas cadenas de actos y objetos? Esas cadenas están orientadas por el interés y necesidades de la propia conciencia. Esta, operando por diferenciación de un objeto sobre los demás, se dirige hacia objetos en el mundo que la compensen estructuralmente, es decir, se dirige hacia objetos que compensan ciertas carencias. Detallando un poco más, detrás de cada carencia que la conciencia tiene o prevé tener hay una tensión que la impulsa a moverse hacia el objeto, que compensará esa carencia y relajará la tensión.

En los animales este mecanismo es más simple, surge una necesidad o un peligro y el animal se ve impulsado a compensar ese desequilibrio que ha surgido con su medio. Y todo se calma hasta la siguiente necesidad.

En el ser humano, al ampliarse el horizonte temporal, aparece el futuro. Y aparece la posibilidad de diferir respuestas y también de prever, de anticipar situaciones. Ya no solamente resolverá necesidades cuando se produzcan sino que tratará de resolverlas aún antes de que se produzcan. Más aún, la conciencia no solamente orientará sus actos hacia objetos que le son necesarios sino hacia los que cree que le serán necesarios. Y no solamente se orientará por la necesidad sino por la búsqueda de lo que cree que le dará placer y la huida de lo que cree que le producirá dolor. Con la ampliación del horizonte temporal se amplía el horizonte de libertad y aparece la creencia y el deseo, aparece la búsqueda del placer y también aparece el sufrimiento.

En los animales el horizonte temporal es muy pequeño y viven en un casi presente continuo. Por el contrario, en el ser humano, en el momento presente, interactúan al mismo tiempo un pasado recordado, un presente percibido y un futuro imaginado. En los animales es el instinto, y un cierto aprendizaje en algunos, lo que lleva a solventar la necesidad. Si esto se consigue el individuo pervive y, gracias al instinto de reproducción, la especie

sobrevive. En el ser humano esto se juega no solo con necesidades presentes sino con deseos, con objetos de conciencia colocados en el futuro.

Si decíamos que nuestra conciencia se encontraba determinada por la estructura mínima acto-objeto,[9] que hay una tensión detrás de cada acto que lo motorizaba y que, precisamente, la conciencia lanza ese acto en busca de ese objeto intentando relajar esa tensión; podemos entender cómo el sistema de tensiones propio de cada persona, que arranca desde un paisaje de formación,[10] en su constante intento de relajarse, impulsa su correspondiente comportamiento, conjunto de actos, que busca su correspondiente conjunto de objetos en el mundo.[11] Es decir, en este nivel nuestro comportamiento se encuentra determinado desde su raíz. Nuestro particular sistema de tensiones origina nuestro particular comportamiento que tiende a nuestro particular "mundo" que no solo interpretamos sino que construimos a nuestra imagen y semejanza.

En principio todo sigue pareciendo mecánico e incluido en un sistema cerrado. No obstante algunos factores escapan a ese sistema. En primer lugar es cierto que uno interpreta el mundo pero esa interpretación se construye intersubjetivamente, con los otros. Es entre todos que se va construyendo el mundo y, en esa actividad permanente de las conciencias, el mundo se trasforma y aparecen nuevos objetos que amplían nuestra conciencia. No entendamos solamente objetos físicos sino objetos de conciencia, situaciones, relaciones, etc. En esa estructura indisoluble de la conciencia y el mundo, al trasformar el mundo estamos trasformando la conciencia. Y esto está a la vista, el ser humano es un ser histórico. Su conciencia se ha ido trasformando al tiempo que trasformaba el mundo.

---

[9] Las Cuatro Disciplinas (Capítulo: Disciplina Mental). www.parquepuntadevacas.org - 2010

[10] Silo. Humanizar la Tierra-El Paisaje Humano. Barcelona-Plaza y Janés Editores-1989. (Capítulo IV "Memoria y Paisaje Humano")

[11] Jano Arrechea. El campo de copresencia en la estructura conciencia-mundo. www.parquelareja.org – 2010. (Capítulo 13 "Conclusiones")
"Estudiando las copresencias de una cultura o de un individuo se puede captar por qué esa cultura o individuo orientan su presencia hacia determinados "objetos" y no la orientan hacia otros. El estudio del paisaje de formación y también el estudio de los mitos se encuadran en estas posibilidades de investigación. "

Quizá el primer ejemplo de esto lo tenemos en el momento en que el hombre empezó a manipular el fuego. Al sustraerse al instinto de huida no solamente estaba produciendo un avance en el manejo de las cosas, estaba mostrando la prueba de que su conciencia no obraba por simple reacción instintiva al peligro sino que ahí estaba actuando ya una imagen de futuro. No sólo estaba manejando el fuego con la mano, en su cabeza había una imagen de sí mismo manejando el fuego con la mano.

Otro ejemplo lo tenemos en la creación de la memoria externa (escritura, signos, imágenes con significado simbólico, etc.). Cuando el hombre aprende a representar con objetos sucesos del pasado, la memoria deja de ser un hecho natural inadvertido y pasa a ser objeto de atención para él. La experiencia de otros individuos (incluso desconocidos para él) se puede incorporar como experiencia personal y ser compartida.

También podemos ver en la domesticación de los minerales (fundición de metales), de los vegetales y de los animales un proceso en el que el hombre mira el mundo como una prótesis de su cuerpo. Desafortunadamente esto también tiene su cara negativa en el hecho de la utilización de otros seres humanos como cosas o en una irresponsable destrucción del medio natural que se volverá en contra.

Mención especial merece el tema de los mitos que cada cultura ha construido sobre la memoria histórica en base a la cual interpreta el mundo. Lo mismo que en los individuos, podemos rastrear en cada cultura el conflicto sicológico profundo que da lugar a un sistema de tensiones vitales al que está sometido ese pueblo, que a su vez se traduce en un sistema de imágenes, una gran alegoría, que conforma el sistema de creencias y se proyecta en la acción que ese pueblo desarrolla en el mundo. El mito intenta relajar el sistema de tensiones que le da origen pero difícilmente lo consigue. Por eso permanentemente empuja a esa cultura en una dirección. Pero es epocal, el mito está vivo en tanto dura el “mundo” en que se desarrolló esa cultura. Cuando ese mundo cambia, la cultura se desarticula y el mito que le es propio deja de actuar, dejando el hueco para que una nueva interpretación de la

realidad surja. En un “nuevo mundo”, una nueva cultura se articula en torno a un nuevo mito.[12]

Vemos cómo la ampliación del horizonte temporal ha supuesto una ampliación histórica del campo de libertad y del nivel de conciencia. Como especie esto es así aunque algunos individuos hayan utilizado sus posibilidades ampliadas para apropiarse de la libertad de otros.

Como especie seguimos cambiando y lo hacemos a una velocidad muy superior a todos los demás seres. Evidentemente esto no es suficiente para el individuo concreto que tiene sus aspiraciones y expectativas, y las quiere ver cumplidas en el plazo de su vida.

Nosotros asistimos a un momento histórico en el que se da una gran acumulación de experiencia y cambios en las costumbres, las relaciones, las creencias, etc. Todo eso nos induce a pensar que se están creando las condiciones para un gran cambio. Pero esa aceleración por sí misma no presupone un cambio en el nivel de conciencia de la especie, aunque sí pudiera crear las condiciones para que se dé.

Teniendo en cuenta el hecho de que todo proceso sicológico tiene una base fisiológica, un cambio en el nivel de conciencia llevará aparejados necesariamente cambios fisiológicos. Hoy se conocen, por ejemplo, las diferencias de frecuencia y voltaje de las ondas de nuestro electroencefalograma dependiendo del nivel de conciencia en que estemos[13], así como cambios en la producción de diferentes hormonas[14]. Estos cambios fisiológicos son indicadores de la fijación de un nuevo nivel en ese individuo, pero no así en la especie. Sabemos que el nivel de conciencia fijado ya en nuestro equipamiento como especie es la vigilia y que esto es así desde hace bastantes milenios, y podemos deducir que nuestro “hardware” no se ha modificado en ese lapso, y que todos los avances que se han dado más allá de

---

[12] Silo. Mitos Raíces Universales. Madrid-Antares Ediciones-1992.
“ Ejemplificando: Los temores de algunos pueblos se han traducido en imágenes de un futuro mítico en el que todo se derrumbará: caerán los dioses, los cielos, el arco iris y las construcciones; el aire se hará irrespirable y las aguas ponzoñosas……En momentos críticos, esos pueblos han traducido sus tensiones por medio de inquietantes imágenes de contaminación y socavamiento. Pero eso mismo los ha impulsado, en sus mejores momentos a “construir” con solidez en numerosos campos.”
[13] Fernando Reinoso. Neurobiología del sueño. Pamplona-Revista Médica Univ. de Navarra, vol. 49, nº 1-2005
[14] Richard Evans y Albert Hofmann. Plantas de los Dioses. México-Fondo de Cultura Económica-1982

la vigilia han sido debidos al trabajo de algunos individuos pero no están incorporados como especie.

Entonces, ¿qué es lo que hace que un nuevo nivel de conciencia se fije y se extienda a todos los seres humanos? Parece ser que esto viene dado por códigos culturales. Un cierto número de individuos producen el salto y "magnetizan" a los que les rodean, extendiéndose paulatinamente su influencia. Si el avance tiene suficiente potencia y el momento histórico lo permite, esa sociedad dará un salto evolutivo y en sus nuevos códigos culturales, en su nuevo paisaje humano, en su forma de vida, quedará incorporada la influencia de ese grupo de avanzada aún después de que ellos hayan desaparecido.

Pudiera ser que la enorme y creciente aceleración histórica que estamos viviendo suponga efectivamente la creación de las condiciones necesarias para que el ser humano dé un nuevo salto evolutivo y fije, como especie, un nuevo nivel de conciencia más allá de la vigilia. Si esto fuera así estaríamos hablando de un cambio de rango similar al que se produjo cuando salimos de las cavernas.

En cualquier caso, como decíamos antes, el ritmo de nuestro cambio como especie resulta inaceptablemente lento para la conciencia del individuo concreto. Mientras el ritmo de cambios en la especie se puede medir en milenios, el individuo apenas cuenta con unas decenas de años para obtener sus aspiraciones.

Al ampliarse el horizonte temporal el ser humano hizo eso, mirar al horizonte de su vida. Y tomó conciencia de su finitud. Allí, al final, está la muerte. Pero sabemos que, para la conciencia, el futuro es el tiempo determinante y la muerte como hecho más destacable en ese futuro es el más determinante de toda nuestra existencia. ¿Cómo podrá compensar la conciencia ese contenido? Desde luego no podrá encontrar salida en una existencia gobernada por una vigilia ordinaria, donde el encadenamiento a lo mecánico cierra toda posibilidad al individuo de traspasar el horizonte, dejando únicamente la esperanza de que quizá algún día lo haga la especie.

Diferentes posturas podrán adoptarse frente a esto. Están aquellos que no encontrando posible salida tratan de "anonadarse" y "pasar el tiempo". Otros

vivirán tras el dinero, prestigio y sexo como exponentes de compensación de nuestras carencias profundas. En cualquier caso, en ese nivel todo seguirá inscrito dentro del determinismo de la conciencia.

Uno vive su libertad restringida por las circunstancias[15], los otros, el mundo en definitiva; sin caer en cuenta del radical encadenamiento en su propia conciencia.

A partir de la Resolución iniciamos, como decíamos, un camino de ascenso con más energía, con más atención y con una atención no tan natural, que no solo se orienta mecánicamente al estímulo sino que también está movida por planes, por proyectos.

Avanzando por este camino llegaremos a la morada de la Generación. Esta es una etapa de acción en el mundo, más motriz, y el mundo cobra relieve. Es el estado de los voluntarios, de los activistas, de los militantes, de los que desarrollan proyectos con otros. En este estado uno puede estar bastante tiempo. Uno dispone de más energía y de más posibilidades de opción. Sin embargo, todavía no es consciente de cómo su paisaje de formación actúa sobre él y cómo su sistema de tensiones se proyecta a través de su acción en el mundo. Uno no es consciente de sí.

Perfectamente podría sucumbir al desánimo, degradar sus proyectos y abandonarse. Caería por el camino de la Degradación. O bien, tener éxito en ellos y desarrollar una obra social, sin necesidad de ir más allá en su nivel de conciencia. En el momento presente de desarrollo de la conciencia del ser humano lo normal sería no pasar de ahí.

¿Qué le impulsa a uno a seguir adelante, hacia el siguiente despertar? La experiencia ganada y el grado de contradicción o unidad interna adquiridos quizá sean suficientes para algunos. Otros tenemos que agradecer que en ese momento encontráramos la Doctrina.

Uno no se mira a sí mismo, no se cuestiona su propia vida, si no hay un fracaso existencial y la aspiración de trascenderlo. Y esta Doctrina que provocó nuestra mirada interna provocó también una diferente mirada sobre

[15] José Ortega y Gasset. Meditaciones del Quijote. Madrid-Residencia de Estudiantes-1914. “Yo soy yo y mi circunstancia”

nuestros fracasos. También recibimos una interpretación totalizadora sobre la vida, sobre la muerte, sobre la realidad.

Uno va avanzando en su autoconocimiento y en su construcción interna. Al tiempo trata de ir dando coherencia a su acción, a sus proyectos. Las imágenes son más completas, no tan compensatorias, ya no son sólo motrices, tienen carga emotiva; si no es así, en el siguiente paso fatalmente caes. Aquí necesariamente has de "amar la realidad que construyes"[16] para poder lanzar un Intento coherente que también deberá volar sobre amplias alas.

Aquí hay una intención de atender al mundo e incluirse dentro del foco atencional. También uno intenta ir aumentando su tiempo de atención y atender sin ruido. Sin atención, no hay avance posible.

Observando el propio comportamiento llega un momento que uno reconoce las repeticiones que, aun con diferencias anecdóticas, son en esencia lo mismo.

No es que uno caiga en cuenta de un fracaso sino que cae en cuenta de ese fracaso existencial del que hablábamos antes. Uno se ve a sí mismo atrapado en un cierto tipo de situaciones que se repiten. Profundizando más, uno va abstrayendo comportamientos comunes, climas comunes, sensibilidad común, etc. Por último uno llega a poder ver un sistema de tensiones.

Así es que ahí están. Una serie de encadenamientos que son los que me dan identidad, son mi personalidad. En esencia, son "yo".

Ciertamente no es un abrir los ojos a una soleada mañana con mariposas revoloteando entre las flores. No, es más parecido a un lunes con resaca. "Pero ¿cómo habré podido vivir así?". Uno se sorprende y empieza a intentar cambios, sin embargo, la cosa es más complicada: mi mundo no me deja cambiar. Yo he construido un mundo a mi alrededor. En él puedo reconocer mi sistema de tensiones prolongándose más allá de mi conciencia. He hecho un mundo a mi imagen y semejanza. Y esto no es válido solamente para el color de pintura en las habitaciones de mi casa. En realidad mi mundo se ha

[16] Silo. Humanizar la Tierra. Barcelona-Plaza y Janés Editores-1989 (El Paisaje Interno, cap. 3 "El Paisaje Externo")

ido formando con la participación de otras conciencias que han actuado intersubjetivamente conmigo. Así es que cualquier cambio que uno intenta implica obligatoriamente a su medio inmediato.

Según avanza uno aumenta la inestabilidad. Uno está más atento y va mirando sus propios encadenamientos, y no sólo los ve en uno, ve como se han proyectado en todas las cosas, en su mundo. Y ese mundo tiene una inercia. No basta que uno intente cambiar, el mundo que le rodea en modo alguno permanecerá ajeno y pasivo ante ese cambio.

Hasta entonces uno se miraba a sí mismo y miraba el mundo y veía dos cosas relacionadas pero totalmente diferentes. Ahora empieza a ver que ambas realidades están encadenadas en una misma estructura. ¿Cómo podré continuar con mi intento, sometido como estoy a este determinismo?

"Pero, a pesar de todo, …… a pesar de todo, …… a pesar de ese desgraciado encierro, algo leve como sonido lejano, algo leve como brisa amanecida, algo que comienza suavemente, se abre paso en el interior del ser humano.

¿Por qué, alma mía, esa esperanza? ¿Por qué esa esperanza que, desde las más oscuras horas de mi infortunio, se abre paso luminosamente?"[17]

Sucede que empieza a operar el Propósito que me estaba llamando, mejor dicho, empiezo a percibirlo más, lo tengo más presente, y un nuevo factor viene a ampliar el funcionamiento mecánico de la conciencia.

A veces, en la vida de todas las personas suceden experiencias extrañas, como pequeños (o grandes) despertares, en los que vemos la realidad cotidiana de manera diferente, como vista por primera vez. Son las llamadas experiencias inspiradoras o experiencias de cambio.[18] Son experiencias que nos conmocionan positivamente, que duran muy poco tiempo y que no sabemos cómo repetir. Por muy poco tiempo vemos el mundo cambiado, con unos ojos diferentes, como con otra conciencia. Son atisbos de otro estado de conciencia. Anticipos de otra maravillosa realidad.

A veces, haciendo memoria, uno encuentra en su pasado alguno de estos anticipos que quedó allí tapado. Y uno se pregunta si tras el impulso de las

[17] Silo. Inauguración de la Sala de Sudamérica-Buenos Aires-7 de mayo de 2005
[18] Silo. Comentarios de Silo desde Punta de Vacas, "La Experiencia". www.parquepuntadevacas.org - 2008

búsquedas profundas de los seres humanos no encontraríamos actuando esos anticipos.

Precisamente son estos "regalos" los que nos darán la pista[19] para ir develando el Propósito que empieza a operar en nuestra vida. Más adelante este Propósito podrá ir aumentando su influencia en la dirección de nuestra acción, tomando paulatinamente el lugar de los determinismos adquiridos en nuestro paisaje de formación.

Por el momento nos encontramos frente a una Inestabilidad que podremos abordar de otra manera. Nuestro centro de gravedad está cambiando. Ahora lo importante para nosotros es continuar avanzando en la dirección querida y no tanto el que la ruta sea la que nosotros pensábamos que iba a ser. Igual que el escalador que, al final de la cuerda, es movido por el viento, o por el relieve de la roca, pero no deja de avanzar hacia ese clavo firmemente fijado al otro extremo. Ese Propósito más presente empieza a abrirnos un futuro diferente. Las imágenes empiezan a tener profundos y distendidos tonos emotivos y en ellas no prima lo secundario, los procedimientos, los detalles….

Uno debe afrontar el momento con Volubilidad, sabiendo inclinarse flexiblemente a los vaivenes externos, con confianza interna y avanzando hacia ese futuro querido. Aquí ocurre algo que nos recuerda lo sucedido allá, en la Frustración. Se produce una distensión, que en este caso es más profunda, más del corazón. Uno suelta algo afuera y afirma algo adentro, eleva el deseo y aumenta su energía. Llegamos a una morada que se llama así, morada de la Energía.

Este estado es curioso. Tenemos plus energético. Gozamos de un grado de libertad superior al que se tiene en vigilia ordinaria y tenemos energía para emprender grandes cosas. ¿Qué haremos con esa energía?

En La Mirada Interna Silo nos alegoriza ese estado como un paisaje nocturno en el que debemos esperar con calma y con fe a que llegue la alborada.

¡¡Uf, qué difícil!! A ver quién aguanta con calma con la de nuevas opciones que a uno se le han abierto y lo que puede disfrutar de ellas. "Total, ¿qué hay

[19] Maxi Elegido. El Estilo de Vida. www.parquepuntadevacas.org – 2011 (pág. 3 "El Propósito")

de malo en echar unas migas de pan a los pajarillos, con el bocadillo tan grande que tengo?”. Después vendrán las palomas, luego los buitres ……..

Por más que uno pueda ver sus ensueños y cómo operan, pudiera suceder que, confiado, dejara de atender y se dejara llevar por sus deseos.

Tras esa distensión profunda que se produjo en la Volubilidad, se produce también un vacío. Sabemos que, mecánicamente, nuestra conciencia huye del vacío. Hay una presión de los ensueños para llenar ese vacío. Si nos dejamos llevar por ahí perderemos ese estado y caeremos por moradas y caminos, y vuelta a empezar.

La opción que tenemos es, como dice *La Mirada Interna*, mantenernos en calma, con fe en nuestro Propósito. Optamos por estar en tema y por invertir la energía en nuestro Propósito. Con la decisión de abocarnos a esa calma espera estamos despertando a la conciencia de sí.

EL DESPERTAR A LA CONCIENCIA DE SÍ

"No puedo tomar por real lo que veo en mis sueños; tampoco lo que veo en semisueño; tampoco lo que veo despierto, pero ensoñando.

Puedo tomar por real lo que veo despierto y sin ensueño."[20]

Cuando Silo alegoriza el espacio abierto de la energía con un paisaje nocturno, coloca en él una imagen, *"la insinuante forma de la Luna Negra"*, de la que no dice nada más y que yo interpreto como un espacio negro, sin luz, todavía sin iluminar. Una ilusión. Despertar a la conciencia de sí es tomar conciencia de mis ilusiones.

A estas alturas uno, poco a poco, comienza a darse cuenta de lo ilusorio de su visión del mundo y de uno mismo. Empezando por lo más periférico hasta lo más esencial, poco a poco, se irán iluminando las ilusiones.

El camino de ascenso se llama Purificación. Uno continúa su trabajo poniendo luz adentro y afuera. Es momento en que uno empieza a ver estructuras universales. Uno ve la estructura conciencia-mundo, no como dos espacios separados sino como una misma realidad. Vemos esa estructura siempre en movimiento pero siempre permanente, la fijeza de lo móvil. Podemos hacer esto cuando, haciendo el esfuerzo de "quitar" el tiempo, vemos lo que permanece, lo que trasciende a las variaciones de los fenómenos, la forma permanente, la estructura conciencia-mundo.

Tratamos de ver las categorías universales como el espacio y el tiempo y nos damos cuenta de los límites de nuestra conciencia.[21] ¿El espacio?, ¿qué es el espacio? Nosotros podemos percibir los objetos pero no el espacio. Es la nada y no es la nada. ¿Y el tiempo?, ¿podemos percibir el tiempo puro? No, sólo las

---

[20] Silo. El Mensaje de Silo. Madrid-Editorial EDAF-2008 (Capítulo VI "Sueño y Despertar")

[21] Rosa Mera. Ampliación del Espacio. www.parquetoledo.org – 2013 (pág. II del Resumen).
"Desde este enfoque de los límites, planeamos sobre el espacio, alrededor del tiempo y tratamos de entender la importante estructura que entre ambos se da. Los límites ocultan tras de sí creencias, pilares de nuestra identidad y conductas arraigadas en la propia sensibilidad. Una escurridiza pista en tono afectivo que nos conduce hasta aquel paisaje en el que nos formamos, cuya forma quedó impresa en un tempo que ya se fue, cada vez a mayor distancia del tempo actual y de un número de relaciones pequeño que hoy es preciso ampliar."

variaciones. Ni siquiera eso. Las variaciones de los objetos, el movimiento y el cambio de las formas nos dan registro del trascurrir. Nada más.

A la luz de las comprensiones, miramos nuestros deseos, esos que nos han movido toda la vida, vemos la estructura de su encadenamiento, acto-objeto, tensión-imagen. Vamos purificando porque vamos quitando adornos, llevando todo a la esencia. Relajando, vaciando, quitando obstáculos. Y ahí seguimos, interiorizando el observador, dándonos cuenta del funcionamiento de nuestra conciencia, de sus límites. Empezando por la determinación a los sentidos, al paisaje de formación, a un sistema de tensiones, a una sensibilidad, a una mirada. Todo eso constituye ese espacio negro, esa suprema ilusión, que llamamos Luna Negra. Y en algún momento de esa Purificación somos capaces de ver como el deseo y el sufrimiento son dos partes de la misma cosa. Vemos la "rueda del placer y la rueda del sufrimiento" unidas por el mismo eje y girando al mismo tiempo. Al igual que con la estructura conciencia-mundo, podemos ver la indisoluble unión entre el deseo y el sufrimiento cuando somos capaces de ir más allá de cómo se nos presentan los fenómenos con el trascurrir del tiempo. Cuando nos colocamos en una perspectiva en que las cosas no van sucediendo sino que suceden en un instante, entonces vemos que lo que antes parecía separado (el deseo y el sufrimiento) en realidad son dos momentos del mismo fenómeno.

Pero, volviendo atrás, ¿cómo pudimos ver ese espacio negro? Podemos ver esa Luna Negra sólo si se destaca del fondo que la rodea, que no puede ser igual de negro porque si no, no veríamos nada. Alrededor de la Luna, en la periferia, se empieza a insinuar una leve claridad. Algo de luz hemos puesto en nuestras ilusiones. Al menos la suficiente para darnos cuenta de la oscuridad. Y es que existe lo oscuro porque existe la luz, existe la determinación porque existe la indeterminación, existe el movimiento-forma, la realidad que atrapa nuestra conciencia, porque existe el no-movimiento-forma, otra realidad no encadenada, inatrapable por nuestra conciencia.

Y en un momento uno intuye, ve, que hay una armonía subyacente, que ese encadenamiento tiene una dirección y se complementa con lo que no está encadenado. Todo tiene una forma y esto tiene sentido gracias a lo que no tiene forma, igual que el cuenco tiene sentido gracias al vacío que hay en su

seno. Y, efectivamente, la luz del radiante Sol alumbra por vez primera la Realidad mostrando que todo obedece a un Plan.

A partir de aquí nada se describe en La Mirada Interna de los siguientes pasos. Trataremos de ir siguiéndolos gracias a ciertas intuiciones, a fugaces experiencias del trabajo de Ascesis y breves chispazos inspiradores.

Estas intuiciones y experiencias que vamos teniendo en nuestro trabajo de Ascesis son propias de lo que, en Sicología IV, Silo llama conciencia inspirada. Sabemos que esta estructura de conciencia tiene como base la disposición a ser inspirado y algunos momentos de silenciamiento o suspensión del yo. De estos momentos no hay registro ni memoria pero si quedan unos "restos", unos registros y tonos cenestésicos, un clima diferente al habitual, que suscita intuiciones, imágenes y sueños inspiradores. Una característica de estas inspiraciones es que claramente no provienen del sistema de tensiones conocido, del yo. Pareciera como que fuera una conciencia diferente. También el mundo parece ser otro.

Así es que en el trabajo de Ascesis, en la elaboración posterior, uno encuentra unos "restos".[22] Hay ciertos registros como de que algo ha cambiado. A veces, por ejemplo, esos registros van acompañados de sueños en los que se produce una suerte de argumento. Todo ello muy conmocionante. A veces se dan comprensiones totalizadoras. Difícil de trasmitir a otros. Ahí es necesario que nos tomemos el trabajo de desentrañar el significado. Detrás de esas señales, de ese clima, hay un significado que hemos de develar. Es como si tuviéramos certeza de la impresión que ese mensaje produce en nosotros pero tuviéramos que esforzarnos para formularlo, para traducirlo a nuestros esquemas de comprensión.

A veces estas experiencias son tan impactantes que inmediatamente desencadenan cambios en la vida de quien los experimenta. De cualquier manera es importante que avancemos más allá de los significados hasta el estilo de vida y la conformación de un modelo social,[23] establecer relaciones entre lo experimentado y nuestra propia vida, observar y, a veces, intencionar cambios en nuestra conducta. De no hacerlo así, poco a poco la impresión de

[22] Maxi Elegido. El Estilo de Vida. www.parquepuntadevacas.org – 2011 (pág. 7 "La Ascesis")
[23] Maxi Elegido. El Estilo de Vida. www.parquepuntadevacas.org – 2011 (pág. 14 "El Estilo de Vida")

la experiencia irá difuminándose hasta quedar como un vago recuerdo. Es llevándola a nuestra vida como podremos fijar esta experiencia. Por otra parte, esto debe manifestarse con otros. Cuanto más profundice uno en sí, más irá hacia los otros: *"Cuando tu profundices en ti y yo en mí, entonces nos encontraremos"* (Silo).

Es un esfuerzo por despegar la mirada del yo.[24]

Estas experiencias afectan todos los niveles de conciencia pero, por supuesto, son muy breves y cotidianamente uno transita por otros estados de conciencia. Ahí nuestros puntos de apoyo seguirán siendo una atención cada vez más potente, una creciente carga emotiva en nuestro Propósito, el trabajo de Ascesis y la construcción de un Estilo de Vida. Continuando con su trabajo de ascesis uno tratará de reforzar la conciencia de sí y de crear condiciones para profundizar en las experiencias de este tipo.

"….. Puedo tomar como real lo que veo despierto y sin ensueño". Despierto y sin ensueño. Ese es el trabajo.

Parece ser que lo que en realidad sucede es que continuamente se están lanzando posibilidades a ese primate con aspiraciones que, a veces, toca el botón adecuado y vive una experiencia de cambio. Y decide ponerse en función de aquel Plan Universal que llegó a entrever.

---

[24] Marisa Gabaldón. Comunicación entre espacios. www.parquetoledo.org – 2013 (Capítulo "Trabajo empírico con la comunicación de espacios" - Pags. 24 y 25 *"….Caigo en cuenta de que, salvo en ocasiones, que son las que han motivado este estudio, la mirada que prima, la mirada mecánica, es una mirada ego-céntrica donde el "yo" se coloca en el centro de la situación que me rodea y lo que observo se emplaza alrededor mío. Todo se adapta a esa mirada, todo lo que alcanza esa mirada se constituye en función de ese "yo" que ocupa el centro…….Esta ampliación de la mirada, solo es posible desde un emplazamiento incluyente (que comunica espacios) y no excluyente. Solo superando esas trabas que uno mismo se impone al excluir enfoques, es que podemos ampliar nuestra "perspectiva"……..."*

EL DESPERTAR A UN NUEVO NIVEL DE CONCIENCIA

Uno tratará en su trabajo de Ascesis de profundizar en esas experiencias que ha atisbado, de volver a esos espacios profundos que ha rozado, de avanzar en ese nuevo nivel de conciencia.

Uno llegará a ser ese humilde peregrino [25] que decide entregarse al maravilloso Sentido y, paradójicamente, ese desapego del "yo" lo vivirá como la mayor liberación.

Allí todo tiene dirección. Hay un Sentido y está presente en todas las cosas.

Y, entonces, el humilde peregrino regresará a su gente con la frente y las manos luminosas; asumirá una Misión y volverá al mundo para llevar luz y contribuir a que se acelere el Destino evolutivo de los seres humanos.

[25] Imagen inspirada en los últimos parágrafos de la Experiencia Guiada "El viaje":
"Por último, el camino y yo, humilde peregrino que regresa a su gente.
Yo, que vuelvo luminoso a las horas, al día rutinario, al dolor del hombre, a su simple alegría´.
Yo, que doy de mis manos lo que puedo, que recibo la ofensa y el saludo fraterno, canto al corazón que del abismo oscuro renace a la luz del ansiado Sentido."
Silo. Experiencias Guiadas. Barcelona-Plaza y Janés Editores-1989 (Capítulo XI "El viaje", pág. 62).

CONCLUSIONES

Los despertares son hitos significativos dentro de nuestro proceso evolutivo. Son momentos de salto, de opción. Opción entre condiciones. Momentos enhebrados en el encadenamiento pero no inmovilizados.

Estamos encadenados a un cuerpo, soporte necesario para la vida que, elevándose sobre sí misma, da origen a la conciencia.

Encadenados a la conciencia, encerrada en una forma mental pero abierta al mundo, con el que, en realidad, forma una única estructura, en mutua y permanente trasformación.

Si una frustración de los deseos nos permitió resolvernos hacia la vigilia, será la rebelión frente al sufrimiento y la muerte la que nos conducirá a la caída en cuenta de un fracaso existencial y la búsqueda de un cambio en la propia vida. Comenzaremos a atender los determinismos en nuestra conciencia y con ese cambio de mirada empezaremos a ser conscientes de nosotros mismos.

Guiados por nuestro Propósito, iremos elevando y purificando nuestros deseos hasta poder llegar a identificarlos con nuestro sufrimiento. En ocasiones nuestra conciencia se tornará inspirada y veremos otra realidad. Nuestra mirada empezará a dejar de ser mecánica consecuencia de nuestro paisaje de formación.

Estamos encadenados a una mirada pero esta es capaz de volverse sobre sí y, trascendiéndose, llegar a aquello que la origina; el sí mismo, la mente, lo no encadenado.

Sagrada paradoja: encadenados a las leyes de un camino que va hacia la liberación.

Y también hacia la entrega, el Sentido y los seres humanos.

Y allí están los despertares, jalonando nuestro viaje. Momentos en los que nos vamos develando nosotros mismos y nuestro camino. Porque todo eso somos a un tiempo: caminante, camino y Sentido.

BIBLIOGRAFÍA

- Dario Ergas. Investigación sobre la conciencia moral. www.parquepuntadevacas.org – 2010

- Fernando Reinoso. Neurobiología del sueño. Pamplona-Revista Médica Univ. de Navarra, vol. 49, nº 1-2005

- Jano Arrechea. El campo de copresencia en la estructura conciencia-mundo. www.parquelareja.org - 2010

- José Ortega y Gasset. Meditaciones del Quijote. Madrid-Residencia de Estudiantes-1914

- Las Cuatro Disciplinas. www.parquepuntadevacas.org – 2010

- Marisa Gabaldón. Comunicación entre espacios. www.parquetoledo.org – 2013

- Maxi Elegido. El Estilo de Vida. www.parquepuntadevacas.org – 2011

- Pía Figueroa. Investigación Sueños. www.parquepuntadevacas.org – 2008

- Richard Evans y Albert Hofmann. Plantas de los Dioses. México-Fondo de Cultura Económica-1982

- Rosa Mera. Ampliación del Espacio. www.parquetoledo.org – 2013

- Silo. Apuntes de Sicología. Madrid-Parque de Estudio y Reflexión de Toledo-2010

- Silo. Comentarios de Silo desde Punta de Vacas, “La Experiencia”. www.parquepuntadevacas.org - 2008

- Silo. El Mensaje de Silo. Madrid-Editorial EDAF-2008

- Silo. Experiencias Guiadas. Barcelona-Plaza y Janés Editores-1989

- Silo. Humanizar la Tierra. Barcelona-Plaza y Janés Editores-1989

- Silo. Mitos Raíces Universales. Madrid-Antares Ediciones-1992

- Silo. Obras Completas (vol. I y II). Madrid-Oscar Elegido-1999 y 2002