

Sobre

La Inestabilidad

Un relato de experiencia

Leandro T. Vidal

leandrotvb@gmail.com

Parques de Estudio y Reflexión –Toledo

Julio 2020

*A todos los que nos precedieron que,
desde los orígenes de los tiempos,
han ido sucesivamente mostrando
camino de experiencia,
traducidos al lenguaje de su época,
trabajando para elevar la conciencia humana.*

Introducción

- Definición.-

La palabra “inestable” en su etimología está compuesta del prefijo “in” privación o negación, acompañada del adjetivo “estable”, del latín “stabilis”. La definición de inestable hace referencia a, *“la incapacidad de un objeto o situación de mantenerse, en el tiempo, sin mutación, en un mismo lugar, estado o calidad”*.

Este término se aplica como característica a numerosos fenómenos de diversos campos, ya sean estos físicos, sociales, económicos, políticos, etc..., normalmente, como algo negativo, haciendo referencia a algo que se sale fuera de lo normal. Siendo lo normal, desde esa perspectiva, la estabilidad.

Resulta curioso que la inestabilidad sólo pueda definirse por su contrario, como si ambas formaran parte de una sola estructura.

- Porqué “Inestabilidad”.-

Porque define mejor que otros términos el registro interno del relato y, para mí, el sentido del término queda expresado en el siguiente párrafo de “*Apuntes de Psicología*” (Silo) :

“...Los seres vivos tienen necesidades que van a satisfacer en su medio ambiente. Esta situación ... se da en continuo movimiento y cambio. La relación es inestable y desequilibrada, provocando en el organismo respuestas que tienden a compensar ese desequilibrio y así poder mantener la estructura, que de otro modo desaparecería bruscamente. ... La adaptación al cambio externo implica también un cambio interno en el organismo para su supervivencia. ... Esta tarea de compensar al medio externo, y también a las carencias internas, se va a comprender como adaptación (y específicamente como adaptación creciente), como única manera de permanecer en la dinámica de la inestabilidad en movimiento.

EL RELATO

Introducción.-

A veces he recibido, como todos, regalos desde la profundidad del espacio interno que me han dejado calmo, liviano y lúcido. Algunos de ellos han quedado en mi memoria como recuerdos intensos, pero aislados, porque no he sabido cómo interpretar lo que sucedió, ni cómo relacionarlo con la vida cotidiana.

Han sido, en algunas ocasiones, regalos interesantes, pero, sin manual de instrucciones. Son las semillas de una siembra que espera las condiciones para surgir.

Al rastrear en memoria algunas experiencias relacionadas con el registro de inestabilidad me encontré con variadas situaciones donde la tensión generada por la necesidad de acercarse a un futuro querido te ofrece la opción de cambiar la situación anterior. Finalmente, me he decidido sólo por este relato por su significado personal.

El ambiente. -

Para todos aquellos que venimos participando largo tiempo en el Movimiento, los cambios en su orgánica que ocurrieron en el año 2008 supusieron un giro de ciento ochenta grados con respecto a toda la etapa anterior. Era la desaparición de una “forma” de relación y de acción, incorporada por muchos que veníamos de etapas anteriores. Esa “forma” era una referencia vital.

La ruptura de esa “forma” por la misma persona que la había puesto en marcha, Silo, me dejó perplejo. Siempre había imaginado que esa “forma” sería permanente en el tiempo, no podía ni imaginar su desaparición, hasta que sucedió. La relación con aquel futuro imaginado quedó en la incertidumbre. Pero Silo estaba ahí.

Al poco tiempo, se inicia el trabajo con las Disciplinas. Esto suponía que, si eras admitido en un Disciplina, un Maestro se ocuparía de guiarte en tu proceso disciplinario.

Pero en breve tiempo, de nuevo, nuestro mundo vuelve a cambiar. Silo vuelve a sorprender y a desestabilizar. Genera una nueva “forma” para el trabajo con las Disciplinas, donde desaparece la estructura Maestro-Discípulo/s. Así, durante un tiempo fijado, trabajaríamos individualmente en cada uno de los pasos y, simultáneamente, a través del intercambio, iríamos sintetizando la experiencia de los mismos a lo largo de los diferentes pasos de la disciplina hasta finalizarla.

Cuando supe cómo era el procedimiento lo primero que me surgió fue la desconfianza. No lo creía posible. Pero he ahí que, como muchas otras veces, Silo había acertado en su diseño, y fue posible. Una nueva “forma” precisa y pautaada nos había llevado a nuevos espacios de los que no teníamos conciencia.

Una vez finalizada la Disciplina, esa incertidumbre sobre el futuro permanecía en mí. Pero Silo seguía estando ahí.

Fue por poco tiempo, en septiembre de 2010 partió.

La experiencia.-

Poco tiempo después, en Parque Toledo, como en otros muchos parques, hicimos una ceremonia en la que se esparcieron una parte de las cenizas de Silo en la pequeña colina que hay jun-

to al monolito. Lugar en el que ya se habían esparcido, unos meses antes, las cenizas de una amiga muy querida.

Allí nos situamos, en una suerte de círculo, para realizar la ceremonia, unos arriba junto al monolito y otros estábamos de pie sobre la pendiente. Un lugar no especialmente cómodo para realizarla, aunque eso era lo que menos nos importaba.

En algún momento, durante la celebración de la ceremonia me surge la representación de estar colocado en el interior de una esfera transparente, suspendido hacia la mitad de la misma, y a igual distancia de los límites, sin alcanzar a tocarlos. La sensación del cuerpo, que daba su señal, había quedado como muy lejano. Tenía, en ese lugar, la sensación de estar bien, liviano, sin temor, aún sin tener apoyo en ningún lugar y con un registro de paz y de estar muy adentro de mi. Conforme fue acabando la ceremonia fui retomando los registros corporales y entrando en el espacio cotidiano.

Esta experiencia me dejó muy calmo. La comenté con algunos amigos pero yo no sabía cómo interpretar eso que me había sucedido, ni cómo relacionarlo con mi vida cotidiana, era un nuevo regalo sin manual de instrucciones. Así que, como con algunas experiencias no habituales, la dejé en “epojé”, sin saber qué hacer con ella.

Pero “eso” siguió operando. Mi forma de “pensar” sobre algunas situaciones que antes eran realidades incuestionables, en base a creencias incorporadas a lo largo de mi vida, empezaron a desplazarse lentamente como la deriva de los continentes sobre el magma terráqueo.

A modo de ejemplo, recuerdo que a raíz de un video sobre la formación del actual continente europeo me empezaron a sorprender los increíbles cambios que se habían dado a lo largo de los tiempos para configurar el estado actual. Lugares que estando bajo el mar, emergían de los fondos marinos para luego ser poblados por los grandes animales prehistóricos y que ahora se habían convertido en macro-ciudades abarrotadas de seres humanos. Valles frondosos de vegetación que, tras algún cataclismo local, se convertirían mucho más tarde en yacimientos de carbón y fuente de abundancia energética para algunos países. Comenzó a sorprenderme la enorme movilidad, aunque fueran largos periodos de tiempo, de aquello que hasta ese momento me había representado como prácticamente fijo.

También me maravilló que nuestro planeta estuviera “vivo”. El único planeta de nuestro sistema solar que albergaba vida, gracias a que su núcleo estaba formado por un magma férrico, que gracias a su movimiento, generaba un campo magnético que protegía a la Tierra, y a los seres vivos, de los potentes y peligrosos rayos solares, muy al contrario de lo que sucedía en los otros planetas de nuestro sistema solar, donde este núcleo estaba inerte, “muerto”.

En ese momento, me sorprendió, también, la noticia del descubrimiento de seres humanos en Sudáfrica de una antigüedad de dos millones de años. Seres bípedos un millón de años anteriores al inicio de la conservación del fuego. Seres que, posiblemente, ya soñaban en las oscuras y frías noches de la sabana africana con poseer ese ser que los cielos entregaban de forma abrupta a los hombres, que producía luz y calor, y que posiblemente se materializara, en los primeros intentos de acercamiento al fuego, con el necesario aprendizaje de generaciones que eso conllevaría.

Todas estas anécdotas, para relatar un movimiento interno que va desde una representación interna fija, no cuestionada, hasta entrever una dinámica vital en movimiento continuo.

Viajando desde un mundo inflexible donde se pretende anclar en el tiempo aquello que me gusta, que me interesa, y desterrar aquello que me va mal, o no me gusta, a veces casi a cualquier precio. Viajando desde un mundo estático y rígido hacia otra representación donde empiezas a percibir un movimiento continuo que subyace en la naturaleza y en el ser humano, donde se multiplican las posibilidades, al tiempo que unas finalizan en un momento dado, otras continúan en un largo devenir, que pareciera apuntar hacia un sentido en todo lo existente.

Una alegoría.-

Trataré de crear una alegoría de esta experiencia. Supongamos que la conciencia humana es una figura poliédrica con multitud de caras, algunas de ellas están abiertas y permiten ver a través de una suerte de ventanal en algunas de sus caras un trozo de realidad. Sin embargo, otras como muros cerrados no dejan ver lo que hay más allá de ellas. Si existiera un observador dentro de ese poliedro y mirara por alguna de esas ventanas vería desde cada una de ellas un paisaje diferente, y, es posible, que además tuviera preferencia por mirar más desde unos ventanales que desde otros. También podría decidir llevado por su curiosidad abrir una o más ventanas en algunos de estos muros cerrados.

Algo así podría decir que me ocurrió. En un determinado momento algo sucede que me llama poderosamente la atención, comienzo a abrir un nuevo ventanal y a fijarme, en algo que conociéndolo había soslayado, que todo ha estado, está y estará en permanente cambio. Surge un punto de vista que comienza a ganar progresivamente mi interés. Ese particular punto de vista me hace mirar con curiosidad las situaciones que vivo desde ese nuevo ventanal, desde ese nuevo punto de vista abierto en mi conciencia.

Era como si fotogramas fijos se convirtieran en una película, en algo dinámico, y, adquirieran sentido. Una evolución permanente que partiendo desde la materia inorgánica, supuestamente inerte, pasa por los primeros seres vivos hasta alcanzar finalmente un ser de rasgos simiescos que empieza a tener conciencia de sí mismo y de su entorno.

En todo ello se refleja un fluir vital que desde la noche de los tiempos ha ido manifestándose en todos los seres animados e inanimados, que no es azaroso, que sigue unos principios, en lo externo y en lo interno.

Inestabilidad y Coherencia.-

Ese movimiento continuo, ese fluir de la vida, lo experimentamos también en lo cotidiano. En multitud de ocasiones nos encontramos en situación de elegir nuestra respuesta a situaciones en las que nos vemos envueltos, situaciones que no hemos elegido, o que, habiéndolas elegido, no producen el resultado que esperábamos. Algunas de ellas podemos redirigirlas de nuevo, sin embargo, otras son irremediabilmente irreconducibles.

¿Qué hago en esas situaciones? ¿Con afán de conseguir lo que quiero, me rigidizo y me violento para conseguir, o, no perder, ese objeto deseado? En muchas ocasiones esa ha sido mi respuesta, en una batalla pérdida de antemano, para conseguir que la situación sea según mis deseos, disipando energía en una lucha en la que me genero sufrimiento a mí mismo y a otros. Pero si, además, de no resultar las cosas como las había planeado me mantengo en la postura, interrumpo ese fluir que me conecta a la vida. Y, en el caso más extremo me “fossilizo” quedando toda mi energía vital atrapada en mantener situaciones en un bucle atemporal.

Ahora bien, si acepto la situación que estoy viviendo con la mirada puesta en el aprendizaje, avanzo en coherencia e integración personal, en energía disponible para nuevas encrucijadas (*“Si alguien cree que su vida tiene un sentido y que todo lo que le sucede sirve a su aprendizaje y perfeccionamiento en esa dirección, los problemas que le aparezcan no tenderán a ser eludidos compensatoriamente, sino que los asumirá descubriendo también en ellos alguna utilidad.”*).

Al menos dos principios de acción válida nos orientan hacia una respuesta integradora: a) *“Ir contra la evolución de las cosas, es ir contra uno mismo”*, y b) *“Si para ti están bien el*

día y la noche, el verano y el invierno, has superado las contradicciones” .

Sintetizando.-

Es la inestabilidad, sea cual sea su causa, la condición necesaria, pero no suficiente para el cambio. Cuando se nos resquebrajan determinadas creencias a las que estamos apegados, o más bien, cuando aflojamos o soltamos las ataduras a determinadas creencias nos encontramos con una libertad de movimiento que antes no teníamos, pudiendo, si así lo decidimos, dejar atrás esa pesada mochila que nos retenía y avanzar más livianamente.

Un día al levantarme, me dije: “hoy, otra vez más de lo mismo”. Quizá ese día estaba un poco más lúcido y me di cuenta de que con esa creencia, mantenida a largo del tiempo y traducida en imágenes, estaba construyendo mi día, en ese mismo instante, cerrándome con esa mirada, con ese aforismo, la posibilidad de percibir o crear algo distinto, algo vivo, colorido.

Numerosas creencias incorporadas a lo largo de la vida actúan en mí sin tener conciencia de ellas. He construido “mi mundo” en base a mis creencias respecto a los demás, respecto a mí mismo, a lo que es y a lo que será, de nada me puedo quejar. Le he atribuido a otros y al “mundo” intenciones y miradas, que aún coincidiendo, sólo están en mí y, en función de la dirección que imprima a mis pensamientos, producto de mis creencias, construyo mi mundo. El resultado es mi situación actual.

En síntesis, sin conciencia de cómo se infiltran esas creencias en la “creación de mi mundo” no es posible el cambio. Por hacer una comparación, sería algo así como querer explorar en una cueva profunda con una antorcha apagada.

Bienvenidas las dificultades y las crisis porque ellas nos pueden hacer cambiar y abrir nuevas ventanas para llegar a nuevas realidades.

ANEXO

(ALGUNAS NOTAS)

Cuando el hombre nace es suave y flexible.

Cuando el hombre muere se vuelve duro y rígido.

*Las plantas y los árboles nacen delicados y tiernos
pero al morir se vuelven secos y ásperos.*

***Por eso lo duro y rígido son símbolos de la muerte;
lo suave y flexible son símbolos de la vida...***

"Tao Te Ching", Lao Tzé, párrafo 76

I.- SILO, Recopilación de referencias sobre la “Inestabilidad”

- “La acción puntual de un individuo aislado no tiene sentido en un sistema estable. Esto es Einsteniano (...en un sistema estable ningún sistema evidencia su movimiento). Cuando se dice esto parece que no se hubiera estudiado el planteo general que estamos haciendo: nada en este momento es estable. Hay grandes mutaciones en el sistema (en sus estructuras legales, jurídicas, económicas, etc.) y en la cabeza de la gente. Es como si el sistema estuviera en estado gaseoso. **En un sistema estable nada se puede hacer, pero es distinto en situación de inestabilidad.**”.
(Mendoza, 12 de Junio de 1993 . Apuntes conversación ..).
- “ La adaptación al cambio externo implica también un cambio interno en el organismo para su supervivencia.”, ya citado (*Apuntes de Psicología , Silo, Psicología I*).
- “... Como todos los animales, las homínidas también padecieron un temor cervical hacia el fuego. Eso es lo meritorio y lo interesante. No fueron a dar un paseíto. Fueron con un terror sacro al fuego. Eso es lo interesante. Hay que ponerse en la cabeza de esos peludos, con una tremenda quijada, petizos, con una cabecita con la capacidad cúbica de una naranja. Imagínate esos antropoides, en contra de ese temor... Sinantropus, Cromagnones, Homo Sapiens, todos acercándose al fuego. ¡Qué familia! Cómo será el circuito mental en el que uno se opone a lo que dicta el reflejo incondicionado. Como es esto. **Su curiosidad se opone a los instintos. Es lo mismo que va a pasar después con la respuesta diferida.** Llega un estímulo y el sujeto no responde. Responde después. La respuesta diferida es propia de este homínido. Así como la oposición a su instinto de conservación y su opción de investigación frente al peligro. **Todas estas cosas están fuera del orden natural de los seres vivos.** Pero ninguno de esos (especies) hace ese experimento de ir hacia el fuego. Conservar y luego producir. ...Entonces, su aprendizaje no ocurre a nivel genético. Es a través de la escritura, a través de la gestic, a través de gestos de todo tipo, el gesto de la mano, el gesto de la actitud corporal, el gesto del rostro, y el gesto del aparato de fonación que es el sonido. Y estos van acumulando y perfeccionando. Es un tema de armado de circuito. Es un armado distinto. La cucaracha tiene 50 millones de años, 47 millones de años más que los homínidas. Y la cucaracha es la misma: sólida, estable, no se modifica. Ahí está, perfectamente adaptada. **El homínido es un desadaptado. Esa inestabilidad produce cosas interesantes. No es estable. No es de ninguna manera adaptado a todos los medios. Tiene que transformar el medio para adaptarse.** Tiene que ponerse pellejos de otros animales para combatir el frío. Porque no se adapta. Es un inadaptado. Exactamente. No, estos son inadaptados, son antisistema, inestables. Creadores de nuevas formas. Antinaturales. No obedecen los dictámenes establecidos por la Naturaleza.”(Charla de “La Piedra”.- 19 de Noviembre de 2003. Santiago, Chile).
- “**En el pensamiento alquímico la idea básica es la idea de "inestabilidad".** Algo se puede hacer con una materia a la cual se le ha dado inestabilidad. **No hay transformación posible si no colocamos a esa materia en estado de variabilidad, de inestabilidad.** De manera que, dado un cristal, dado un metal, dado una sal, dado lo que sea, nada podemos hacer con eso si no le creamos situación inestable. Así que

parece que todo el trabajo alquímico se estuviera refiriendo a técnicas adecuadas para crear inestabilidad en la fijeza”.

- Para eso se usan sistemas muy complicados. Incluso, desde situaciones muy inestables se les va dando estabilidad y una vez estabilizado se los desestabiliza nuevamente y así siguiendo..... Y la desestabilizamos **para provocar esos fenómenos que ellos llaman "transmutativos", esos son fenómenos de cambio cualitativo."** (Charla sobre transformaciones de impulsos, transferencias. Corfú, 6 septiembre de 1975)
- **“Sostenemos que para que haya cambios tiene que haber inestabilidad.** De eso se trata, para bien o para mal, no hay cambios en las situaciones estáticas; en las sociedades permanentes no hay cambios. **Las instituciones están armadas para evitar la inestabilidad. Hablamos de desestabilización en el propio cuerpo vinculada a cambios en los objetos materiales con los que trabajamos.”** (Las cuatro Disciplinas).

No queda lugar a la duda, al leer estas citas, dentro del pensamiento de Silo, que “la inestabilidad” (como momento dentro de un proceso) es una condición necesaria para el cambio evolutivo.

Podemos relacionar la “inestabilidad” (y su contraria, la “estabilidad”) con moradas y caminos que se describen en “Los Estados Internos” (Capítulo XIX, del Libro del Mensaje de Silo) :

5. *Supongo que, ascendiendo desde el reino de la muerte y por tu consciente arrepentimiento, has arribado ya a la **“morada de la tendencia”**. Dos delgadas cornisas sostienen tu morada: la conservación y la frustración. **La conservación es falsa e inestable. Caminando por ella te ilusionas con la idea de permanencia, pero en realidad descienes velozmente. Si tomas el camino de la frustración tu subida es penosa, aunque única-no-falsa.***
6. *De fracaso en fracaso puedes llegar al próximo descanso al que se llama **“morada del desvío”**. ...*
7. *Pero tú que has ascendido con resolución te encuentras ahora en la posada conocida como **“generación”**. Allí tienes tres puertas: una se llama “Caída”, otra “Intento” y la tercera “Degradación”. ...*
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, que lleva por nombre: “espacio-abierto-de-la-energía”.*

Nos encontramos con la “Inestabilidad” en, al menos, dos estados de la guía del camino interno, uno ligado al camino de descenso (“**la conservación**”) en el que **“te ilusionas con la idea de permanencia”**, sobre el que alertan muchas corrientes de pensamiento, y, otro camino ligado al ascenso que nos conduce al **“espacio-abierto-de-la-energía”**. Es el “fracaso”, esa ruptura de creencias que nos mantienen encadenados a situaciones sufrientes, la que nos abre el camino hacia otros estados. Esa “inestabilidad” que puede llevar al “fracaso” es claramente definida como **“..... penosa, aunque única-no-falsa”**.

El medio social en que vivimos y nuestro propio paisaje de formación dificultan el camino del ascenso. El avance requiere esfuerzo, entrar en territorios en los que solo intencionalmente podemos entrar, y que nos espantan. No entramos “naturalmente”, rehuimos entrar, como el fuego hacía huir a nuestros ancestros, y, sin embargo, era vital para su supervivencia. A pesar del temor avanzaron e iluminaron la noche y su propia conciencia.

Para finalizar este apartado, dos citas referidas al trabajo sobre la “atención” como energía necesaria para poder traspasar el muro de la mecanicidad de la vida cotidiana:

“Cuando te haces consciente de ti mismo es porque estás trabajando sobre ti mismo, pero no porque hagas ese estudio, con saber eso, y no ponerlo en práctica, no pasa nada. Es con el trabajo sobre sí mismo donde se produce el fenómeno de cambio. Pero cuando hablamos del trabajo sobre sí mismo, hablamos del trabajo de división atencional, recuerdo de sí, de la atención dirigida o como quieran llamarlo, del Trabajo pero no del estudio....”. (Lo que modifica y transforma. Silo 1975).

Y, en la **“Mirada Interna”** (Anónima), al hablar de la Fuerza, se dice: **“..... agregaré que el no olvidarse del cuerpo, o de sí mismo en la vida cotidiana, puede lograrse progresivamente si la atención al cuerpo es reforzada con esta imagen interna que acabo de mencionarte o por lo menos, con la sensación de existencia de la fuerza en uno mismo.”**

“.....puedo recomendarte ahora que luego del gran pasaje **conserves en ti la sensación física de carga y te mantengas en presencia de la Fuerza en tus actividades cotidianas**. Puedes, para esto, **usar el recurso de no olvidar tu cuerpo al par que te ocupas de otras cosas**. Esta suerte de atención¹ dividida, consolida poco a poco ese nuevo nivel mental que conocemos como **“conciencia de sí”** o estado de verdadero despertar. Por extraño que te resulte aquello de “no olvidar tu cuerpo”, **debes comprender que, en el estado corriente de vigilia, sucede lo contrario. Al olvidar el cuerpo se olvida también el propio “yo” y, por tanto, uno se olvida de sí mismo, siendo influenciado por los ensueños, los fantaseos y la acción hipnótica del mundo que rodea**. Así, merced al olvido de sí misma, la gente es fácil presa de opiniones no demostradas, de creencias, de pareceres, de criterios de autoridad y prestigio y en general, de toda acción propagandística e irracional.

No te sugiero aquí que te separes del mundo cotidiano, sino todo lo contrario, actúa en él sin temor, ni encerramiento, pero no te olvides de ti mismo.” (Cap. XVI Transferencia de la Fuerza).

¹ **Darse cuenta de que uno existe, de que está vivo.**

Ser consciente de sí mismo es una cosa muy inspiradora... ¡Darte cuenta de que existes!, poner atención..., dirigir la atención..., es un avance. Pero eso no da crédito, no da dinero, ¿de qué sirve...? Se está en lo externo, se está ensoñando. Ser consciente de uno mismo es una cosa inspiradora (es una puerta que se abre), darme cuenta de que existo, ¡¡de mí mismo...!!

Invertir en eso es lo que más reditúa. Es la mayor inversión en bolsa... caer en cuenta... tomar conciencia de sí. Si le sumas a eso acciones que trascienden lo personal, si, además, lo acompañas de trabajos energéticos... esa es una tecnología de punta.....Para que te pueda oír el otro hay que aprovechar recodos en el camino porque si no, no puede escucharte, tiene que fracasar, pararse... (“Bienaventurados los fracasados...”). Algunos Conceptos Silo (24 Junio 2003).

II.- Algunos textos referidos a “La Inestabilidad ” de otras tradiciones

1) Heráclito: “ Nada es permanente, excepto el cambio”

Heráclito nació y vivió en Éfeso hacia finales del siglo VI y principios del s.V, a.n.e. Miembro de una familia aristocrática, renunció a todos sus bienes para retirarse a vivir en soledad. Sólo se conservan algunos fragmentos de su obra en forma de aforismos, un estilo que no guarda parecido con ninguno de los estilos empleados por otros filósofos griegos.

Es el filósofo que patrocina la idea del cambio permanente, todo fluye, nada permanece igual (**“todo cambia nada es”**), lo que queda reflejado en sus aforismos: *“Nadie se baña en el río dos veces porque todo cambia en el río y en el que se baña”*. Este podría ser considerado como el punto de partida de su filosofía. En esto continúa la tradición de sus predecesores los milesios.

Heráclito nos dice, también, que la estabilidad de las cosas parte de la oposición permanente de los contrarios, pero sostiene que estos no se contradicen, sino que forman una unidad. El motor de este cambio, es justamente la lucha entre contrarios, concluyendo que la realidad se muestra como un devenir dialéctico, es decir, avanza y se transforma. Veamos algunos de sus aforismos: *“Como una misma cosa está entre nosotros lo viviente y lo muerto, así como lo despierto y lo dormido, lo joven y lo viejo; pues estos, al cambiar, son aquellos, y aquellos, al cambiar, son éstos”*. *“La enfermedad hace agradable y buena la salud, el hambre a la hartura y el cansancio hace agradable y bueno al reposo”*, interpretando la visión humana en el sentido: *“Para Dios todo es hermoso, bueno y justo. Los hombres han concebido lo justo y lo injusto”*.

El error de interpretación de la conciencia lo basa en los sentidos para explicarnos que nada es inmutable y todo es movimiento. Los sentidos nos engañan, al presentarnos a los seres como hijos y estables. En realidad, el ser está en movimiento incesante y no hay nada constante. Los que confían en los sentidos, por tanto, están como “dormidos”. Pues *“aún aquel que tiene las opiniones más perfectas, conoce y posee sólo opiniones”*. *Los hombres despiertos no tienen más que un mundo, pero los hombres dormidos tienen cada uno su mundo”*

En cualquier caso, los sentidos son necesarios para acceder a la sabiduría. Aunque el testimonio de éstos ha de ser sometido siempre a la razón.

¿ Hay algo que permanezca inmutable, algo que sobreviva al constante devenir, al constante cambio? Según Heráclito, eso es el Logos: *“Tras haber oído al Logos y no a mí, es sabio convenir en que todas las cosas son una”*. El Logos no es por tanto la razón humana, sino que es la ley que gobierna todo el universo: *“Este cosmos no lo hizo ningún dios ni ningún hombre, sino que siempre fue, es y será fuego eterno, que se enciende según medida y se extingue según medida.”* Probablemente Heráclito con los conceptos de "Logos" y "Fuego" se refería a lo mismo y empleaba uno u otro concepto dependiendo del contexto."

Cuando Heráclito llega a la idea del continuo devenir, lo que pretende prioritariamente es configurar la acción humana; y cuando propone el Logos como gobernador de ese cambio permanente, lo hace considerándolo sobre todo como ley que regula el actuar humano. En este sentido se expresa: *“El comprender es la suprema perfección, y la verdadera sabiduría hablar y obrar según la naturaleza, estando atentos”*, *“No sería mejor para los hombres que sucediera lo que desean.”*

Heráclito es el primer presocrático en el que podemos leer bastantes fragmentos que tienen como tema central el alma. Para Heráclito el alma posee la misma naturaleza que los astros y se encuentra esparcida por todo el cuerpo. El alma es esencialmente fuego (Logos).

“El alma se tiñe del color de sus pensamientos. Piensa sólo en aquellas cosas que están en línea con tus principios y que puedan ver la luz del día. El contenido de tu carácter lo eliges tú. Día a día, lo que eliges, lo que piensas, y lo que haces, es en lo que te conviertes. Tu integridad es tu destino... es la luz que guía tu camino”.

“No encontrarás los confines del alma ni aun recorriendo todos los caminos; tal es su profundidad “.

2) Lao Tse

El “ Hua Hu Ching”

El “Tao Te Ching” es considerado, en occidente, como el único libro de Lao Tse. Poco se sabe de un libro llamado “Hua Hu Ching” que recopila algunas de sus enseñanzas transmitidas de forma oral .

Fue prohibido en una época de luchas políticas en China y se ordenó que todos los ejemplares fueran quemados. De no ser por la tradición taoísta de transmitir oralmente las sagradas escrituras de maestro a alumno, se hubiera perdido para siempre. (*) “Hua Hua Ching”, BRIAN WALKER, Boulder

Sobre el Tao (párrafo 6):

- *El Tao hace surgir todas las formas, pero él mismo no tiene forma.*
- *Si intentas representar su imagen en tu mente, lo perderás.*
- *Es como clavar una mariposa con un alfiler: se capta la forma, pero se pierde el vuelo.*
- *¿Por qué no contentarse simplemente con vivirlo?*

Se dice (párrafo 21):

- ***Todo momento es frágil y huidizo.***
- ***Por hermosos que sean, no pueden conservarse los momentos del pasado.***
- ***Por gozosos que sean, no pueden guardarse los momentos del presente.***
- ***Por deseables que sean, no pueden atraparse los momentos del futuro.***
- ***Pero la mente se desespera por fijar el río en un lugar: poseída por las ideas del pasado, preocupada por las imágenes del futuro, pasa por alto la simple verdad del momento.***
- ***Quien pueda disolver su mente descubrirá de repente el Tao a sus pies, y tendrá la claridad a mano.***

El ir y venir de la vida, en continuo movimiento (párrafo 34):

- *Todas las cosas del universo van de lo sutil a lo manifiesto y regresan de nuevo.*
- *Tanto si se trata de la forma de una estrella o de una persona, el proceso es el mismo.*
- *Primero, existe la energía sutil.*
- *A continuación, se hace manifiesta y cobra vida. Después de un tiempo, la vida se acaba, pero la energía sutil continúa, bien volviendo al reino sutil, en donde permanece, o uniéndose de nuevo a las cosas manifestadas.*
- *El carácter de tu existencia viene determinado por las energías a las que te conectas.*

- Si te unes a energías toscas, amar a una persona, odiar a un clan, rechazar una experiencia o condescender habitualmente en otra, llevarás una serie de vidas pesadas y encadenadas.

Indicando el camino hacia el Tao (párrafo 42 , 48 y 53):

- Nada es absoluto en la región de los pensamientos ni de las ideologías.
- Si te apoyas mucho tiempo en uno de ellos, este se desmorona.
- Por esta razón, no hay nada más fútil y frustrante que confiar en la mente.
- Para llegar al inmovible, debes hacerte amigo del Tao.
- Para lograrlo, silencia tu pensamiento.
- Deja de analizar, de dividir, de hacer distinciones entre una cosa y otra.
- Ve simplemente lo que eres dentro del universo, y acepta todas las cosas y a todos los seres como parte de tu cuerpo infinito.
- **Cuando te das cuenta de que algo que haces a otro es algo que te haces a ti mismo, has entendido la gran verdad.**

.....

La verdadera comprensión en una persona tiene dos atributos: **Conciencia y acción**. Juntos forman un tai chi natural. **¿Quién puede disfrutar de la iluminación y permanecer indiferente a los sufrimientos del mundo?** Esto no está en armonía con el Camino. Sólo quienes aumentan sus servicios junto con su comprensión pueden ser llamados hombres y mujeres del Tao.

Del “Tao Te Ching”

El cambio (cáp.23):

**“ Una tormenta no dura una mañana.
Una lluvia torrencial no puede durar un día entero.
¿De dónde proceden? Del cielo y la tierra.
Si el cielo y la tierra no pueden hacer que estos cambios duren eternamente.
¡Mucho menos el hombre! ...”.**

3) El Budismo y la Impermanencia

*“Lo que ha nacido morirá,
lo que se ha recogido se dispersará,
lo que se ha acumulado se agotará,
lo que se ha construido se derrumbará
y lo que ha estado en alto descenderá.”*

En el Budismo tanto nuestra realidad interior como la del mundo externo, están siempre en un estado de cambio permanente. La estabilidad, sea en los átomos, en las cordilleras montañosas, o aún en nosotros mismos es una ilusión. Ninguno de nosotros es física, emocional ni mentalmente la misma persona que éramos hace años. Ni siquiera hace, minutos o un solo instante. Todas las

situaciones, todas las entidades, todos nuestros pensamientos y todos nuestros estados de ánimo nacen, generan fuerza, se deterioran y desaparecen.

*“Tres son los rasgos distintivos de las enseñanzas verdaderas del Budismo. Estos tres rasgos se conocen como los **Tres Sellos del Dharma** : ... 1) Impermanencia (Anitya) , 2) Ayoidad (Anatman) y 3) Nirvana , “ y a ellos deberás referirte cuando tengas dudas sobre la autenticidad de una determinada enseñanza” , y , se dice que “ **Las enseñanzas, pues, que no transmiten la verdad de la impermanencia no son auténticamente budistas**”, ...”La impermanencia constituye el núcleo de la vida. Es lo que posibilita la vida. Si rechazas la impermanencia rechazas la vida... Nuestras esperanzas se asientan en la impermanencia.” (Del libro “ Estás aquí: La magia del momento presente” , del monje budista Thich Nhat Hahn , capítulo 6).*

En otro libro del mismo autor (“ El Corazón de las enseñanzas de Buddha”), dice: “ El Primer Sello del Dharma es la impermanencia. Buda enseñó que todo es impermanente**La impermanencia es más que una idea, es una práctica para ayudarnos a percibir la realidad....**”

“ ... Las cosas no pueden permanecer sin cambiar durante dos momentos consecutivos, por lo tanto, no hay nada que puede denominarse un –yo- permanente. Antes de entrar en esta habitación eras diferente, física y mentalmente. Al observar profundamente la impermanencia, percibes la ayoidad, y al observar profundamente la ayoidad, ves la impermanencia. No se puede aceptar una y la otra no, ambas son una misma cosa. “

“ Si practicamos el arte de vivir conscientemente, cuando las cosas cambien no nos arrepentiremos de nada. Podemos sonreír, porque hemos hecho todo lo posible para disfrutar cada momento de nuestra vida y hacer felices a los demás. La enseñanza de la impermanencia nos ayuda apreciar plenamente lo que está ahí, sin apego ni olvido. Al sentir profundamente la impermanencia, sentimos el mundo que está más allá de la permanencia y la impermanencia. Sentimos la esencia del ser y vemos que lo que hemos denominado ser y no-ser son sólo ideas. Nada se pierde para siempre. Nada se gana para siempre. “

También, en el libro “No Ajahn Cha – Reflexiones-”, de Ajahn Chah se dice:

*“Las condiciones existen a partir de los cambios. Usted no puede impedirlo. ... Queremos que las cosas sean permanentes, pero eso no puede ser. Es imposible. “
“Todo discurso que ignora la incertidumbre no es el discurso de un sabio.”*

El carácter ceremonial de la “**construcción del Mandala de arena**” representa, en el budismo tibetano, ese fluir permanente de la vida. Los monjes crean con paciencia y arte el Mandala de arena, al son de sus Mantrams. Cuando finalmente el Mandala está terminado, se procede a su destrucción.

Con esta ceremonia los budistas recuerdan la impermanencia del ciclo de vida al tiempo .

Con esta breve y simple mirada hacia atrás, al preguntarme sobre la “inestabilidad”, me sorprendió ver cómo miles de seres humanos a lo largo del tiempo, con diferentes formas de expresión en función de su cultura, han ido creando una memoria colectiva, una memoria de experiencia, en la que han dejado sus mejores aportes para que futuras generaciones pudieran beneficiarse de ello, dando testimonio de la existencia de una conciencia humana que busca expandirse, dar señal y comprenderse a “sí misma”.