PSICOLOGÍA III

El presente escrito es un resumen realizado por los asistentes a las explicaciones que Silo dio en Las Palmas de Canarias, España, a principios de agosto de 1978.

CATARSIS, TRANSFERENCIAS Y AUTOTRANSFERENCIAS. LA ACCIÓN EN EL MUNDO COMO FORMA TRANSFERENCIAL.

Debemos considerar dos circuitos de impulsos que terminan por dar registro interno. Un circuito corresponde a la percepción, representación, nueva toma de la representación y sensación interna. Y otro circuito nos muestra que de toda acción que lanzo hacia el mundo, tengo también sensación interna. Esa toma de realimentación, es la que nos permite aprender haciendo cosas. Si no hubiera en mí una toma de realimentación de los movimientos que estoy haciendo, jamás podría perfeccionarlos. Yo aprendo a escribir en mi teclado por repetición. Es decir, voy grabando actos entre acierto y error. Pero puedo grabar actos únicamente si los realizo.

Desde mi hacer, tengo registro. Hay un prejuicio grande, que a veces ha invadido el campo de la pedagogía, y es el prejuicio según el cual las cosas se aprenden simplemente por pensarlas. Desde luego, algo se aprende porque también del pensar se tiene recepción del dato. Sin embargo, la mecánica de los centros nos dice que estos se movilizan cuando hacia ellos llegan imágenes, y la movilización de los centros es una sobrecarga que dispara su actividad al mundo. De este disparo de actividad hay una toma de realimentación que va a memoria y va a conciencia por otro lado. Esta toma de realimentación es la que nos permite decir, por ejemplo, "me equivoqué de tecla". Así voy registrando la sensación del acierto y del error, así voy perfeccionando el registro del acierto, y ahí se va fluidificando y automatizando la correcta acción del escribir a máquina, por ejemplo. Estamos hablando de un segundo circuito que me entrega el registro de la acción que produzco.

En otra ocasión¹ vimos las diferencias existentes entre los actos llamados "catárticos" y los actos "transferenciales". Los primeros se referían, básicamente, a las descargas de tensiones. Los segundos permitían trasladar cargas internas, integrar contenidos y ampliar las posibilidades de desarrollo de la energía psíquica. Es bien sabido que allí donde hay "islas" de contenidos mentales, de contenidos que no se comunican entre sí, ocurren dificultades para la conciencia. Si, por ejemplo, se piensa en una dirección, se siente en otra y finalmente se actúa en otra diferente, ocurre un registro de "desencaje", un registro que no es pleno. Parece que únicamente cuando tendemos puentes entre los contenidos internos el funcionamiento psíquico se integra y podemos avanzar unos pasos más.

Conocemos los trabajos transferenciales entre las técnicas de operativa. Movilizando determinadas imágenes y haciendo recorridos con dichas imágenes hasta los puntos de resistencia, podemos vencer a estas últimas. Al vencer esas resistencias provocamos distensiones y transferimos las cargas a nuevos contenidos. Esas cargas transferidas (trabajadas en elaboraciones post-transferenciales), permiten a un sujeto integrar algunas regiones de su paisaje interno, de su mundo interno. Conocemos esas técnicas transferenciales y otras

como las autotransferenciales, en las que no se requiere la acción de un guía externo, sino que internamente uno mismo se puede ir guiando con determinadas imágenes anteriormente codificadas.

Sabemos que la acción, y no sólo el trabajo de las imágenes que hemos venido mencionando, puede operar fenómenos transferenciales y fenómenos autotransferenciales. No será lo mismo un tipo de acción que otra. Habrá acciones que permitan integrar contenidos internos y habrá acciones tremendamente desintegradoras. Determinadas acciones producen tal carga de pesar, tal arrepentimiento y división interna, tal profundo desasosiego, que jamás se quisiera volver a repetir. Y no obstante ya han quedado, tales acciones, fuertemente adheridas al pasado. Aunque no se volviera en el futuro a repetir tal acción, aquella seguiría presionando desde el pasado sin resolverse, sin permitir que la conciencia traslade, transfiera, integre sus contenidos y permita al sujeto esa sensación de crecimiento interno tan estimulante y liberadora.

Está claro que no es indiferente la acción que se realiza en el mundo. Hay acciones de las que se tiene registro de unidad y acciones que dan registro de desintegración. Si se estudia esto de la acción en el mundo, a la luz de lo que sabemos sobre los procedimientos catárticos y transferenciales, quedará mucho más claro el tema de la integración y desarrollo de los contenidos de conciencia. Ya volveremos sobre esto, luego de dar un vistazo al esquema general de nuestra psicología.

ESQUEMA DEL TRABAJO INTEGRADO DEL PSIQUISMO.

Nosotros *presentamos al psiquismo humano como una suerte de circuito integrado de aparatos y de impulsos* en donde algunos aparatos, llamados “sentidos externos”, son los receptores de los impulsos del mundo externo. También hay aparatos que reciben impulsos del mundo interno, del intracuerpo, a los que llamamos “sentidos internos”. Estos sentidos internos, muy numerosos, son para nosotros de gran importancia y debemos destacar que han sido muy descuidados por la psicología ingenua. También observamos que hay otros aparatos, como los de memoria, que toman toda señal que llega desde el exterior o desde el interior del sujeto. Hay otros aparatos que son los que regulan los niveles de conciencia y, por último, aparatos de respuesta. Todos estos aparatos en su trabajo van utilizando la dirección, a veces, de un sistema central al que llamamos “conciencia”. Conciencia relaciona y coordina el funcionamiento de los aparatos pero puede hacerlo merced a un sistema de impulsos. Los impulsos vienen y van de un aparato a otro. Impulsos que recorren el circuito a enormes velocidades, impulsos que se traducen, se deforman, se transforman, y en cada caso van dando lugar a producciones altamente diferenciadas de fenómenos de conciencia.

Los sentidos, que están continuamente tomando muestras de lo que sucede en el medio externo e interno, están siempre en actividad. No hay sentido que esté quieto. Aún cuando una persona duerme y tiene los párpados cerrados, el

ojo está tomando muestras de ese telón oscuro; el oído está recibiendo impulsos del mundo externo y así sucede con los clásicos y escolares cinco sentidos. Pero también los sentidos internos están tomando muestras de lo que va sucediendo en el intracuerpo. Sentidos que toman datos del PH de la sangre, de la alcalinidad, de la salinidad, de la acidez; sentidos que toman datos de la presión arterial, que toman datos del azúcar en sangre, que toman datos de la temperatura. Los termocceptores, barocceptores y otros, continuamente están recibiendo información de lo que sucede en el interior del cuerpo, mientras simultáneamente los sentidos externos también toman información de lo que sucede en el exterior del cuerpo.

Toda señal que van recibiendo los introceptores pasa a memoria y llega a conciencia. Mejor dicho, estas señales del intracuerpo se desdoblán y todo lo que se va tomando de muestra, va llegando simultáneamente a memoria y a conciencia (a los distintos niveles de conciencia que se regulan por la calidad e intensidad de estos impulsos). Hay impulsos muy débiles, subliminales, en el límite de la percepción. Hay impulsos en cambio, que se hacen intolerables porque precisamente llegan al umbral de tolerancia por encima del cual aquellos impulsos pierden la calidad de simples percepciones de un sentido dado para convertirse en una percepción homogénea, venga del sentido que venga, entregando una percepción dolorosa. Existen otros impulsos que deberían llegar a memoria, a conciencia, y sin embargo no llegan porque hubo un corte en un sentido externo o interno. También sucede que otros impulsos no llegan a conciencia, no porque exista un corte en el receptor, sino porque algún fenómeno desafortunado ha producido un bloqueo en algún punto del circuito. Podemos ilustrar algunos casos de ceguera, conocidos como "somatizaciones". Se revisa el ojo, se revisa el nervio óptico, se revisa la localización occipital, etcétera. Todo funciona bien en el circuito y sin embargo el sujeto está ciego y lo está a partir no de un problema orgánico sino de un problema psíquico que se le presentó. Otro sujeto queda mudo, o sordo, y sin embargo todo funciona bien en el circuito en lo que hace a sus conexiones y localizaciones... pero algo bloqueó el recorrido de los impulsos. Lo mismo sucede con los impulsos que provienen del intracuerpo y esto no es tan reconocido pero es de suma importancia porque sucede que existen numerosas "anestiasias", por así llamarlas, de impulsos del intracuerpo. Las más frecuentes son las anestiasias que corresponden a los impulsos del sexo, de modo que es mucha la gente que por algún tipo de problema psíquico no detecta adecuadamente las señales que provienen de ese punto. Al haberse producido un bloqueo y no detectarse esas señales, lo que normalmente debería llegar a conciencia (sea en su campo atencional más notorio, o sea en niveles subliminales), sufre fuertes distorsiones o no llega. Cuando un impulso proveniente de sentidos externos o internos no llega a conciencia, ésta hace un trabajo como si tratara de recomponer esa ausencia "pidiendo prestados" impulsos a memoria, compensando la falta del estímulo que necesitaría para su elaboración. Cuando por alguna falla sensorial externa o interna, o simplemente por bloqueo, algún impulso no llega desde el mundo externo o interno, entonces memoria lanza su tren de impulsos tratando de

compensar. Si esto no sucede, conciencia se encarga de tomar registro de ella misma. Un trabajo extraño que hace la conciencia que es como si una filmadora de video se colocase frente a un espejo y uno ve ahora en pantalla un espejo dentro de un espejo, y así siguiendo, en un proceso multiplicativo de imágenes, donde conciencia reelabora sus propios contenidos, y se tortura tratando de sacar impulsos de donde no hay. Esos fenómenos obsesivos, son un poco la filmadora del video frente a un espejo. Así como conciencia compensa tomando impulsos de otro punto, así también cuando los impulsos del exterior o del intracuerpo son muy fuertes, también conciencia se defiende desconectando al sentido, como si tuviera sus válvulas de seguridad. Por lo demás, sabemos que los sentidos están en continuo movimiento. Cuando uno duerme, por ejemplo, los sentidos correspondientes al ruido externo bajan su umbral. Entonces muchas cosas que serían percibidas en vigilia, al cerrarse el umbral no entran, pero de todos modos se están captando señales. Y normalmente los sentidos están bajando y subiendo su umbral de acuerdo al fondo de ruido que nos está rodeando en ese momento. Claro, este es el normal trabajo de los sentidos, pero cuando las señales son irritativas y los sentidos no pueden eliminar el impulso por baja de umbral, conciencia tiende a desconectar el sentido globalmente. Imaginemos el caso de una persona sometida a sostenidas irritaciones sensoriales externas. Si aumenta el ruido ciudadano, si aumenta la estimulación visual, si aumenta todo ese fárrago de noticias del mundo externo, entonces en esa persona se puede producir una suerte de reacción. El sujeto tiende a desconectar sus sentidos externos y “caerse para adentro”. Empieza a estar a merced de los impulsos del intracuerpo, a desconectar su mundo externo en un proceso de enrarecimiento de la conciencia. Pero la cosa no es tan dramática, se trata de una entrada dentro de sí mismo al intentar eludir el ruido externo. En este caso, el sujeto que deseaba disminuir el ruido sensorial, se va a encontrar nada menos que con la amplificación de los impulsos del intracuerpo, porque así como existe una regulación de límites en cada uno de los sentidos externos e internos, así también el sistema de sentidos internos compensa al sistema de sentidos externos. Podemos decir que, en general, cuando baja el nivel de conciencia (hacia el sueño), los sentidos externos bajan en sus umbrales aumentando el umbral de percepción de los sentidos internos. Inversamente, cuando sube el nivel de conciencia (hacia el despertar), en el sujeto comienza a bajar el umbral de percepción de los sentidos internos y se abre el umbral de percepción externa. Pero ocurre que aún en vigilia, en el ejemplo anterior, los umbrales de sentidos externos pueden reducirse y el sujeto entrar en situación de “fuga” frente a la irritación que le produce el mundo.

Siguiendo con la descripción de los grandes bloques de aparatos. Observamos los trabajos que efectúa la memoria al recibir impulsos. *Memoria siempre toma datos y así se ha formado un substrato básico desde la primera infancia. En base a ese substrato se organizarán todos los datos de memoria que se vayan acumulando.* Parece que son los primeros momentos de la vida los que determinan en gran medida los procesos posteriores. Pero la memoria antigua

va quedando cada vez más alejada de la disponibilidad vigílica de la conciencia. Sobre el substrato se van acumulando los datos más recientes hasta llegar a los datos inmediatos del día. Imaginen ustedes las dificultades que hay en esto de rescatar contenidos de memoria muy antiguos que están en la base de la conciencia. Es difícil llegar hasta allá. Hay que enviar "sondas". Para colmo, esas sondas que se lanzan son a veces rechazadas por resistencias. Entonces, deben utilizarse técnicas bastante complejas para que estas sondas puedan llegar a tomar su muestra de memoria, con la intención de reacomodar esos contenidos que en algunos casos desafortunados estaban mal encajados.

Hay otros aparatos, como los centros, que hacen un trabajo bastante más simple. Los centros trabajan con imágenes. Las imágenes son impulsos que proviniendo de conciencia, se disparan hacia los centros correspondientes y estos centros mueven el cuerpo en dirección al mundo. Ustedes conocen el funcionamiento del centro intelectual, emotivo, motriz, sexual, vegetativo, y saben que para movilizar a cualquiera de ellos será necesario que se disparen imágenes adecuadas. Podría suceder también que la carga, la intensidad del disparo, fuera insuficiente. En tal caso, el centro en cuestión se movería con debilidad. También podría suceder que la carga fuera excesiva y entonces en el centro se provocaría un movimiento desproporcionado. Por otra parte, esos centros que también están en continuo movimiento y que trabajan en estructura, al movilizar cargas hacia el mundo toman energía de los centros contiguos. Una persona tiene algunos problemas que se reflejan en su motricidad intelectual, pero sus problemas son de naturaleza afectiva. Así, las imágenes propias de la motricidad del intelecto están contribuyendo a que se reordenen contenidos, pero no se arregla el problema emotivo por esa reelaboración de imágenes desenfrenadas o por un "rumiar" imágenes fantásticas. Si esa persona, en lugar de abandonarse a sus ensoñaciones se pusiera en pie y empezara a mover el cuerpo trabajando con su motricidad, succionaría las cargas negativas del centro emotivo y la cosa cambiaría. Pero, normalmente, se pretende manejar todos los centros desde el centro intelectual y esto trae numerosos problemas porque a los centros, como hemos estudiado en su momento, se los maneja desde "abajo" (desde donde hay más energía y velocidad) y no desde "arriba" (desde donde se invierte la energía psíquica en tareas intelectuales). En fin, que todos los centros trabajan en estructura, que todos los centros al lanzar su energía hacia el mundo succionan energía de los otros centros. A veces, un centro se sobrecarga y al rebasar su potencial también energiza a los otros centros. Estos rebasamientos no siempre son negativos porque si bien en un tipo de rebasamiento uno se puede encolerizar y desatar acciones reprobales, en otro tipo de rebasamiento uno se puede entusiasmar, se puede alegrar y esa sobrecarga energética del centro emotivo puede terminar distribuida muy positivamente por todos los otros centros. A veces, en cambio, se produce una gran carencia, un gran vacío, una gran succión del centro emotivo. El sujeto empieza a trabajar en negativo con el centro emotivo. En una imagen, es como si en el centro emotivo se hubiera producido un "hoyo negro" que concentra materia, que contrae el espacio y

absorbe todo hacia él. Nuestro sujeto se deprime; sus ideas se oscurecen y también va bajando su potencial motriz e incluso vegetativo. Dramatizando un poco, agregamos que hasta sus defensas vegetativas disminuyen y entonces una cantidad de respuestas que su organismo da normalmente se encuentran ahora atenuadas; su organismo es ahora más proclive a la enfermedad.

Todos los aparatos trabajan con mayor o menor intensidad de acuerdo al nivel de conciencia. Si nuestro sujeto está vigílico, está despierto, pasan cosas muy diferentes a si está durmiendo. Claro que hay muchos estados y niveles intermedios. Hay por allí un nivel intermedio de semisueño que resulta de una mezcla entre la vigilia y el sueño. Hay también diferentes niveles dentro del sueño mismo. No es lo mismo un sueño paradójal, un sueño con imágenes, que un sueño profundo, vegetativo. En este sueño profundo vegetativo la conciencia no toma datos, por lo menos en su campo central; es un sueño que se parece a la muerte, que puede durar bastante tiempo y si uno al despertar no pasó por el sueño paradójal, tiene la sensación de contracción del tiempo. Es como si no hubiese pasado el tiempo porque el tiempo de conciencia es relativo a la existencia de los fenómenos que en ella existen, de modo que no habiendo fenómenos no hay tiempo para la conciencia. En ese sueño donde no hay imágenes las cosas van demasiado rápido. Pero esto no es completamente así, porque cuando uno se acuesta a dormir y duerme unas cuantas horas, lo que ha sucedido en realidad es que ha habido muchos momentos de ciclos. Así ha pasado uno por el sueño paradójal, luego por sueño profundo, luego por el paradójal, luego por el profundo y así siguiendo. Si despertamos al sujeto cuando está en sueño profundo sin imágenes (que podemos comprobar desde afuera gracias al EEG o al MOR), es posible que no recuerde nada de los trenes de imágenes que aparecieron en la etapa de sueño paradójal (en la que se observa desde afuera el movimiento ocular rápido bajo los párpados del durmiente); mientras que si lo despertamos en el momento en que está soñando con imágenes, es posible que recuerde su sueño. Por otra parte, al que despertó le parece que el tiempo se le hubiera acortado porque no recordó todo lo que sucedió en distintos ciclos de sueño profundo. En los niveles bajos de conciencia, como en los niveles de sueño paradójal, es donde los impulsos del intracuerpo trabajan con mayor soltura. Y es donde trabaja también memoria con mucha actividad. Sucede que cuando uno duerme, el circuito se recompone: aprovecha no sólo para eliminar toxinas sino para transferir cargas, cargas de contenidos de conciencia, de cosas que durante el día no se asimilaban bien. El trabajo del sueño es intenso. El cuerpo está quieto, pero hay trabajos intensos de conciencia. Se reordenan contenidos echando para atrás la filmación y nuevamente para adelante, clasificando y ordenando de otro modo los datos perceptuales del día. Durante el día se va acumulando un desorden perceptual muy grande porque los estímulos son variados y discordantes. En el sueño en cambio, se produce un orden muy extraordinario. Se clasifican las cosas de un modo muy correcto. Por supuesto que a nosotros nos da la impresión de que esto es al revés, de que lo que percibimos durante el día es muy ordenado y que

en el sueño hay un gran desorden. En realidad las cosas pueden estar muy bien ordenadas, pero las percepciones que tenemos de las cosas son enormemente fortuitas, son muy aleatorias, mientras que el sueño en su mecánica va reelaborando y colocando los datos en sus "ficheros". El sueño no sólo hace esa tarea extraordinaria sino que, además, trata de recomponer situaciones psíquicas que no se han solucionado. El sueño trata de lanzar cargas de un lado para otro, de producir descargas catárticas porque hay sobretensiones. En el sueño se solucionan muchos problemas de carga, se producen distensiones profundas. Pero también en el sueño se producen fenómenos transferenciales de cargas que se van dispersando de unos contenidos a otros y de estos a terceros en un franco proceso de desplazamiento energético. Muchas veces las personas han experimentado, después de un bello sueño, la sensación de que algo "encajó" bien, como si se hubiera producido una transferencia empírica, como si el sueño hubiera hecho su transferencia. Pero también están los sueños "pesados" y uno se despierta con la sensación de que no está bien digerido un proceso interno. El sueño está haciendo su intento de reelaborar contenidos, pero no lo logra y, entonces, el sujeto sale de ese nivel con una muy mala sensación. Desde luego que el sueño está siempre al servicio de la recomposición del psiquismo.

LA CONCIENCIA Y EL YO.

¿Qué hace la conciencia mientras los distintos aparatos trabajan incansablemente? *La conciencia cuenta con una especie de "director" de sus diversas funciones y actividades que es conocido como el "yo".* Veámoslo así: de algún modo me reconozco a mí mismo y esto es gracias a la memoria. Mi yo se basa en la memoria y en el reconocimiento de ciertos impulsos internos. Tengo noción de mí mismo, porque reconozco algunos de mis impulsos internos que están siempre ligados a un tono afectivo característico. No sólo me reconozco como yo mismo por mi biografía y mis datos de memoria; me reconozco por mi particular forma de sentir, por mi particular forma de comprender. ¿Y si quitáramos los sentidos donde estaría el yo? El yo no es una unidad indivisible sino que resulta de la suma y estructuración de los datos de los sentidos y de los datos de memoria.

Un pensador, hace unos cientos de años, observó que podía pensar sobre su mismo pensamiento. Entonces descubrió una actividad interesante del yo. No se trataba de recordar cosas, ni se trataba de que los sentidos dieran información. Es más: ese señor que advertía ese problema, muy cautelosamente trató de separar los datos de los sentidos y los datos de memoria; trató de hacer una reducción y quedarse con el pensamiento de su pensar y esto tuvo enormes consecuencias para el desarrollo de la filosofía. Pero ahora estamos preocupados por entender el *funcionamiento psicológico del yo*. Nos preguntamos: "¿el yo, entonces, puede funcionar aunque saquemos los datos de la memoria y los datos de los sentidos?". Veamos el punto con cuidado. El conjunto de actos por los

cuales la conciencia se piensa a sí misma depende de registros sensoriales internos, los sentidos internos dan información de lo que sucede en la actividad de la conciencia. Ese registro de la propia identidad de la conciencia está dado por los datos de sentidos y los datos de memoria, más una peculiar configuración que otorgan a la conciencia la ilusión de identidad y permanencia no obstante los continuos cambios que en ella se verifican. *Esa configuración ilusoria de identidad y permanencia es el yo.*

Comentemos algunas pruebas realizadas en cámara de silencio. Alguien se ha colocado allí y ha puesto su cuerpo en inmersión, digamos a unos 36 grados centígrados (es decir, se ha colocado en un baño donde la temperatura del medio es igual a la temperatura de la piel). El recinto está climatizado para lograr que los puntos del cuerpo que emergen estén humedecidos y a la misma temperatura del líquido. Se ha suprimido todo sonido ambiental; todo rastro olfatorio; luminoso, etcétera. El sujeto comienza a flotar en la obscuridad y al poco tiempo empieza a experimentar algunos fenómenos extraordinarios: una mano parece alargarse notablemente y su cuerpo ha perdido límites. Pero algo curioso se produce cuando disminuimos ligeramente la temperatura ambiente del recinto. Cuando disminuimos en un par de grados la temperatura del medio externo respecto de la temperatura del líquido, el sujeto siente que se “sale” por la cabeza y por el pecho. En determinados momentos, el sujeto comienza a experimentar que su yo no está en su cuerpo, sino fuera de él. Y este enrarecimiento extraordinario de la ubicación espacial de su yo es debido, precisamente, a la modificación de los impulsos de la piel en unos puntos precisos (de la cara y del pecho), siendo que el resto de ellos está totalmente indiferenciado. Pero si se vuelve a uniformar la temperatura del líquido con la del recinto, comienzan a ocurrir otros fenómenos. Al faltar datos sensoriales externos, memoria empieza a arrojar trenes de datos compensando esa ausencia, y se pueden empezar a recoger datos muy antiguos de memoria. Lo más notable es que esos datos de memoria a veces no aparecen como normalmente sucede cuando uno recuerda imágenes de su vida, sino que aparecen “fuera” de la cabeza. Como si esos recuerdos “se vieran allá, afuera de uno mismo”, como alucinaciones proyectadas en una pantalla externa. Es claro, no se tiene mucha noción de dónde termina el cuerpo; entonces tampoco se tiene mucha referencia de dónde están emplazadas las imágenes. Las funciones del yo se sienten fuertemente alteradas. Se produce una suerte de alteración de las funciones del yo, por el simple expediente de la supresión sensorial externa.

REVERSIBILIDAD Y FENÓMENOS ALTERADOS DE CONCIENCIA.

En este esquema que estamos redescubriendo, *el aparato de conciencia trabaja con mecanismos de reversibilidad.* Es decir que así como percibo un sonido, mecánicamente, involuntariamente, también puedo poner atención en la fuente del estímulo, en cuyo caso mi conciencia tiende a llevar la actividad hacia la fuente sensorial. No es lo mismo percibir que apercebir. Apercebir es atención más

percepción. No es lo mismo memorizar, es decir esto que ahora cruza por mi mente y llega desde mi memoria (en donde conciencia pasivamente recepciona el dato), que recordar, en donde mi conciencia va a la fuente de memoria, trabajando por singulares procedimientos de selección y descarte. Así pues la conciencia dispone de mecanismos de reversibilidad que trabajan de acuerdo al estado de lucidez en que se encuentre la conciencia en ese momento. Sabemos que disminuyendo el nivel, cada vez es más difícil ir a las fuentes de los estímulos voluntariamente. Los impulsos se imponen, los recuerdos se imponen y todo eso con gran fuerza sugestiva va controlando a la conciencia mientras ésta, indefensa, se limita a recibir los impulsos. Baja el nivel de conciencia, disminuye la crítica, disminuye la autocrítica, disminuye la reversibilidad con todas sus consecuencias. No sólo sucede esto en las caídas de nivel de conciencia, sino también en los estados alterados de conciencia. Es claro que no confundimos niveles con estados. Podemos estar, por ejemplo, en el nivel de conciencia vigílico, pero en estado pasivo, en estado atento, en estado alterado, etcétera. Cada nivel de conciencia admite distintos estados. Son diferentes, en el nivel de sueño paradójico, los estados de sueño tranquilo, de sueño alterado y de sueño sonambúlico. *Puede también caer la reversibilidad en alguno de los aparatos de conciencia por estados alterados y no porque haya bajado el nivel.*

Podría suceder que una persona estuviera vigílica y sin embargo, por una especial circunstancia, padeciera fuertes alucinaciones. Observaría fenómenos que para ella serían del mundo externo, cuando en realidad estaría proyectando "externamente" algunas de sus representaciones internas. Estaría fuertemente sugestionado por esos contenidos, por esas alucinaciones, del mismo modo que está una persona en pleno sueño fuertemente sugestionada por sus contenidos oníricos. Sin embargo nuestro sujeto estaría despierto, no durmiendo. También por una fiebre muy alta, por acción de drogas o de alcohol, sin haber perdido el nivel de conciencia vigílico se encontraría en un estado alterado de conciencia, con la consiguiente aparición de fenómenos anormales.

Los estados alterados no son tan globales, sino que pueden afectar a determinados aspectos de la reversibilidad. Podemos decir que una persona cualquiera, en plena vigilia, puede tener bloqueado algún aparato de reversibilidad. Todo funciona bien, sus actividades diarias son normales, es una persona corriente. Todo anda a las mil maravillas... salvo en un punto. Cuando se toca ese punto, el sujeto pierde todo control. Hay un punto de bloqueo de su reversibilidad. Cuando se toca ese punto, disminuye el sentido crítico y autocrítico, disminuye el control de sí mismo y extraños fenómenos internos se apoderan de su conciencia. Pero esto no es tan dramático y nos sucede a todos. En mayor o menor medida, todos tenemos nuestros problemas con algún aspecto de los mecanismos de reversibilidad. No disponemos tan a gusto de todos nuestros mecanismos. Puede suceder entonces, que nuestro famoso yo director de orquesta, no lo sea tanto cuando son afectados algunos aspectos de la reversibilidad en el momento en que ocurren disfunciones entre los distintos aparatos del psiquismo. El ejemplo de la cámara de silencio es muy interesante,

en él comprendemos que no se trata de un caída del nivel de conciencia, sino de la supresión de impulsos que deberían llegar a conciencia, y allí la misma noción del yo se altera, se pierde. También se pierden franjas de reversibilidad, de sentido crítico y ocurren alucinaciones compensatorias.

La cámara de silencio nos muestra el caso de la supresión de los estímulos externos y pocas veces ocurren allí fenómenos de interés si no se han eliminado todas las referencias sensoriales. Ocurre a veces, la falta o insuficiencia de impulsos provenientes de sentidos internos. A estos fenómenos los llamamos genéricamente, “anestias”. Por algún bloqueo, las señales que deberían llegar no lo hacen. El sujeto se enrarece, su yo se distorsiona, se bloquean algunos aspectos de su reversibilidad. Así es que *el yo puede verse alterado por exceso de estímulos o por carencia de ellos. Pero en todo caso, si nuestro yo director se desintegra, las actividades de reversibilidad desaparecen.*

Por otra parte, *el yo dirige las operaciones utilizando un “espacio” y según se emplace este yo en ese “espacio”, la dirección de los impulsos cambiará. Hablamos del “espacio de representación” (diferente al espacio de percepción).*² En este espacio de representación, del cual toma también muestras el yo, se van emplazando impulsos e imágenes. Según que una imagen se lance a una profundidad o a un nivel del espacio de representación, sale una respuesta diferente al mundo. Si para mover mi mano la imagino visualmente como si la viera desde afuera, la imagino desplazándose hacia un objeto que quiero coger, no por eso mi mano realmente se desplazará. Esta imagen visual externa no corresponde al tipo de imagen que debe ser disparada para que la mano se mueva. Para que esto ocurra es necesario que yo utilice otros tipos de imágenes: una imagen cenestésica (basada en la sensación interna) y una imagen kinestésica (basada en el registro muscular y de posición que va teniendo mi mano al moverse). Podría suceder que de pronto me equivocara en el tipo y emplazamiento de la imagen hacia el mundo. Podría yo haber sufrido un cierto “trauma”, como les gustaba decir en otras épocas, y entonces al querer incorporarme de la silla en que me encuentro, me equivocara en el emplazamiento de la imagen en el espacio de representación, o bien confundiera el tipo de imagen. ¿Qué me estaría pasando? Yo estaría dando señales, me estaría viendo a mi mismo levantarme de la silla, pero podría suceder que no estuviera disparando las correctas imágenes cenestésicas y kinestésicas que son las que mueven a mi cuerpo. Si me equivocara en el tipo de imagen o en el emplazamiento de la misma, mi cuerpo podría no responder y quedar paralizado. Podría a la inversa, suceder que esta persona que está paralizada desde aquel famoso “trauma” y que no puede emplazar correctamente su imagen, recibiera el fuerte impacto emotivo de un chamán curandero o de una imagen religiosa y como resultado de ese fenómeno de fe (de fuerte registro emotivo cenestésico), reconectara el correcto emplazamiento o discriminara correctamente la imagen (cenestésica) del caso. Y resultaría bastante vistoso el hecho de que alguien frente a esos extraños estímulos externos, rompiera su parálisis y saliera caminando. Podría suceder, si se pudiera reconectar correctamente la imagen.

Y así como existen muchas somatizaciones, pueden existir también muchas des somatizaciones de acuerdo a los juegos de imágenes que venimos comentando. Empíricamente, esto ha pasado muchas veces y están debidamente registrados numerosos y diversos casos.

Este asunto de las imágenes no es una cuestión menor. Ahí está nuestro yo disparando imágenes y cada vez que una imagen va, un centro se moviliza, y una respuesta sale al mundo. El centro moviliza una actividad, sea hacia el mundo externo o sea hacia el intracuerpo. El centro vegetativo, por ejemplo, moviliza actividades de disparo hacia adentro del cuerpo y no hacia la motricidad externa. Pero lo interesante de este mecanismo es que una vez que el centro moviliza una actividad los sentidos internos toman muestra de esa actividad que se disparó al intracuerpo o al mundo externo. Entonces, si muevo el brazo tengo noción de que lo hago. La noción que tengo de mi movimiento no está dada por una idea sino por registros cenestésicos propios del intracuerpo y por registros kinestésicos de posición entregados por distintos tipos de introceptores. Sucede que, según muevo el brazo, tengo registro de mi movimiento. Gracias a esto es que puedo ir corrigiendo mis movimientos hasta dar con el objeto justo. Puedo irlo corrigiendo con mayor facilidad que un niño, porque el niño todavía no tiene la memoria, la experiencia motriz para realizar movimientos tan manejados. Puedo ir corrigiendo mi movimiento porque de cada movimiento que hago voy teniendo las correspondientes señales. Por supuesto que esto va a gran velocidad y de cada movimiento que produzco tengo señal de lo que va sucediendo en un circuito continuo de realimentación, que permite corregir y además aprender los movimientos. Así pues, de toda acción que moviliza un centro al mundo, tengo una toma de realimentación que vuelve al circuito. Y esta toma de realimentación que vuelve al circuito, moviliza a su vez distintas funciones de los otros aparatos de conciencia. Sabemos que hay formas de memoria motriz, por ejemplo, algunas personas cuando estudian lo hacen mejor caminando que sentadas. En otro ejemplo, alguien interrumpe su diálogo con otra persona con la que departía mientras caminaba porque ha olvidado lo que estaba por decir. Sin embargo, al volver al lugar en que perdió el hilo de su discurso, puede recuperarlo completamente. Y, para terminar con esto, ustedes saben que cuando han olvidado algo, si repiten los movimientos corporales previos al momento del olvido, pueden retomar la secuencia olvidada. En realidad, hay una realimentación compleja del acto que sale: se toman muestras del registro interno, se reinyecta en el circuito, va hacia memoria, circula, se asocia, se transforma y se traduce.

Para muchos, sobre todo para la psicología clásica, la cosa termina cuando se realiza un acto. Y parece que la cosa recién comienza cuando uno realiza un acto, porque este acto se reinyecta y esa reinyección despierta una larga cadena de procesos internos. Así vamos con nuestros aparatos, conectándolos entre sí por medio de complejos sistemas de impulsos. Estos impulsos se deforman, se transforman y se sustituyen unos por otros. Así pues, y según los ejemplos que se han dado en su momento, esta hormiga que recorre mi brazo es rápidamente

reconocida. Pero esta hormiga que recorre mi brazo cuando duermo, no es fácilmente reconocida, sino que ese impulso se deforma, se transforma y a veces se traduce, suscitando numerosas cadenas asociativas según la línea mental que esté trabajando en ese momento. Complicando un poco más las cosas: cuando mi brazo está mal emplazado, me doy cuenta de eso y me muevo. Pero cuando estoy durmiendo y mi brazo está mal emplazado, esa suma de impulsos que llegan es tomada por la conciencia, traducida, deformada y asociada de modo singular. Allí sucede que imagino un ejército de avispas que atacan mi brazo y entonces esas imágenes llevarán carga hacia el brazo y el brazo se moverá en un acto de defensa (que logrará una reacomodación) y seguiré durmiendo. Esas imágenes servirán, precisamente, para que el sueño se continúe. Estarán al servicio, esas traducciones y deformaciones de impulsos, de la inercia del nivel. Estas imágenes del sueño estarán sirviendo a la defensa de su mismo nivel. Hay muchísimos estímulos internos que dan señal durante el sueño. Entonces, en el momento del sueño paradójico, estos impulsos aparecen como imagen. Sucede que hay una tensión visceral profunda, por ejemplo. ¿Qué sucederá? Lo del brazo, pero adentro. Esa tensión visceral profunda envía señal y esta se traduce como imagen. Supongamos algo más fácil: una irritación visceral envía la señal que se traduce como imagen. El soñante ahora se ve adentro de un incendio y si la señal es demasiado intensa el "incendio" terminará rompiendo la inercia del nivel, entonces el sujeto se despertará y tomará algún digestivo o algo por el estilo. Pero de no ser así, se mantendrá la inercia del nivel y se asociarán al incendio otros elementos que contribuirán a ir diluyendo la situación porque la misma imagen puede trabajar disparándose hacia dentro y provocando distensiones. En los sueños, continuamente, se están recibiendo impulsos de distintas tensiones internas, se están traduciendo las imágenes correspondientes y éstas imágenes que movilizan centros, también movilizan al centro vegetativo que da respuestas de distensión interna. De manera que las tensiones profundas van dando sus señales y las imágenes van rebotando hacia adentro, provocando las distensiones equivalentes a las tensiones que han sido disparadas.

Cuando el sujeto era niño, recibió un fuerte 'shock'. Quedó fuertemente impresionado por una escena. Se contrajeron muchos de sus músculos externos. También se contrajeron algunas zonas musculares más profundas. Y cada vez que recuerda aquella escena, se produce el mismo tipo de contracción. Ahora sucede que esa escena está asociada (por similitud, contigüidad, contraste, etcétera) con otras imágenes que aparentemente no tienen nada que ver. Entonces, al evocar esas imágenes, saltan las primigenias y se producen las contracciones. Sucede por último, con el paso del tiempo, que ya se ha perdido en memoria antigua la imagen primera que era la que producía la tensión. Y ahora, inexplicablemente, al recibir un impulso y soltarse una imagen, se producen esas contracciones. Sucede que frente a ciertos objetos, o situaciones, o personas, se despiertan en el sujeto fuertes contracciones y un extraño temor, al que no se le encuentra relación con aquello que pasó en su

infancia. Se ha borrado una parte y han quedado las otras imágenes. Cada vez que en sus sueños se sueltan imágenes que ponen en marcha esas contracciones y de ellas se toman muestras que vuelven a traducirse en imágenes, se está realizando en la conciencia un intento por distender y por transferir las cargas que están fijadas a una situación no resuelta. En el sueño se está tratando de resolver con el disparo de imágenes, las tensiones opresivas y además se está tratando de desplazar las cargas de ciertos contenidos a otros de menor potencial a fin de que se separe, o se redistribuya la carga dolorosa primitiva.

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

Agrupamos a las distintas técnicas de operativa³ del siguiente modo. 1. Técnicas catárticas: sondeo catártico, catarsis de realimentación, catarsis de climas y catarsis de imágenes. 2. Técnicas transferenciales: experiencias guiadas,⁴ transferencias y transferencias exploratorias. 3. Técnicas autotransferenciales.

En las transferencias se emplaza al sujeto en un particular nivel y estado de conciencia, en un nivel de semisueño activo en el que va bajando y subiendo por su paisaje interno; va avanzando o retrocediendo; va expandiendo o va contrayendo y al hacerlo así, nuestro sujeto va encontrando resistencias en determinados puntos. Esas resistencias que encuentra son para quien guía la transferencia, indicadores importantes de bloqueo, fijación, o contracción. El guía va a procurar que las imágenes del sujeto lleguen suavemente a esas resistencias y las superen. Y decimos que cuando se puede superar una resistencia, se produce una distensión o se produce una transferencia de carga. A veces estas resistencias son muy grandes y no se las puede acometer de frente porque se producen reacciones, o rebotes y el sujeto no se va a sentir animado a nuevos trabajos si ha sufrido algún fracaso al tratar de vencer sus dificultades. Así pues con las resistencias grandes, el guía no avanza frontalmente sino que más bien retrocede y "haciendo rodeos" llega nuevamente a ellas pero conciliando contenidos internos y no actuando con violencia. El guía va orientándose por las resistencias siempre con el procedimiento de imágenes. Trabaja en el nivel de semisueño por parte del sujeto para que este pueda presentar un conjunto de alegorías conocidas y manejables. Trabajando con alegorías en el nivel de semisueño activo, el guía puede movilizar imágenes, vencer resistencias y liberar sobrecargas.

El objetivo final de los trabajos de operativa es el de integrar contenidos que están separados, de manera que esta incoherencia vital que uno percibe en sí mismo pueda ser superada. Estos mosaicos de contenidos que no encajan bien; estos sistemas de ideación en donde uno reconoce tendencias contradictorias; estos deseos que uno quisiera no desear; estas cosas que han pasado y que

uno no quisiera repetir; esa complicación enorme de contenidos no integrados; esa contradicción continua, es lo que se pretende ir superando con el apoyo de las técnicas transferenciales de integración de contenidos. Y conociendo bien las técnicas transferenciales interesa incursionar en diversos tipos de trabajos autotransferenciales, en los que ya se prescinde de un guía externo utilizando un sistema de imágenes codificado para orientar el propio proceso. En las autotransferencias se rescatan contenidos biográficos que no están conciliados y se pueden trabajar temores y sufrimientos imaginarios ubicados en un presente o en un futuro psicológico. Los sufrimientos que se introducen en conciencia por sus distintos tiempos y por sus distintas vías, pueden ser modificados mediante la utilización de imágenes autotransferenciales disparadas al nivel y ámbito adecuados del espacio de representación.

Hemos orientado nuestros trabajos en dirección a la superación del sufrimiento. También hemos dicho que el ser humano sufre por lo que cree que pasó en su vida, por lo que cree que pasa, y por lo que cree que pasará. Y sabemos que ese sufrimiento que el ser humano tiene por lo que cree, es un sufrimiento real aunque no sea real lo que cree. Trabajando sobre sí mismo, se puede llegar a esas creencias dolorosas reorientando la dirección de la energía psíquica.

EL SISTEMA DE REPRESENTACIÓN EN LOS ESTADOS ALTERADOS DE CONCIENCIA.

En los desplazamientos por el espacio de representación, llegamos a sus límites.

A medida que las representaciones descienden, el espacio tiende a obscurecerse e, inversamente, hacia arriba va aumentando la claridad. Estas diferencias de luminosidad entre “profundidades” y “alturas”, seguramente tienen que ver con la información de memoria que desde la primera infancia va asociando la grabación de luminosidad a los espacios altos. También se puede comprobar la luminosidad mayor que tiene cualquier imagen visual emplazada a nivel de los ojos, mientras que su definición disminuye a medida que se la ubique fuera de ese nivel. Lógicamente, el campo de visión se abre con más facilidad al frente y hacia arriba de los ojos (hacia la cúspide de la cabeza) que al frente y hacia abajo (hacia el tronco, las piernas y los pies). No obstante lo dicho, algunos pintores de zonas frías y brumosas nos muestran en los planos bajos de sus lienzos una especial iluminación en las que a menudo están los campos nevados, así como una creciente obscuridad hacia los espacios altos que suelen aparecer cubiertos de nubes.

En las profundidades o en las alturas, aparecen objetos más o menos luminosos, pero al representar tales objetos no se modifica el tono general de luz que pueda existir en los distintos niveles del espacio de representación.

Por otra parte y solamente en determinadas condiciones de alteración de conciencia, se produce un curioso fenómeno que irrumpe iluminando todo el espacio de representación. Este fenómeno acompaña a las fuertes conmociones

psíquicas que entregan un registro emotivo cenestésico muy profundo. Esta luz que ilumina todo el espacio de representación se hace presente de tal manera que aunque el sujeto suba o baje el espacio permanece iluminado, no dependiendo esto de un objeto particularmente luminoso, sino que todo el “ambiente” aparece ahora afectado. Es como si se pusiera la pantalla de TV a máximo brillo. En tal caso, no se trata de unos objetos más iluminados que otros sino del brillo general. En algunos procesos transferenciales, y luego de registrar este fenómeno, algunos sujetos salen a vigilia con una aparente modificación de la percepción del mundo externo. Así, los objetos resultan más brillantes, más netos y con más volumen, según las descripciones que se suelen hacer en estos casos. Al producirse este curioso fenómeno de iluminación del espacio, algo ha pasado con el sistema de estructuración de la conciencia que ahora interpreta de un modo diferente la percepción externa habitual. No es que se “hayan depurado las puertas de la percepción”, sino que se ha modificado la representación que acompaña a la percepción.

De un modo empírico y por medio de diversas prácticas místicas, los devotos de algunas religiones tratan de ponerse en contacto con un fenómeno trascendente a la percepción y que parece irrumpir en la conciencia como “luz”. Por diferentes procedimientos ascéticos o rituales, por medio del ayuno, de la oración, o de la repetición, se pretende lograr el contacto con una suerte de fuente de luz. En los procesos transferenciales y en los procesos autotransferenciales, sea por accidente en el primer caso, o de modo dirigido en el segundo, se tiene experiencia de estos curiosos acontecimientos psíquicos. Se sabe que estos se pueden producir cuando el sujeto ha recibido una fuerte conmoción psíquica, es decir que su estado es aproximadamente un estado alterado de conciencia. La literatura religiosa universal está plagada de numerosos relatos acerca de estos fenómenos. También es interesante advertir que esta luz en ocasiones se “comunica” y hasta “dialoga” con el sujeto, tal cual está ocurriendo en estos tiempos con las luces que se ven en los cielos y que llegando a los temerosos observadores les dan sus “mensajes de otros mundos”.

Hay otros muchos casos de variaciones de color, calidad e intensidad lumínica, como sucede con ciertos alucinógenos, pero esos casos no tienen que ver con lo comentado anteriormente.

Según se describe en muchos textos, algunas personas que aparentemente murieron y volvieron a la vida, tuvieron la experiencia de abandonar su cuerpo e ir orientándose hacia una luz cada vez más viva, sin poder relatar bien si es que ellos avanzaban hacia la luz o si ésta avanzaba hacia ellos. El hecho es que los protagonistas se van encontrando con semejante luz que tiene la propiedad de comunicarse y hasta de dar indicaciones. Pero para poder contar estas historias habrá que recibir un golpe eléctrico en el corazón, o algo por el estilo, y entonces nuestros héroes se sentirán retrocediendo y alejándose de la famosa luz con la que estaban por tomar un interesante contacto.

Hay numerosas explicaciones acerca de estos fenómenos, explicaciones por el lado de la anoxia, de la acumulación de dióxido de carbono, de la alteración

de ciertas enzimas cerebrales. Pero a nosotros, como de costumbre, no nos interesan tanto las explicaciones, que hoy son unas y mañana otras, sino más bien nos interesa el sistema de registro, el emplazamiento afectivo que padece el sujeto y esa suerte de gran "sentido" que parece irrumpir sorpresivamente. Aquellos que creen haber vuelto de la muerte, experimentan un gran cambio por el hecho de haber registrado un "contacto" con un fenómeno extraordinario que de pronto emerge y del que no se alcanza a comprender si es un fenómeno de percepción o de representación, pero que parece de gran importancia ya que tiene aptitud para cambiar súbitamente el sentido de la vida humana.

Es sabido, por lo demás, que *los estados alterados de conciencia pueden darse en distintos niveles y, por supuesto, en el nivel vigílico*. Cuando uno se encoleriza, se produce en vigilia un estado alterado. Cuando uno de pronto siente euforia y una gran alegría, también está rozando un estado alterado de conciencia. Pero cuando se habla de "estado alterado", se suele pensar en algo infravigílico. Sin embargo, los estados alterados son frecuentes, suceden en distinto grado y con distinta calidad. Los estados alterados siempre implican el bloqueo de la reversibilidad en alguno de sus aspectos. Hay estados alterados de conciencia aún en vigilia, como son los estados producidos por la sugestionabilidad. Todo el mundo está más o menos sugestionado por los objetos que muestra la publicidad o que magnifican los comentaristas mediáticos. Mucha gente en el mundo cree en las bondades de los artículos que repetidamente se van proponiendo en las diversas campañas. Estos artículos pueden ser objetos de consumo, valores, puntos de vista sobre diferentes tópicos, etcétera. La disminución de la reversibilidad en los estados alterados de conciencia, está presente en cada uno de nosotros y a cada momento. En casos más profundos de susceptibilidad, nos encontramos ya con el trance hipnótico. El trance hipnótico trabaja en el nivel de conciencia vigílica, aunque el creador de la palabra "hipnosis" haya pensado que era una suerte de sueño. El sujeto hipnotizado camina, va, viene, anda con los ojos abiertos, efectúa operaciones, y también durante el efecto post-hipnótico el sujeto sigue actuando en vigilia pero cumpliendo con el mandato que se le dió en el momento de la sesión hipnótica. Se trata de un fuerte estado alterado de conciencia.

Están los estados alterados patológicos en los que se disocian importantes funciones de la conciencia. También hay estados no patológicos en los que provisoriamente se pueden escindir, dividir las funciones. Por ejemplo, en ciertas sesiones espíritas alguien puede estar conversando y al mismo tiempo, su mano se pone a escribir automáticamente y comienza a pasar "mensajes" sin que el sujeto advierta lo que está ocurriendo.

Con los casos de división de las funciones y de escisiones de personalidad, se podría organizar un listado muy extenso de los estados alterados. Muchos estados alterados acompañan a fenómenos de defensa que se ponen en marcha cuando ocurren disparos adrenalínicos frente a un peligro y esto produce modificaciones serias en la economía normal de la conciencia. Y, desde luego,

así como hay fenómenos muy útiles en la alteración de conciencia, hay también fenómenos muy negativos.

Por acción química (gases, drogas y alcohol), por acción mecánica (giros, respiraciones forzadas, opresión de arterias) y por acción de supresión sensorial, se pueden producir estados alterados de conciencia. También por procedimientos rituales y por una puesta en situación gracias a especiales condiciones musicales, bailes y operaciones devocionales.

Existen los llamados "*estados crepusculares de conciencia*", en los que hay bloqueo de la reversibilidad general y un posterior registro de desintegración interna. Distinguimos también algunos estados que pueden ser ocasionales y que bien podrían ser llamados "*estados superiores de conciencia*". Estos pueden ser clasificados como: "éxtasis", "arrebato" y "reconocimiento". *Los estados de éxtasis*, suelen estar acompañados por suaves concomitancias motrices y por una cierta agitación general. *Los de arrebato*, son más bien de fuertes e inefables registros emotivos. *Los de reconocimiento*, pueden ser caracterizados como fenómenos intelectuales, en el sentido que el sujeto cree, en un instante, "comprenderlo todo"; en un instante cree no tener diferencias entre lo que él es y lo que es el mundo, como si el yo hubiera desaparecido. ¿A quién no le pasó alguna vez que de pronto experimentó una alegría enorme sin motivo, una alegría súbita, creciente y extraña? ¿A quién no le ocurrió, sin causa evidente, una caída en cuenta de profundo sentido en la que se hizo evidente que "así son las cosas"?

También se puede penetrar en un curioso *estado de conciencia alterada por "suspensión del yo"*. Esto se presenta como una situación paradójica, porque para silenciar al yo es necesario vigilar su actividad de modo voluntario lo que requiere una importante acción de reversibilidad que robustece, nuevamente, aquello que se quiere anular. Así es que la suspensión se logra únicamente por caminos indirectos, desplazando progresivamente al yo de su ubicación central de objeto de meditación. Este yo, suma de sensación y de memoria comienza de pronto a silenciarse, a desestructurarse. Tal cosa es posible porque la memoria puede dejar de entregar datos, y los sentidos (por lo menos externos) pueden también dejar de entregar datos. *La conciencia entonces, está en condiciones de encontrarse sin la presencia de ese yo, en una suerte de vacío. En tal situación, es experimentable una actividad mental muy diferente a la habitual.* Así como la conciencia se nutre de los impulsos que llegan del intracuerpo, del exterior del cuerpo y de la memoria, también se nutre de impulsos de respuestas que da al mundo (externo e interno) y que realimentan nuevamente la entrada al circuito. Y, por esta vía secundaria, detectamos fenómenos que se producen cuando *la conciencia es capaz de internalizarse hacia "lo profundo" del espacio de representación.* "Lo profundo" (también llamado "sí mismo" en alguna corriente psicológica contemporánea), no es exactamente un contenido de conciencia. La conciencia puede llegar a "lo profundo" por un especial trabajo de internalización. En esta internalización irrumpe aquello que siempre está escondido, cubierto por el "ruido" de la conciencia. Es en "lo profundo" donde se encuentran las

experiencias de los espacios y de los tiempos sagrados. En otras palabras, en “lo profundo” se encuentra la raíz de toda mística y de todo sentimiento religioso.

N O T A S

1. Se refiere al punto 8 de *Psicología II*.
2. Para ampliar este punto se puede consultar la conferencia titulada "Sobre el acertijo de la percepción", en *Habla Silo*, Virtual ediciones, 1996.
3. Consultar L. Ammann, *Autoliberación*, Buenos Aires, Ed. Planeta, 1991. (Segunda parte: operativa)
4. Para comprender y utilizar esta técnica, ver *Experiencias Guiadas*, Barcelona, Plaza & Janes, 1989 y especialmente la conferencia de presentación de este libro en *Habla Silo*, Virtual ediciones, 1996.