

Relato de experiencia

“La conciencia infiere más de lo que percibe”

Juan Eduardo Pérez H.

juanepe@humanismo.cl

Parque de Estudio y Reflexión Los Manantiales

Julio 2014

Interés:

Este es un trabajo de meditación simple, donde voy revisando diariamente cómo la conciencia infiere más de lo que percibe. Está basado en el paso tres de la Disciplina Mental: “Ver en los sentidos la conciencia”.

A través de este proceso se intenta:

- Comprender “Ha de estar en la médula de lo que crees la clave de lo que haces. Tan poderosa es la fascinación de lo que crees que afirmas su realidad aunque sólo exista en tu cabeza” (Libro Humanizar la Tierra, V, El Paisaje Interno, parágrafo 3)
- Comprender “Paisaje externo es lo que percibimos de las cosas, paisaje interno es lo que tamizamos de ellas con el cedazo de nuestro mundo interno. Estos paisajes son uno y constituyen nuestra indisoluble visión de la realidad” (Libro Humanizar la Tierra VI, Centro y Reflejo)
- Comprender “Estas *miradas* son actos complejos y activos, organizadores de *paisajes*” (Libro Humanizar la Tierra, El Paisaje Humano I, Los Paisajes y las Miradas, parágrafo 5). Diferenciar, lo que es percepción y lo que es representación.

Es un estudio sobre mí mismo, donde el interés es comprender mi forma de estar en el mundo, ver mis ilusiones y creencias, rescatar el tono emotivo, ver el modo global de estar entre las cosas, en síntesis, mirar mi estructura de conciencia que determina mis ilusiones y creencias.

Encuadre:

Dentro del trabajo de ascesis, y trabajando sobre el Propósito, caí en cuenta de la falta de carga afectiva. Me di cuenta que el Propósito estaba más en el campo de las aspiraciones que en el campo de las necesidades e intereses. Las aspiraciones tienen su ubicación más periférica, dentro del espacio de representación, en cambio las necesidades e intereses están a una mayor profundidad, por lo tanto mueven el cuerpo en esa dirección, y van inundando la vida cotidiana.

Comencé a buscar formas de profundizar en la carga afectiva, necesaria para la formulación del Propósito, y fui avanzando en el tema.

Trabajando, comprendí que el Propósito en su formulación, tiene como búsqueda y objetivo lograr experiencias transformadoras.

Esto llevó a otra caída en cuenta, donde comencé a reflexionar acerca de la poca experiencia personal que se tiene de la doctrina y la enseñanza de Silo.

Fue haciendo crisis, entonces, mi emplazamiento, dogmático, donde hablaba de muchos temas, que eran síntesis de una enseñanza, y que las utilizaba sin una real comprensión.

También surgieron ocurrencias, caídas en cuenta, intuiciones, sobre las ilusiones y creencias que determinaban mi forma de estar en el mundo y que eso tenía mucha relación con mis temores, mis contradicciones y con mi violencia.

Me impulsó la sospecha acerca de que mis creencias e ilusiones, que me llevan a registrar tensión y contradicción, y de algún modo, la no comprensión de esto me hace caer en el sin sentido.

Experiencia:

Antes de comenzar la descripción, presento un tema que me ayudó a encontrar cierta similitud entre las ilusiones que experimentamos y las ilusiones ópticas, sobre todo en relación a la espacialidad y el tiempo del que mira y los que es mirado.

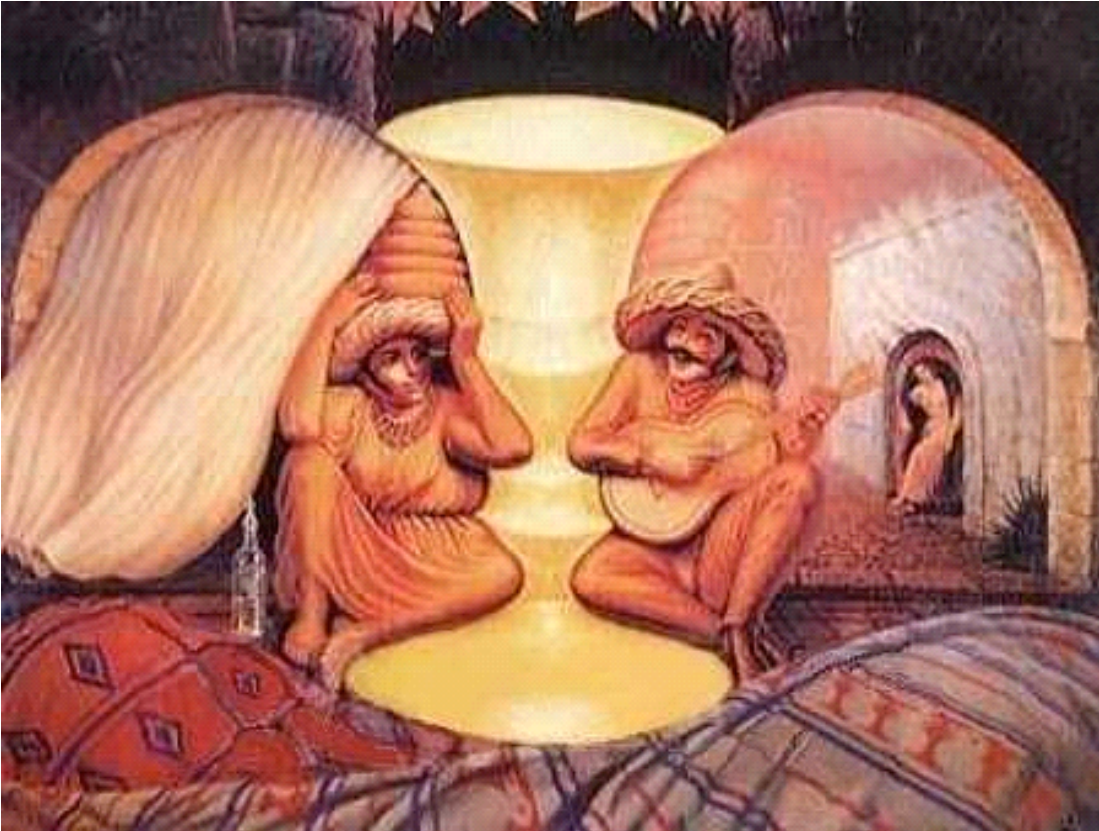
Hoy existen a disposición gran cantidad de ejemplos que hablan de este tema. Sus explicaciones tienen un punto de vista fisiológico, hablan del sentido, en este caso el ojo y el cerebro, como receptor, el que hace una interpretación errónea de lo percibido. Este error o ilusión, se explica por la ubicación del observador frente al objeto observado, según su espacialidad y el tiempo.

En estas explicaciones no se reconoce la existencia del sistema operativo; el Psiquismo y sus aparatos; sentidos, conciencia, memoria y centros de respuesta; si no solo el hardware (el cuerpo).

De ello, rescato dos cosas que me parecen interesantes:

- que las ilusiones se producen según la perspectiva, o la especialidad del observador, y
- la influencia del tiempo del observador sobre el objeto.

Pongo como ejemplo la siguiente imagen



Según la distancia que tengo respecto a lo observado veo una cosa u otra.

A mayor distancia, veo a dos ancianos. Si me acerco, puedo observar a los campesinos, si el tiempo de observación es mayor puedo descubrir ambas imágenes, no importando la distancia.

Este tema del espacio y el tiempo en relación del observador, frente a lo observado, es un punto a tomar en cuenta más adelante.

La **forma de trabajo** ha sido la meditación simple. Según explicaba Silo, la meditación es tomar nota durante el día de registros sobre un tema previamente elegido, como por ejemplo el ensueño, o la contradicción cotidiana.

La **experiencia**, la voy a ordenar sobre experiencias de ilusiones auditivas, visuales y táctiles y cenestésicas.

El **objetivo** es diferenciar lo que percibo de lo que represento, o lo que creo o interpreto de lo percibido. Atendiendo a las ilusiones que considero de mayor importancia, aquellas que producen contradicción y errores en la conducta.

LA EXPERIENCIA

Ilusiones ópticas:

Voy caminando por la calle, a lo lejos diviso una silueta, en forma difusa, está cubierta por la sombra de un árbol. Tengo una idea o imagino cómo podría ser esta persona que se acerca, atiendo a la diferencia entre la imagen representada y lo percibido. La persona se acerca y voy sintiendo un registro de no encaje, entre lo que imaginé o creí o representé y lo que percibí. Es como si me dijera, creo que era fulano de tal el que viene caminando y en la medida que se acerca me voy “desilusionando”, por que no va coincidiendo lo percibido con lo representado en forma inicial.

1.

Estoy trabajando en el computador en el programa de correo, bajo un archivo, cuando lo busco en el administrador de archivos no lo encuentro. Frente a la sorpresa comienzo a revisar todos los pasos anteriores, al ir de nuevo a mail recibido, me doy cuenta, que el icono del archivo recibido es un clip amarillo, mas o menos del mismo color del icono de zip, hay una similitud de color, pero con más atención, veo que es diferente.

Comienzo a reflexionar, dónde estuvo el error o la confusión, o la ilusión.

Al observar el icono, está el percibido, pero el representado, o lo que esta en el campo de copresencia en relación a un objeto amarillo, por similitud fue el icono del programa ZIP. Quedó en copresencia, en memoria, y guió la búsqueda de él, y me llevó al error de buscar algo que solo estaba en mi cabeza.

Me queda claro que hubo una superposición de lo representado frente a lo percibido.

2.

Estoy en la cocina, sobre el lavaplatos hay un montón de objetos para ser guardados, comienzo a ordenar y cuando le llega el turno a una olla, busco su tapa pero no la veo por ningún lado, miro por toda la cocina y no la veo, En un momento defino buscarla después, y seguir con el ordenamiento. Cuando vuelvo a mirar en el lugar donde están los objetos para ordenar, la veo delante de mis ojos.

¿Por qué no veía la tapa si siempre estuvo delante de mis ojos?, y ¿por qué después la vi? Tomé la experiencia y la puse en cámara lenta, y evoqué los registros desde el acto de búsqueda, hasta que aparece el objeto.

Cuando busqué la tapa, lo que sucedió es que comencé a evocar el último lugar donde la había visto. Velozmente, repasé varias percepciones anteriores que convertidas en representaciones, se superponían a la percepción, el campo de presencia de mi atención estaba copado por las evocaciones, y aunque miraba en realidad no veía el objeto delante de mí. Cuando me distenso, y me digo que la buscaré después, sale del campo de presencia de mi atención las representaciones, y ahora ese campo atencional es ocupado por la percepción y veo el objeto buscado. Me queda clara la superposición de la

representación, sobre lo percibido, y las consecuencias de los innumerables errores de este tipo en la vida cotidiana.

Ilusiones auditivas:

1.

Tengo una llamada telefónica, es una reunión de trabajo, la persona que me llama no la conozco, tomo nota de lo que imagino cómo es esa persona en función a su voz.

Llego a la reunión y la persona que aparece no coincide en nada con la persona imaginada. Entonces la voz, que es lo percibido, más lo imaginado o representado, no coinciden. Puedo darme cuenta que la conciencia organizó una imagen, que era la voz, más memoria, o mejor dicho todo el campo de copresencia, mi memoria actualizada frente a la percepción de la voz, o todo lo grabado en relación con ese tipo de voz.

2.

Siento un fuerte ruido que viene de la calle, es un frenazo de vehículos, imagino que es un choque de vehículos pesados, salgo fuera de mi casa, y me doy cuenta de lo que había representado no coincidía en nada, la situación era totalmente diferente. Nuevamente, veo la superposición de lo representado, sobre lo percibido.

Ilusiones Táctiles:

1.

Con los ojos cerrados, toco diferentes objetos, pongo atención a dos registros

- a la sensación táctil del objeto,
- a la representación, en algunos casos coincide, pero en la mayoría no hay coincidencia.

Antes de decir lo que creo que estoy tocando, observo que hay una revisión muy rápida de sensaciones similares en mi memoria, hasta llegar a una conclusión. Es como si recorriera el campo de copresencia de objetos antes percibidos, que eran similares en lo táctil.

2.

Cierro los ojos, toco una superficie lisa, trato de solo atender a la sensación táctil. Pero me doy cuenta que mi atención fluctúa, entre la sensación del objeto percibido y las imágenes de otro objeto anteriormente percibido, imágenes antiguas que las une la misma sensación táctil. Mi atención fluctúa, entre la sensación percibida y la sensación representada, y **cuando la atención es atrapada por la representación, pierdo la noción del verdadero objeto, que en realidad estoy percibiendo.**

Cuando caigo en cuenta de ello registro la ilusión, notando la superposición de lo representado sobre lo percibido, y también se me produce una confusión, y creo estar

tocando el objeto representado, y no el percibido. Vuelvo atender al objeto percibido, y se tiende a atenuar la imagen que se representa, pero no desaparece del todo, queda de un modo copresente.

Ilusiones cenestésicas, (Estados de ánimo, climas) que proyecta:

1.

Estoy en una reunión y durante la reunión una persona tiene una actitud extraña es una mueca, algo que me produce una cierta tensión, observo la tensión y me digo, la persona es un poco despectiva o degradatoria, esto de un modo muy difuso. La reunión termina y tomo nota de la tensión y lo que me produjo.

Más tarde me doy cuenta, que no sé el motivo de la actitud extraña de la persona, no puedo saber. Si le preguntara directamente a la persona, podría decirme algo, pero la sospecha mayor es que no tiene nada que ver con lo que yo interpreto o infiero.

Pero por qué digo que es despectiva y no otra cosa?. Comienzo a reflexionar y voy descubriendo que lo que interpreto es algo mío, es algo antiguo, algo biográfico, es un temor. Es parte de "mi paisaje".

2.

Voy caminado por la calle, llego a un lugar donde circula poca gente. Cerca hay una persona, de inmediato ajusto mi conducta, mi rol, para lograr una buena impresión de la otra persona.

Me pregunto: porqué ajusto mi conducta?, porqué creo que debo causar una buena impresión?, qué tipo de creencia determina que debo ajustar mi conducta?, porqué imagino que la persona frente mío me está mirando de un modo erróneo y se puede llevar una mala impresión de mi persona?.

Esto me hace caer en cuenta, que esto que creo o imagino de la otra persona, es **una mirada sobre mí mismo proyectada en la otra persona**, pero además, **guiada por un registro**. Llego a la conclusión que es el mismo registro de cuando era niño, cuando era mirado por el mundo de los adultos. Es evidente que frente a situaciones donde estoy expuesto a la mirada de los demás, lo que se desencadena es toda mi copresencia, todo mi paisaje de formación, relacionado con situaciones donde estoy expuesto a la mirada de los demás.

3.

Voy en mi auto, al llegar a una esquina, una mujer joven, se acerca a un auto para pedirle limpiar sus vidrios a cambio de dinero. Hay un diálogo con la conductora del auto, y finalmente la conductora accede a que le limpien el vidrio de su auto.

Yo estoy algunos autos más atrás, al ver esa situación, comienza a parecer en mí un registro de tristeza. Generalmente, en estos casos, uno trata de sacarse de encima lo más rápido que puede el clima, pero comencé a observar el registro. Seguido por la sensación llegué a una situación de mi infancia, cuando yo era niño, y se dio con otro chico una situación de injusticia, que me causó esa gran tristeza.

Me doy cuenta en esta experiencia que **veo a través de mi memoria o biografía, que todo lo que percibo es interpretado según lo que me sucedió.**

Y si lo que veo es según mi memoria, podría “descubrir” mi forma de estar en el mundo atendiendo eso que veo.

En base a las experiencias relatadas reflexiono:

¿Qué determina el campo de mis creencias e ilusiones, si hay un ámbito mayor?

Comencé a reflexionar y observar, sobre mi forma de estar en el mundo, o mi estructura de conciencia (este punto es tocado en psicología 4 pagina 287).

La forma de aproximarme fue describir los registros, de mi cuerpo tenso, mi corazón sobresaltado y mi mente inquieta. Con la preguntas: Qué tensa mi cuerpo, qué sobresalta mi corazón y qué inquieta mi mente?

Me fui aproximando desde un modo difuso a tener una sensación de mí mismo de una conciencia expectante, a la espera de algo, o la sensación de un temor difuso de que algo malo me sucedería, o algo malo me perjudicará. Algo que afectaría la imagen de mí, algo negativo. Qué era lo negativo o a qué está referido ese temor?, ¿en ese temor estaba la pérdida de afectos, respetos, admiraciones y el temor a no alcanzar afectos valoraciones etc.?

Profundizando caí en cuenta de mi registro de niño frente al mundo de los adultos, frente a la mirada de aceptación o de rechazo de mi conducta.

Conclusiones:

Las conclusiones las voy a organizar como ocurrencias, comprensiones, caídas en cuenta, e intuiciones

Ocurrencias

La realidad que percibo, la alegorizo con la siguiente imagen:

- La percepción sería el clic que enciende la luz de mi habitación, es el interruptor de una habitación que prendo cuando ésta está a oscuras.
- Lo que entra por sentidos internos o externos es una señal, que en este caso es el interruptor que enciende la luz de una habitación que está llena de objetos relacionados entre sí, es decir, hay una cama, un computador, velador, sillas etc.
- Y esa habitación iluminada es una imagen o representación, que yo proyecto afuera y que creo que esa es la realidad misma.

- Percibo cierta señal, pero memoria con su tendencia, completa con su campo de copresencia, con todo lo retenido anteriormente.

Cuando la conciencia infiere más de lo que percibe, esa superposición de lo representado sobre lo percibido, genera una ilusión, y de modo simultáneo surge la creencia.(¿)

Cuando digo creo que percibo tal cosa o tal situación, eso que creo es una ilusión, y esa ilusión es la superposición de lo representado sobre lo percibido.

Comprensiones

Hay un estímulo, que entra por sentidos, (externos o Internos), esto es percepción, hay un trabajo, una organización, una estructuración que hace la conciencia, con el dato de sentidos más los datos enviados en forma simultánea por memoria, el resultado de esto es una síntesis formalizada en una imagen, esto es para mí la representación.

Entonces me doy cuenta que a cada estímulo percibido, en forma simultánea hay una imagen, esa imagen es una síntesis, entre lo percibido y lo recordado, más una intencionalidad, esa intencionalidad apunta a transformar el mundo, pero que quiero transformar, sin duda evitar el dolor y aproximarse al placer, o dicho de otra forma, evitar lo que creo que me hará infeliz y acercarme a lo que creo que me hará feliz.

Comencé a atender y a diferenciar, qué es lo percibido, viniera del mundo o del intracuerpo, y qué era lo representado. En él, pude advertir dos cosas: el trabajo de conciencia y de la memoria. Entonces llegué a una estructura mínima, que sería sentido, conciencia y memoria. En la imagen final de lo representado advertí, que era una organización de conciencia, una síntesis y una intención, donde el dato percibido, más la estructura de memoria, en relación al dato percibido, formalizaban una imagen, y esta imagen en muchas situaciones se imponía a lo percibido.

En otras palabras, cada percepción le corresponde una representación.

Me doy cuenta de esto no en forma directa, por que se necesitaría un potencial de energía de la atención importante. Tengo que poner la película en cámara lenta, y diferenciar lo percibido y lo representado. Entonces, cómo llego a confirmar esto?, es por el recuerdo de la situación y la reflexión sobre ese registro.

Cuando se logra una distancia, entre el que mira y lo que es mirado, esta distancia permite ver los sentidos, la conciencia y la memoria. Puedo diferenciar lo que es percepción y lo que es representación. Estoy en un centro dentro de mí mismo.

Cuando esa distancia disminuye no veo mis sentidos ni mi conciencia ni menos mi memoria, estoy perdido entre las cosas, identificado y fundido con el mundo, de algún modo, sin conciencia de mí mismo, por lo tanto tomado y sin un centro de gravedad que me permita diferir una respuesta. Se superpone la representación sobre la percepción.

A partir de esta reflexión sobre esta experiencia, empecé atender a las primeras impresiones (representaciones) que tenía frente a alguna situación. Comencé atender, no tanto a la percepción si no al registro de lo que creía ver, como a la primera impresión. También al registro de adhesión o rechazo

En cosas positivas o negativas, había una imagen, de un modo difuso, pero tenía una representación.

Cada vez que salía a la calle, tomaba nota, de este registro, de cómo las representaciones se impone a las percepciones, esto en un tiempo determinado, por que si avanzo hacia el objeto observado, se va modificando la mirada

Entonces la pregunta por qué infiero determinadas cosas, cuál es el tamiz o filtro, por qué está determinado este filtro.

Caídas en Cuenta

En la experiencia, lo representado se me superpone sobre lo percibido, y guiado por esas imágenes (las representaciones) yo era llevado a buscar algo que existía solo en mi cabeza.

Estas simples experiencias me llevaron sospechar de un montón de malos entendidos que existen en la vida diaria. Estos malos entendidos no pasan a mayores e incluso resultan divertidos, pero ¿qué pasa en situaciones en la relación con otros, cuando percibo algo y conciencia infiere y le agrega a lo percibido toda una estructura climática, todo un trasfondo?, ¿qué tiene que ver conmigo?, y a veces no logro advertir que esa estructura climática opera dentro de mí.

De algún modo, en el actuar en el mundo sin tener en cuenta que la conciencia infiere más de lo que percibe, tiene consecuencias prácticas importantes, sobre todo en relación con el mundo de las relaciones humanas, tales como: el forzar situaciones, el perseguir fines, el tratar a otros de un modo, el oponerse a situaciones, el desproporcionar actividades, el imponer mi bando o mi opinión etc.

Entonces, **veo con mi memoria**. Lo que percibo, lo interpreto y organizo un paisaje, en ese paisaje está mi biografía, lo que me sucedió, pero también lo que quiero que me suceda. Hay una intencionalidad hacia el futuro, y ésto es lo que creo percibir de la realidad.

“Lo que percibimos de las cosas más el tamiz de nuestro mundo interno, constituyen la visión de la realidad.”

Lo curioso es que esa realidad que percibo la pongo afuera de mí y no como parte de mí. Esto me lleva a considerar la creencia de la pasividad de la conciencia, la creencia que el observador está descontentado de la realidad, de lo que percibe.

Al parecer lo que percibo, más lo que infiero, son una estructura, la conciencia no está pasiva, si no que activa, y pone en lo percibido mucho más.

El no tomar en cuenta, que la conciencia infiere más de lo que percibe es, de un algún modo, vivir en un mundo de ilusión.

La ilusión de lo que percibo es la realidad misma

La ilusión de que mi opinión es la verdadera

La ilusión de que yo estoy en lo correcto y los demás equivocados

La ilusión de que siempre tengo la razón

La ilusión del que el mundo está afuera y yo estoy como observador pasivo

La ilusión que toda gira alrededor mío

Y también las creencias

La creencia de lo que creo que me hará feliz

La creencia sobre mí mismo (Lo positivo y negativo)

La creencia sobre las cosas y las demás personas

La creencia de lo que debo hacer para evitar el dolor

La creencia sobre lo más importante y lo menos importantes (Valores)

Intuiciones

Intuyo que todo es mental, y que la realidad no está afuera si no que adentro de un espacio, y la creencia que el mundo externo está fuera, es simplemente que uno está ubicado más en la periferia del espacio. Entonces, según la ubicación y la profundidad donde uno se emplazan es el tipo de vida que tiene.

Cuando la distancia es menor entre lo que percibo y represento estoy fuera de mí.

Consecuencias del trabajo:

El trabajo tenía como interés, caer en cuenta de cómo la conciencia infiere más de lo que percibe. Y tomar nota de situaciones donde había un registro de este tipo.

De modo indirecto, el registro de conciencia de si fue cada vez más permanente, debía estar alerta, para notar cuándo y cómo se producía el fenómeno ilusorio. Cuando detectaba tomaba nota y después reflexionaba sobre la experiencia, en la medida que fue pasando el tiempo, podía ver el mecanismo, llegando a percibir capas de memoria más profundas.

En otras palabras, de alguna manera lograba ver mi tono emotivo, lo biográfico, en relación al paisaje de formación y el tipo de respuesta conductual.

Síntesis

En los inicios escuche, lo siguiente: “El hombre máquina esta dormido, y cree que está despierto”. Sin duda que el nivel de vigilia cotidiana es más parecido al sueño y al semisueño. Cuando por momentos logro atender sin ensueños, puedo ver otra realidad, porque puedo separar lo percibido de la representado.

Cuando veo con ensueños, o cuando infiero, o cuando se superpone lo representado sobre lo percibido, no veo la realidad, si no que veo una ilusión armada por mi conciencia. Veo un paisaje, donde el que mira esta incluido. El darme cuenta de ese funcionamiento es el inicio del camino hacia una conciencia de sí, y ver la realidad de un modo nuevo.

Darme cuenta que infiero sobre lo percibido, es crear un centro de gravedad, que me permitiría dar respuestas coherentes y sin violencia.

Anexos

Creencia: Estructura de ideación antepredicativa sobre la que se asientan otras estructuras que aparecen como "racionales". La **c.** determina el campo, la perspectiva que se elige para desarrollar una idea o un sistema de ideas. En el caso del diálogo, aún del más racional, las partes que dialogan dan por supuestas proposiciones no demostradas y con las que se cuenta sin discusión. En este caso se habla de "predialógicas". La **c.** determina tanto los usos y costumbres como la organización del lenguaje, o la ilusión de un mundo que se toma como "real", pero que se observa desde los limitados parámetros fijados por una perspectiva histórica. Esa perspectiva suele ser excluyente de otras.

El sistema de creencias se va modificando a medida que cambia el "nivel" histórico de las *generaciones* (*), con lo que también se modifica la perspectiva, el "desde dónde" se puede o se quiere observar el mundo (personal, social, científico, histórico, etc.). Este cambio de perspectiva es el que permite el surgimiento de nuevas ideas. Las ideas recientes se asientan en el nuevo nivel histórico y establecen copresentemente nuevos antepredicativos, nuevas proposiciones que ya no se discuten y que dan lugar a nuevas creencias. A modo de ejemplo podemos considerar lo ocurrido en Occidente hasta hace poco tiempo: afirmar que un conocimiento era "científico" resultaba suficiente para sostener una posición y descalificar a la opuesta por "acientífica" (**ciencia*). En esta discusión se enzarzaron varias generaciones hasta que comenzó a discutirse la **c.** en la que se basaban los artificios científicistas. Cuando se comprendió que toda teoría científica era, básicamente, una construcción de aproximación a la realidad y no la realidad misma, la perspectiva científicista comenzó a cambiar. Pero este cambio dio lugar, a su vez, al surgimiento de corrientes neoirracionalistas.

Ver en los sentidos la conciencia. En toda percepción se tiene una estructura que no está en los sentidos sino en la conciencia, p. ej., el "árbol", porque las distintas sensaciones se organizan en percepción y esta percepción se organiza en una estructura o ámbito mayor (la conciencia). Se debe distinguir, dividir la estructura que organiza la conciencia, de las percepciones. Además, se debe realizar la división y no solamente entenderla... No me llegan cosas sueltas (formas y colores aislados), sino estructuras, p. ej. formas y profundidades. Observo la actividad de algo que no es el sentido, sino la conciencia. Lo registro como algo conocido.

En toda visión de la realidad está la conciencia. Aunque sean distintas las franjas de lo que me llega de la "realidad", es la conciencia quien determina este asunto. Hace las estructuraciones y le da el toque el final y me hace decir: esto es un marciano. La conciencia con su "dictadura", tiene la palabra final. La conciencia siempre interviene en la configuración del objeto. Es como una "vieja entrometida" que se mete en todo y quiere lograr que lo percibido sea confiable, quiere siempre "llevarme a buen puerto". Es decir, la conciencia siempre termina configurando, representando toda la información que le llega por la percepción. Se presentan incógnitas en estas operaciones y se busca cómo resolverlas. Así como el objeto "se mete" conmigo ahora yo me "estoy metiendo" con el objeto. Aquí es donde se comprende aquello de que la conciencia infiere más de lo que percibe, fenómeno que da lugar a lo ilusorio.

La **Forma Mental** constituye la estructura básica del siquismo humano, su más profundo sustrato. Presenta, como una de sus características, la de ser fija, inmóvil. Nosotros vemos que el núcleo de ensueño tiene movilidad, crece, se desarrolla y declina, aunque este proceso lleve mucho tiempo; aún en los casos de cristalización del núcleo, éste tiene movilidad.

La Forma mental es inmóvil y corresponde a:

El desarrollo biológico de la especie en su camino evolutivo.

A la particular situación histórica y cultural de la que participa cada ser humano.

Es como si esta estructura básica del siquismo tuviera diferentes capas, unas profundas e idénticas para toda la especie y otras más periféricas, características de cada individuo, cada grupo o pueblo. Es decir, lo que conocemos como "creencias" o capas más periféricas de la FM.

"La conciencia infiere más de lo que percibe" Extracto Conferencia dada por Silo en Santiago de Chile sobre su pensamiento y obra literaria. Teatro Gran Palace, mayo 1991

Un día cualquiera entro en mi habitación y percibo la ventana, la reconozco, me es conocida. Tengo una nueva percepción de ella pero, además, actúan antiguas percepciones que convertidas en imágenes están retenidas en mí.

Sin embargo, observo que en un ángulo del vidrio hay una quebradura... "eso no estaba ahí", me digo, al cotejar la nueva percepción con lo que retengo de percepciones anteriores. Además, experimento una suerte de sorpresa. La ventana de actos anteriores ha quedado retenida en mí, pero no pasivamente como una fotografía, sino actuante como son actuantes las imágenes.

Lo retenido actúa frente a lo que percibo, aunque su formación pertenezca al pasado.

Se trata de un pasado siempre actualizado, siempre presente. Antes de entrar a mi habitación daba por sentado, daba por supuesto, que la ventana debía estar allí en perfectas condiciones. No es que lo estuviera pensando, sino que simplemente contaba con ello. La ventana en particular no estaba presente en mis pensamientos de ese momento, pero estaba co-presente, estaba dentro del horizonte de objetos contenidos en mi habitación.

Es gracias a la copresencia, a la retención actualizada y superpuesta a la percepción, que la conciencia infiere más de lo que percibe.

En ese fenómeno encontramos el funcionamiento más elemental de la creencia. En el ejemplo, es como si me dijera: "yo creía que la ventana estaba en perfectas condiciones". Si al entrar a mi habitación aparecieran fenómenos propios de un campo diferente de objetos, por ejemplo una lancha o un camello, tal situación surrealista me resultaría increíble no porque esos objetos no existan, sino porque su emplazamiento estaría fuera del campo de copresencia, fuera del paisaje que me he formado y que actúa en mí superponiéndose a toda cosa que percibo.

Ahora bien, en cualquier instante presente de mi conciencia puedo observar el entrecruzamiento de retenciones y de futurizaciones que actúan co-presentemente y en estructura. El instante presente se constituye en mi conciencia como un campo temporal activo de tres tiempos diferentes. Las cosas aquí son muy diferentes a las que ocurren en el tiempo de calendario en el que el día de hoy no está tocado por el de ayer, ni por el de mañana. En el calendario y el reloj, el "ahora" se diferencia del "ya no" y del "todavía no" y, además, los sucesos están ordenados uno al lado del otro en sucesión lineal y no puedo pretender que eso sea una estructura sino un agrupamiento dentro de una serie total a la que llamo "calendario".

Continuemos con lo dicho anteriormente respecto a que la conciencia infiere más de lo que percibe, ya que cuenta con aquello que viniendo del pasado, como retención, se superpone a la percepción actual. En cada mirada que lanzo a un objeto veo en él cosas deformadas. Esto no lo estamos afirmando en el sentido explicado por la física moderna que claramente expone nuestra incapacidad para detectar al átomo y a la longitud de onda que está por encima y por abajo de nuestros umbrales de percepción. Esto lo estamos diciendo con referencia a la superposición que las imágenes de las retenciones y futurizaciones hacen de la percepción.

Así, cuando asisto en el campo a un hermoso atardecer el paisaje natural que observo no está determinado en sí sino que lo determino, lo constituyo por un ideal estético al que adhiero. Y esa especial paz que experimento me entrega la ilusión de que contemplo pasivamente, cuando en realidad estoy poniendo activamente allí numerosos contenidos que se superponen al simple objeto natural. Y lo dicho no vale solamente para este ejemplo sino para toda mirada que lanzo hacia la realidad.

Así el paso del cromagnon al homo sapiens, marca el cambio de la forma mental y una nueva manera de estructurar las cosas, el mundo y los fenómenos de la conciencia.

Cambia la estructura básica del siquismo. Mientras que la diferencia que pudieran apreciarse entre un chino, un esquimal o un occidental, marcan solamente cambios en el sistema de creencias, o capas más periféricas de la FM, subsistiendo en ellos una misma organización del siquismo, lo que deja traslucir en todos ellos, signos característicos que nos llevan a afirmar, sin lugar a dudas, que participan de la "naturaleza humana".

De la misma manera, las diferencias físicas entre los hombres son variadísimas, no solo por sus diferentes tipos humanos, sino también por su color, estatura, etc. Pero dejan traslucir una conformación humana, perceptible, detrás de cualquier diferencia circunstancial y propia de la especie, que nos lleva a reconocernos como seres humanos a pesar de tales diferencias de "grado".

Acerca de la Atención 10 septiembre, 1989 Potrerillos Silo

El tema fundamental es la atención. Veo televisión y estoy atento; se que estoy atento. Y hay problemas con la atención dirigida por que no pierdo mis referencias ni soy chupado por las solicitudes sensoriales.

Cuando la atenciones solicitada por los estímulos en los sentidos, hablamos de una atención maquinal.

Hay otro tipo de atención. Frente a muchos estímulos, voy a aquellos que coinciden con mis intereses. Esa atención es mas vigilica aunque igualmente mecánica . Esas conductas y aspiraciones que ni siquiera han sido revisadas en mi, me llevan mecánicamente a esos estímulos.

Tanto un tipo de atención como el otro no están movidos por un genuino control. No se sabe que se esta haciendo.

Existe otra forma de atención: La atención dividida en la que se atiende a dos estímulos simultáneamente . En algunos oficios sucede esto, luego se mecaniza. Por ejemplo : El chofer de un buz que además de atender el manejo esta cobrando boletos , dando vuelto , etc..Conocemos este trabajo por practico que hemos hecho.

Otra forma es la atención dirigida . Podemos hacer muchas practicas con la atención dirigida y lo que lograremos es una mayor comprensión , es solo un testeo . Comprenderemos que la atención es muy elástica , que admite distintas formas . Pero no podemos llevarlo mas allá del testeo . de no ser asi , nos producirá fatiga y " sayonara" , por que nos exige mucho esfuerzo no obtenemos los beneficios proporcionales al esfuerzo invertido, los testeos los permiten simplemente comprender .

El practicar la atención dirigida descubrimos que la reversibilidad , juega con mayor fluidez . Es entonces bastante difícil que nos traguemos el anzuelo. No somos tan susceptibles a la sugestión y tan vulnerables, porque tenemos nuestro centro en nosotros mismos.

En los estados de hipnosis hay pérdida de referencias y no existe el cotejo . Nos atrapan los valores establecidos y aceptados. Lo mismo ocurre con el sueño .En la vida cotidiana la sugestión de la imagen de la prensa, la TV , es fuerte y si no hay con que cotejar todo eso es aceptado ,estas sometido a ese gran campo de influencia .La capacidad de reversibilidad y autocrítica disminuye considerablemente .Quien no se conoce a si mismo no puede hacer autocrítica . No tiene como cotejar .No hay reversibilidad y no puedes salir de ese campo de influencia.

Con reversibilidad puedes ir a discreción y a gusto en una dirección u otra. Conforme se pone en juego la atención, se pone en juego la perspectiva, la mirada, la ubicación frente a la cosa.

Si recordáramos momentos en que paseábamos nuestra atención, momentos en que sentimos una gran fuerza interna, nos serviría mucho practicar una técnica de atención .Si lo hiciéramos ahora, estamos atendiendo, nos registramos a nosotros mismos donde sentirnos emplazamos donde estamos, con suavidad obtendría registro de una mirada bastante mas clara. Y si mantuviera actitud y lográramos un registro de mayor potencia lograría frecuentemente un comportamiento mental diferente, una conducta tiene su rédito en la reversibilidad, la critica y la auto – observamos a nuestro alrededor un comportamiento mental potente.

Si pudiéramos convertir en valor psicológico ese estado, la atenta, es estar centrado frente a las cosas, creo que tendría rédito registraríamos una mayor claridad de ideas una mental inteligencia, notaríamos un interesante cambio. Sin forzamiento, es una conducta mental que se puede asumir.

Voy de boca, me voy de boca .se trata de una atención dirigida cuyo centro de gravedad es que mira, la mirada. Produce un funcionamiento mental diferente, perspectiva diferente. Es una actitud de disponibilidad inmediata, atención muy disponible, te interesas por cualquier cosa. Todo es interesante por que la atención es la que esta trabajando.

N o hay atención valida sin atención valida. No puede haber reflexiva si no hay reflexión sobre la acción. Si no sabe lo que haciendo mientras lo hace, o si no sabe que esta escuchado, ni escucha, no puede haber acción reflexiva si no se sabe que se, haciendo. Es un comportamiento mental no natural. Es una intencional de poner la cabeza. El valor de asumir un determinado comportamiento mental.

Existe un registro diferente cuando se a valorizado este comportamiento mental en la que el que hace, se tiene como referencia, perspectiva. No lo conviertas en practica, conviértelo en un interesan te de tu actitud mental. Es un re-enfoque de lo que sabemos cuando estés despierto, debes estar bien despierto.

Hay un comportamiento mental que es mucho más valioso que el comportamiento mental dado. Hay registros muy potentes, de fuerza interna. Si se obtienen buenos resultados uno se engolosina, uno le gusta andar así .Nos hace fuertes, reversibles, críticos, reflexivos, y autocráticos. Y no es el comportamiento mental de gente en general.

Se trata de una atención dirigida suave, no forzada, el forzamiento nos conviene, nos resta fuerza. Es una atención apercebida, englobamos en el tema conducta. Te va a permitir llevar el ojo, quieres llevarlo, te va a dar fuerza, reversibilidad y crítica. Se que a uno le interesa la libertad.

EL DESPERTAR. La atención dirigida como estilo cotidiano. SILO 1974

12 de julio de 2011 a la(s) 15:56

Hablemos un poco de la atención. Todos ustedes saben que existen distintos niveles de conciencia en el hombre. Todos nosotros pasamos diariamente por diferentes niveles de conciencia. En el nivel de sueño profundo, la atención (el manejo de la atención) es mínima, las imágenes se imponen a la mente y los ensueños son tan sugerentes que desaparece toda actitud de crítica y de autocrítica. Allí todo es sugestión.

Conocemos ese nivel primario, el nivel de sueño profundo, pero también reconocemos un nivel de semisueño. Aquél nivel del que se sale para entrar en la vida cotidiana, o aquél nivel por el que se pasa para entrar a la sugestión del sueño.

En este nivel del semisueño (nivel por el que pasamos todos los días), retazos de realidad pasan por nuestra mente, pero también los contenidos del sueño profundo nos invaden. Ya en este estadio, la conciencia de nosotros mismos aumenta. El nivel de autocrítica, el nivel de juicio propio, aumenta. Tenemos más control que en el sueño profundo. Eso está claro. Y desde allí seguimos transitando hasta encontrarnos en el estado actual, el estado de vigilia, más o menos consciente, donde nuestra atención ya, sí puede ser dirigida. Es dirigida cotidianamente, pero no es dirigida en todo lo que hacemos. Y no lo es, porque no es necesaria esta dirección rigurosa para la vida. Hay una cantidad de actos mecánicos que encaramos en la vida diaria, que no requieren de toda nuestra atención. No es necesario para colocarse la corbata poner mucha atención en ese trabajo, ni para abrir ni para cerrar la puerta. Hay infinidad de trabajos mecánicos, infinidad de actividades en la vida cotidiana que no requieren especial atención. Sucede entonces, que en algunos casos ponemos atención, pero en la mayor parte de los casos no la ponemos, no nos es necesaria. Nuestros reflejos nos acompañan, nuestro trabajo mecánico va actuando sin conciencia de nosotros mismos. Tal es la situación de nuestra conciencia de vigilia, de nuestro estado normal, habitual, cotidiano. Algo pasa entonces con ese "plus" de energía mental, algo pasa con ese resto de energía mental. ¿A dónde va todo eso si estamos haciendo las cosas mecánicamente? Si nos observamos un poco, descubrimos que por ahí surge un ensueño y por ahí una fantasía, y que a medida que avanzamos en la vida cotidiana, las fantasías y los ensueños pueblan nuestra mente.

De tal manera que somos conscientes cuando ponemos mucha atención en un trabajo, pero el resto del día no somos conscientes de esos ensueños que surcan nuestra mente.

Estos ensueños se desplazan continuamente; estos ensueños tienen el poder sugestivo que tenían también los ensueños del sueño profundo. Llegando a casos muy exagerados hay quien "duerme despierto". Pero sin ser tan exagerados descubrimos que nosotros también en la vida cotidiana ensoñamos. Ahora mismo estamos charlando y mientras estamos charlando, infinidad de asociaciones cruzan por nuestra mente, infinidad de cosas que nada tienen que ver con este momento y con este tema surgen en nuestra conciencia. Es claro entonces, para quien se observa un poco, el descubrimiento de los ensueños y de las fantasías. Esas fantasías y esos ensueños tienen que ver con los niveles que habíamos comentado. Afloran desde los niveles anteriores esos contenidos, y al aflorar, nuestra capacidad de crítica y nuestra capacidad de autocrítica disminuyen. En tal situación, la propaganda del sistema es sumamente apta para introducirse en nosotros. Un eslogan es tomado sin ningún juicio, sin ninguna autocrítica y es incorporado. La repetición de la TV es tomada sin ningún juicio, sin ninguna crítica y es incorporada. Las creencias colectivas, o de grupo, o de amistad, o de pareja por último; rápidamente se transmiten de unos a otros y se introducen a ese nivel de semisueño sin juicio y sin crítica.

De manera que la mayor parte del tiempo que pasamos en la vida cotidiana, no es una mayor parte de tiempo pasada en términos de conciencia; la mayor parte del tiempo que pasamos está manejada por los ensueños, manejada por los reflejos, manejada por las imposiciones del sistema, por las creencias sociales, por la propaganda. No somos absolutamente conscientes de nuestros actos, y eso por algo será. La naturaleza, que es tan sabia así lo ha previsto. Nosotros no pretendemos lograr distorsionar la naturaleza. Eso es descriptivamente, simplemente, lo que sucede. Encontrándose con esta situación mental es por lo que casi todas las religiones han tratado de sacar al hombre de esa suerte de sueño despierto. Jesús y el Buda repiten a sus discípulos conceptos sobre el "despertar". En todas las grandes religiones se habla de un despertar. ¿Pero de qué despertar estamos hablando si se supone que estamos despiertos? Seguramente estamos hablando de un despertar que tiene que ver con el estado de conciencia que puede desarrollarse aún en la vigilia ordinaria. Ese es nuestro punto. Todas las religiones se preocuparon (sobre todo en su origen) del problema del despertar.

Todas las religiones parecen haber sido en su origen sabias escuelas del despertar. Lo hicieron de distinto modo, lo adecuaron a sus distintos momentos históricos, lo manejaron con diversas técnicas.

Esas son las técnicas que nos interesan. ¿Cómo han procedido casi todas ellas en ese punto? En forma muy compleja, las escuelas tibetanas nos hablaron de recursos psicológicos para mantener el estado de conciencia de sí.

Los recursos de estas escuelas fueron pasando por traductores occidentales y llegaron hasta nosotros (uno de los ejemplares más evidentes de esa traducción de las escuelas tibetanas es el de Gurdjieff). Trataron, en todos los casos, de dividir la atención, lo hicieron con distintos recursos, veamos algunos. Mientras estoy hablando con ustedes no me olvido de mi propio cuerpo, el no olvidar mi propio cuerpo aunque hable con ustedes, no deja lugar o margen a las divagaciones. Si hablo con ustedes y al mismo tiempo atiendo a mi cuerpo, se produce en mí una suerte de división atencional, la atención se divide. He aquí el problema. Esto nos lleva rápidamente a una discusión psicológica y nos lleva a enfrentarnos con las corrientes psicológicas que entienden que la conciencia es una unidad, que el foco atencional es único, que a la atención no se la puede dividir. Ellos explican que en todo caso, por una parte atiendo a una cosa, y luego atiendo a mi cuerpo y de acá salto a la cosa y salto a mi cuerpo: entonces se está produciendo una suerte de penduleo, pero en ningún caso admiten que la atención esté dividida. No vamos a entrar en esas discusiones.

Spongamos como hipótesis, que efectivamente el foco atencional puede dividirse. Si el foco atencional puede dividirse y no padezco la ilusión de la división atencional, en tal caso lo primero que observo es que las divagaciones no tienen ya lugar. Observo que los ensueños y las fantasías desaparecen. Numerosas son las técnicas para producir tal estado. La más primaria es la de atender a un punto del cuerpo en particular.

Mientras estamos dialogando, atiendo a mi puño. Esa es la forma clásica, la más conocida.

Hablábamos de que atiendo a mi puño: gran dificultad. Noto que mi atención salta del puño a la conversación, pero en ciertos momentos noto que la atención está dividida. Es claro que al trabajar con la atención y si atiendo a sus dificultades, poco margen me queda para divagar.

La forma de trabajo descrita produce un tipo humano y una actitud frente al mundo. Sucede que al apretar mi puño y atender a lo que hago, al poco tiempo surge en mí un cierto cansancio. Para no perder el puño empiezo a apretarlo más; pasa más tiempo y sigo apretando más el puño... al apretarlo más empieza a rigidizarse mi brazo y luego mi cuerpo, la actitud que se produce con este tipo de trabajo es la actitud de un ser humano un tanto hierático, rígido, lento.

Hay otra forma de división atencional: aquella forma en la cual no apelo a un punto localizado, apelo a la sensación difusa y generalizada de todo mi cuerpo, al conjunto de las sensaciones cenestésicas de mi cuerpo. Estamos ahora charlando, pero en cambio siento mi cuerpo difusamente.

Esto genera un tipo humano de actividad distinto. Produce un tipo humano también lento, pero más apacible, más relajado.

Hay una tercera forma de división atencional: aquella en la que estoy atento ahora a mi posición (no me interesa el intracuerpo, no me interesa un punto localizado), me interesa la posición espacial, la referencia de los objetos que me rodean. Esto produce otro tipo humano, un tipo humano de actitudes felinas, un tipo humano de relación con su contorno, un tipo humano de manejo de situaciones.

De todas maneras las distintas formas de división atencional crean contradicción en la vida cotidiana. La división atencional produce distancia entre el yo y el mundo; la división atencional, crea en mí la ambigüedad por una parte de estar en las cosas y por otra parte de estar en un punto de mi cuerpo. Por una parte estoy "adentro" y por la otra parte estoy "afuera" y noto en mí no sólo división atencional, sino una división total de mi ser.

Estas técnicas, en algunas religiones han sido reemplazadas por otros recursos, por ejemplo: determinados sacerdotes al dar sus sermones, imaginan que atrás de ellos está la cruz. Y mientras hablan con sus feligreses, mantienen una parte de su atención referida a la cruz. Otros hay que pueden ir en el colectivo o pueden ir caminando por la calle, mientras rezan mentalmente y hablan con nosotros (pero están rezando, siguiendo sus cuentas, de tal manera que mantienen de todos modos su división atencional). Están como ellos dicen "en presencia de Dios". Hay numerosísimas formas, pero todas las técnicas que tienden a despertar, todas las técnicas que tienden a la conciencia de sí, todas las técnicas que tienden a la formación de un centro de gravedad permanente, se basan en la división atencional. A nosotros nos importa también tal estado; nos importa ser conscientes de nosotros mismos, nos importa que las divagaciones no nos manejen; nos importa que la propaganda, los "slogans", las incitaciones del sistema no nos controlen: pero no nos importa desconectarnos del mundo ni sufrir ambigüedad.

¿Cómo podemos hacer para que al par de ser conscientes, estemos en el mundo y estemos en las cosas con el mayor grado de eficacia posible?

Podemos distinguir bien entre la atención ingenua, que es la atención que uno pone cuando hace un trabajo difícil y la atención dirigida. Si yo estoy haciendo un conteo matemático, necesariamente debo atender, pero está claro que mientras hago el conteo me distraigo también. Y por otra parte, en cuanto termino ese trabajo entro nuevamente en el campo de las divagaciones. ¿Cómo hago entonces para mantenerme en la vida cotidiana en estado de atención? Lo hago adquiriendo un estilo, todo un estilo de vida que no se refiere a la atención en un caso particular de mi vida, sino que se refiere a todo lo que hago.

No vayan a creer ustedes que esto es lo que sucede, sucede algo muy distinto. Estamos hablando de una actitud en la vida cotidiana por la cual mi atención está puesta en grado sumo en todo lo que hago, sea esto nimio o importante.

Dirán: trabajar con atención de ese modo, no produce división atencional, pero como hay atención esto me impide que las imágenes de todos los modos, trabajen y caiga nuevamente en el sistema de la "vigilia ordinaria con ensueños". Pues no es así del todo. Sucede que al poner atención en lo que hago, estoy también trabajando con una suerte de división atencional. Sólo que esta división no es entre el objeto y un punto de mi cuerpo, no es una división en el mismo "plano", no es una bifurcación de la conciencia, es una división en distintos planos de profundidad. Cuando estoy trabajando con atención en todo lo que hago, necesariamente debo tener un control para saber que no me distraigo. Si me siguen van a ver no es tan difícil.

¿Cómo me doy cuenta por ejemplo de que me he distraído?, me doy cuenta de que me he distraído gracias a que hay un centro de gravedad que me permite observarlo, si no, no me daría cuenta. Me doy cuenta que en un momento dado divago porque hay en mí un centro interno que me permite ver las divagaciones.

Cuando nosotros entonces hablamos de atención dirigida, no estamos para nada hablando de la atención ingenua que es la que aplicamos solo a determinados momentos de la vida cotidiana.

Y ahora hagamos una pequeña práctica para ver las dificultades que se nos presentan con la división atencional en cualquiera de sus formas y con la atención dirigida en el sentido que decimos. Tomen un número cualquiera de tres dígitos por ejemplo y divídanlo por otro de dos dígitos. Pero al hacer esta operación no olviden el puño. Veamos: traten de dividir tres números por otros dos sin olvidar el puño que es como proponen determinadas corrientes religiosas, determinadas escuelas psicológicas. Traten de dividir pero no olviden el propio puño. Fíjense qué pasa, pasa que van del puño a la operación matemática, pasa que van saltando de un lado al otro y cuando la cuenta sale es porque se metieron en el problema y se olvidaron del puño. Sin embargo, con mucho esfuerzo, con mucho trabajo podrían llegar a lograrlo. ¿Pero se imaginan ustedes el tiempo invertido y el esfuerzo invertido? Tomen el mismo número, tomen el otro número que lo divide, hagan este cálculo matemático pero ahora con suma atención a la cuentas que están haciendo. No se preocupen del puño, preocupense de poner suma atención a esa división que pedimos. Aquí han sucedido por lo menos tres cosas. Primero que la operación va mas rápido, segundo que no hay contradicción entre lo que hacen y en lo que están pensando, tercero que advierten cuando se distraen.

Ustedes ingenuamente se hubieran dicho: "lo hemos hecho" o "no lo hemos hecho". Pero ahora advirtieron al trabajar de este modo que se distraían. Por ejemplo advirtieron que un momento estaban y en otro momento no estaban trabajando correctamente. ¿Y cómo pudieron darse cuenta de semejante cosa? Pudieron hacerlo gracias a que estaban trabajando con la idea de la atención dirigida. Si han captado esto, han comprendido experimentalmente lo que significa la diferencia entre atención ingenua y atención dirigida. Esta atención dirigida es la que nos importa a nosotros en la vida cotidiana como estilo de vida.

Tal trabajo no nos crea contradicción en el mundo, tal trabajo no nos crea ambigüedad. Por lo contrario, lanza toda nuestra energía en una sola dirección, nos permite efectividad. Claro está que ahí participan otros intereses, depende qué cosas nos importen a nosotros hacer en la vida cotidiana. Seremos efectivos en aquello que nos importe aunque nadie nos pida efectividad. Pero eso es ya otra cuestión que nada tiene que ver con la presente. El punto que hace a las técnicas de la atención y en particular a la atención dirigida como estilo cotidiano, está ya esbozado.

Sobre El Acertijo de la Percepción - Silo

Hace 2.500 años, en una clase magistral de Psicología Descriptiva, el Buda desarrolló uno de los problemas más importantes referidos a la percepción, a la conciencia observadora de la percepción, basándose en un método de registros.

Este tipo de Psicología es muy distinta a la Psicología oficial occidental que trabaja más bien con explicaciones acerca de los fenómenos. Ustedes toman un tratado de Psicología y van a ver cómo, dado un fenómeno, en seguida organizan una cantidad de explicaciones sobre el fenómeno, pero en cuanto al fenómeno mismo no dan su correcto registro.

Así pues, las corrientes psicológicas (a medida que se modifican con el paso del tiempo sus concepciones y sus datos, a medida que se amplían o se reducen sus conocimientos), van explicando los fenómenos psíquicos de modo diferente.

Así, si tomamos un tratado de Psicología de hace 100 años vamos a encontrar una cantidad de ingenuidades allí, que hoy no pueden admitirse.

Este tipo de Psicología sin centro propio, depende en gran medida de los aportes de otras ciencias. Una explicación neurofisiológica de los fenómenos de conciencia es interesante y es un avance. Al poco tiempo nos vamos a encontrar con otra más compleja.

De todos modos el conocimiento avanza en cuanto a explicación; pero en cuanto a descripción del fenómeno en sí, tales explicaciones ni suman ni restan.

Sin embargo, una correcta descripción hecha hace 2.500 años, nos permite asistir a la aparición del fenómeno mental, exactamente igual que si hubiera sido dada hoy.

Del mismo modo, una correcta descripción dada hoy, servirá sin duda para mucho tiempo más adelante. Este tipo de Psicología descriptiva, no explicativa (salvo cuando es ineludible la explicación), se basa en registros similares para todos aquellos que siguen la descripción.

Es como si estas descripciones hicieran contemporáneos a todos los hombres, aunque estuvieran muy separados en el tiempo y, por supuesto, los hace también coterráneos aun cuando estén muy separados en las latitudes.

Tal tipo de Psicología es, además, un gesto de acercamiento a todas las culturas (por diferentes que ellas sean), porque no enaltece las diferencias ni pretende imponer el esquema propio de una cultura a todas las otras.

Este tipo de Psicología acerca a los seres humanos, no los diferencia. Es, pues, un buen aporte a la comprensión entre los pueblos.

Yendo a nuestro tema. Al parecer, el Buda estaba reunido con un conjunto de especialistas y a modo de diálogo desarrolló lo que fue conocido posteriormente como "El acertijo de la percepción".

De pronto, el Buda alzó su mano y preguntó a uno de sus discípulos más notables:

—¿Qué ves, Ananda?

Con su estilo sobrio, el Buda preguntaba y respondía cada vez con precisión. Ananda era mucho más exuberante en sus desarrollos. Por consiguiente, Ananda dijo:

—¡Oh!, ¡Noble Señor! Veo la mano del Iluminado que está delante mío y que se cierra.

—Muy bien, Ananda. ¿Dónde ves la mano, y desde dónde?

—¡Oh!, Maestro, veo la mano de mi noble Señor que se cierra y muestra el puño. La veo, desde luego, fuera de mí y desde mí.

—Muy bien, Ananda. ¿Con qué ves la mano?

—Por supuesto, Maestro, que veo la mano exactamente con mis ojos.

—Dime, Ananda ¿la percepción está en tus ojos?

—Por cierto, Venerable Maestro.

—Y dime, Ananda, ¿qué sucede cuando cierras los párpados?

—Noble Maestro, cuando cierro los párpados desaparece la percepción.

—Eso, Ananda, es imposible. Acaso, Ananda, cuando se oscurece este cuarto y vas viendo cada vez menos, ¿va desapareciendo la percepción?

—En efecto, Maestro.

—Y acaso, Ananda, cuando esta habitación queda a oscuras y, sin embargo, tú estás con los ojos abiertos y no ves nada, ¿ha desaparecido la percepción?

—¡Oh!, Noble Maestro, ¡yo soy tu primo! ¡Recuerda que nos educamos juntos y que tú me querías mucho cuando pequeño, de manera que no me confundas!

—Ananda: si se oscurece el cuarto no veo los objetos pero mis ojos siguen funcionando. Así, si hay luz detrás de mis párpados, veo pasar esa luz, y si hay total oscuridad queda esto a oscuras: de modo que no desaparece la percepción por el hecho de cerrar los párpados. Dime, Ananda, si la percepción está en el ojo, y tú imaginas que ves mi mano, ¿dónde la ves?

—Será, Señor, que veo tu mano imaginándola también desde mi ojo.

—¿Qué quieres decir, Ananda? ¿Que la imaginación está en el ojo? Eso no es posible. Si la imaginación estuviera en el ojo, y tú imaginaras la mano adentro de tu cabeza, tendrías que dar vuelta a tu ojo hacia atrás para ver la mano que está adentro de tu cabeza. Tal cosa no es posible. De manera que tendrás que reconocer que la imaginación no está en el ojo. ¿Dónde está, pues?

—Será —dice Ananda—, que tanto la visión como la imaginación no están en el ojo sino que están detrás del ojo. Y al estar detrás del ojo, cuando imagino puedo ver hacia atrás, y cuando veo, cuando percibo, puedo ver lo que hay adelante del ojo.

—En el segundo caso, Ananda, no verías los objetos sino que verías el ojo...

Y así siguiendo con este tipo de diálogos. Con El Acertijo de la Percepción, se van complicando los registros, se van presentando aparentes soluciones, pero también se van dando cada vez objeciones más fuertes hasta que finalmente Ananda, muy conmovido, le pide al Buda una adecuada explicación de cómo es esta historia de la visión, y de la imaginación, y de la conciencia en general.

Y si bien el Buda es muy estricto en las descripciones, en sus explicaciones comienza a dar enormes rodeos, y así se va cerrando ese capítulo contenido en el Surangama Sutra, uno de los tratados más interesantes de estos estudiosos.

Cuando mostramos la mano, vemos la mano afuera y desde adentro. Es decir que el objeto se nos aparece en un lugar diferente al punto de observación del objeto. Si mi punto de observación estuviera afuera, no podría tener noción de que veo.

Por consiguiente, el punto de observación debe estar adentro y no afuera y el objeto debe estar afuera y no adentro. Pero si, en cambio, imagino la mano adentro de mi cabeza, sucede que tanto la imagen como el punto de observación están adentro.

En el primer caso, en la mano que veo afuera desde adentro, pareciera que el punto de observación coincidiera aproximadamente con el ojo.

En el segundo caso, cuando la mano está adentro, el punto de observación no coincide con el ojo; ya que si represento la mano adentro de mi cabeza, puedo verla desde mi ojo hacia adentro, desde la parte posterior de mi cabeza hacia adentro.

Puedo también ver a mi mano desde arriba, desde abajo, y así desde muchos lugares.

Es decir, que tratándose de una representación y no de una percepción, el punto de observación varía. Por lo tanto, el punto de observación, en lo que a representación hace, no está fijado al ojo.

Si imagino ahora mi mano que está en el centro de mi cabeza saliendo hacia atrás, sigo imaginando mi mano desde dentro de mi cabeza, aunque represente mi mano fuera de ella.

Podría pensarse que el punto de observación en algún momento sale de mi cabeza.

Tal cosa no es posible. Si me imagino a mi mismo, por ejemplo, mirándome desde frente de mí, puedo representarme a esto que me mira, desde aquí, desde donde estoy.

También puedo llegar a imaginar mi aspecto como si estuviera visto desde allí, desde el que me mira. Sin embargo, aun cuando me ubique en la imagen del que está frente a mí, el registro lo tengo desde mí, desde donde estoy.

No puedo decir del mismo modo, que cuando me miro en el espejo, me veo adentro del espejo o me siento dentro del espejo.

Yo estoy aquí mirándome allí, y no estoy allí mirándome aquí.

Podría uno confundirse y creer que por enfrentar la representación de sí mismo, allí está puesto el punto de observación; y ni aun en ese caso, tal cosa es posible.

En determinados casos experimentales (“cámara de silencio”, por ejemplo), al disminuir ciertos registros perceptuales, se pierde la noción del yo. Y al perderse la noción del yo, al no tener referencia del límite táctil se tiene a veces la impresión de que uno está fuera de aquí, e incluso que desde allí se ve a sí mismo.

Pero si uno cuidadosamente toma el registro, va a observar que esa proyección táctil cenestésica, de todas maneras no pone el registro fuera de uno sino que uno no tiene exacta noción del punto de registro porque se han perdido sus límites.

Así pues, veo la mano fuera de mí y desde mí, o bien, veo la mano en mí y dentro de mí en el caso de que la imagine. Aparentemente, se trata del mismo espacio.

Hay un espacio en el que se emplazan los objetos que observo, al cual puedo llamar espacio de percepción.

Pero también hay un espacio donde se emplazan los objetos de representación, que no coincide con el espacio de percepción.

Los objetos que se emplazan en estos dos diferentes espacios, tienen características diferentes.

Si observo la mano veo que está a una determinada distancia de mi ojo. Veo que está más cerca que otros objetos, y más lejos tal vez que otros.

Veo que a la mano, a su forma, le corresponde un color. Y aunque imagine otras cosas en torno a mi mano, la percepción se impone.

Ahora imagino a mi mano. Mi mano puede estar adelante o atrás de un objeto. Inmediatamente puedo cambiar de ubicación. Mi mano puede hacerse muy pequeña o puede cubrir prácticamente el campo de mi representación. La forma de mi mano puede variar y puede cambiar su color.

Así pues, la ubicación del objeto mental en el espacio de representación se modifica dependiendo de mis operaciones mentales, mientras que la ubicación de los objetos en el espacio externo, se modifica también pero no dependiendo de mis operaciones mentales.

Por mucho que piense yo en que esa columna se desplaza, en cuanto a representación tal cosa es posible, pero perceptualmente tiene su permanencia.

Hay, pues, diferencias grandes entre el objeto representado y el objeto percibido. Y hay grandes diferencias también entre el espacio de percepción y el de representación.

Pero ahora sucede que cierro los párpados y represento mi mano. Está bien si represento mi mano dentro de mi cabeza. Pero cuando cierro los párpados y recuerdo mi mano que estaba afuera de mi cabeza, ¿dónde represento mi mano ahora que la recuerdo? ¿La represento dentro de mi cabeza? No, la represento afuera de mi cabeza.

Y, ¿cómo al recordar los objetos que veo, cómo al recordarlos, puedo recordarlos ahora allí donde estaban, es decir, emplazados en un espacio externo? Porque recordar un objeto externo que se emplace dentro de mi cabeza es aceptable;

pero esto de recordar un objeto que no está dentro de mi cabeza sino afuera de ella, siendo que mis párpados están cerrados y no los veo, ¿qué tipo de espacio estoy viendo?

O bien los objetos que recuerdo están adentro de mi cabeza, y creo verlos afuera, o bien al cerrar los párpados y recordar los objetos, mi mente va afuera de mi espacio interno y llega al espacio externo. Tal cosa no es posible.

Distingo bien entre objetos internos y externos. Distingo bien entre el espacio de percepción y el espacio de representación;

pero se me confunde el registro cuando represento los objetos en el lugar donde están, es decir: afuera de mi representación interna.

¿Cómo distingo entre un objeto que está representado en el interior de mi cabeza, de un objeto que está representado o recordado fuera de mi cabeza? Lo distingo porque tengo noción del límite de mi cabeza. ¿Y qué es lo que pone el límite?

El límite está puesto por la sensación táctil, y es la sensación táctil de mis párpados la que me hace distinguir el objeto que está representado adentro, o afuera.

Si esto es así, el objeto representado afuera no necesariamente está afuera, sino ubicado en la parte más superficial de mi espacio de representación, lo que me da el registro traducido a imagen visual, de que está afuera. Pero la diferencia de límite es táctil y no visual.

Tan poderosa es la representación, que incluso modifica a la percepción.

Si ustedes ven ese telón atrás y lo imaginan muy cerca de sus ojos, van a ver que al mirar nuevamente el telón real, necesitan un tiempo para que se acomode la visión.

Es decir: ustedes imaginan que el telón está muy cerca de sus ojos, y al imaginarlo su ojo se acomoda al telón imaginado y no al real.

A la inversa, si ustedes imaginan que ven a través del telón un edificio que pudiera existir atrás, y luego miran el telón nuevamente, de nuevo el ojo se acomoda; y se acomoda porque antes se desacomodó; y se desacomodó porque el ojo puso la distancia de acuerdo con la imagen y no con la percepción. La imagen, la representación, acomoda inclusive a la percepción.

Si esto es así, los datos de la percepción pueden modificarse seriamente de acuerdo con la representación que esté actuando. Podría, por ejemplo, suceder que nuestro sistema de representación acomodara al mundo en general de un modo no tan exacto a como nosotros creemos que es.

Sobre todo considerando esto de que a la vez los fenómenos que se emplazan en el espacio de representación no coinciden con los fenómenos del espacio de percepción.

Y sabiendo que los fenómenos de representación modifican la percepción, la percepción puede estar alterada de acuerdo con el sistema de representación.

Y al decir alterada no hablo de casos particulares de alteración, sino de la percepción en general.

Esto es de enormes consecuencias porque si mi representación corresponde a un determinado sistema de creencias seguramente estaré modificando mi visión y mi perspectiva sobre el mundo externo de la percepción.

Puedo orientar mi cuerpo hacia los objetos gracias a la percepción.

Pero también puedo orientar mi cuerpo hacia los objetos gracias a la representación.

Si el objeto en lugar de estar representado afuera, estuviera representado adentro de mi cabeza, no podría orientar mi actividad hacia el objeto.

Cuando estoy en vigilia y con los ojos abiertos, mi punto de observación coincide con el ojo; y no solo con el ojo sino con todos los sentidos externos.

Pero cuando mi nivel de conciencia baja, mi punto de observación se va hacia adentro.

Esto es así porque a medida que disminuye el nivel de conciencia, disminuye la franja de percepción de los sentidos externos y aumenta el registro de los sentidos internos.

Por lo tanto, el punto de mira (que no es sino estructura de datos de memoria y de datos de percepción, al disminuir los datos de percepción externos y aumentar los internos), se desplaza hacia adentro.

Este punto de mira se desplaza hacia adentro en la caída de los niveles de conciencia, cumpliendo con la función de que la imagen del sueño no dispare su carga y mueva al cuerpo hacia el mundo externo.

Si todas las imágenes que surgen en mis sueños movilizaran actividad hacia el mundo, el sueño no serviría para mucho en lo que hace a recomposición de las actividades.

A menos que me encuentre en una situación sonambúlica, o de sueño alterado, en donde hablo, me muevo, me agito, por último me levanto y echo a andar.

Esto es posible porque el punto de mira, en lugar de haberse internalizado, se mantiene avanzando siguiendo las representaciones.

Si por problemas con mis propios contenidos, mi punto de mira es expulsado hacia la periferia, o por estímulos externos mi punto de mira es requerido hacia la periferia (aunque esté en situación de sueño), mis imágenes tienden a estar emplazadas en el punto más externo del espacio de representación y, por tanto, a disparar sus señales hacia el mundo externo.

Cuando el sueño se hace profundo, el punto de observación cae hacia adentro, las imágenes se internalizan y la estructura en general del espacio de representación se modifica.

De este modo, cuando estoy en vigilia, veo las cosas desde mí pero no me veo a mí, mientras que durante el sueño, me suelo ver a mí mismo.

En ocasiones, también en los sueños, muchas personas no se ven a sí mismas, sino que ven de un modo parecido a como perciben el mundo en la vida diaria.

Esto es así porque su punto de mira está desplazado hacia los límites de la representación. Su sueño no es tranquilo.

Pero si el punto de mira cae hacia adentro, me veo a mí mismo cuando me represento en sueños, desde afuera.

Y no es que mi imagen esté fuera de mi cabeza. Es que mi punto de observación se ha corrido hacia adentro y observo en pantalla la película de la representación donde aparezco yo mismo. Pero no voy percibiendo el mundo desde mí como en vigilia, sino que me veo realizando determinadas operaciones.

Esto mismo sucede con la memoria antigua. Si ustedes se recuerdan a ustedes mismos a los 2 años de edad o a los 3, o a los 4, no se recuerdan a ustedes viendo los objetos desde ustedes, sino que se ven a ustedes mismos haciendo cosas o entre determinados objetos.

La memoria antigua en cuanto a imágenes, como la representación en el nivel de sueño profundo, separa en profundidad el punto de mira.

Este punto de mira no es sino el yo. El yo se mueve, el yo se emplaza en una profundidad o en otra del espacio de representación, desde el yo se observa el mundo, desde el yo se observan las propias representaciones.

El yo es variable, el yo adecua las representaciones, y el yo modifica las percepciones según el ejemplo que hemos visto.

Cuando represento imágenes que se emplazan en una profundidad o en otra profundidad, por ejemplo, cuando imagino que bajo escaleras hacia las profundidades, o cuando imagino que subo escaleras, si observo mi ojo verá que mi ojo baja, o mi ojo sube.

Es decir, aunque el ojo esté de más porque no tiene que ver ningún objeto externo, el ojo va siguiendo las representaciones como si las percibiera.

Si yo imagino a mi casa que está allá, mi ojo tiende a ir hacia allá. Y si mi ojo no fuera hacia allá, de todos modos mi representación corresponde a ese lugar del espacio.

Inversamente, si imagino a mi casa en el otro punto. Este ojo que sube y baja siguiendo las imágenes, se va encontrando con distintos objetos.

Porque, según parece, a esa pantalla de representación en donde mira el yo, están conectados todos los sistemas de impulsos del propio cuerpo.

De manera que en una franja del espacio de representación hay impulsos de una parte del cuerpo, en otra franja otros y así siguiendo. Y ustedes saben que estos impulsos se traducen, se deforman, se transforman.

En un ejemplo muy conocido se apunta lo siguiente. Nuestro sujeto comienza a descender en sus imágenes. Lo hace por una especie de tubo y en su bajada se encuentra con, de pronto, una fuerte resistencia. Esa resistencia es una cabeza de gato muy grande, que le impide seguir bajando en el tubo. Para poder pasar acaricia el cuello del gato. Él, en imagen, acaricia el cuello del gato, y el gato de pronto se achica. Simultáneamente, él registra una distensión en su cuello, y entonces pasa por el tubo. Es decir que el gato no es sino, en ese caso, la alegorización de una tensión en el cuello del sujeto mismo. Al producir la distensión, entonces el sistema de señal de esa imagen alegorizada como gato, se modifica, disminuye la resistencia, y nuestro amigo desciende.

En otro caso, un sujeto comienza a descender en su representación. Allá, en las profundidades, se encuentra de repente con un señor que le da una pequeña piedra oscura. Nuestro amigo comienza a subir y llega hasta un plano medio, digamos, más o menos habitual, cotidiano, aunque representado.

Viene otro señor y le da un objeto diferente, pero de forma parecida al objeto que vio allá abajo.

Sigue subiendo hasta las alturas. Va subiendo hacia las montañas, se pierde en las nubes, y allá se encuentra una especie de ángel o algo por estilo, que le da un objeto más radiante, más claro, pero con características similares.

En los 3 casos, nuestro amigo observa el objeto en un punto preciso del espacio de representación. El mismo objeto no aparece en un punto acá, en otro allá, en otro allá, sino que según el plano por el que se desplaza, el objeto aparece en la mitad del plano, un poco corrido hacia la izquierda. Y es claro, nuestro amigo tiene, y luego lo recuerda, una vértebra artificial que da señal, aunque él habitualmente no lo perciba siempre del mismo modo, y siempre traduciéndose esa señal como una imagen.

De manera que los sistemas de alegorización, transforman las señales del intracuerpo y las traducen como imágenes en distintos puntos del espacio de representación.

No es que el ojo al subir y bajar baje a observar lo que sucede en el intracuerpo. No se metió el ojo adentro del esófago sino que llegó hasta la pantalla de representación la señal de tensión, sin que el ojo haya llegado hasta ese punto.

Así pues, si descendiendo, voy tomando contacto con traducciones de distinto nivel del intracuerpo. Esto no quiere decir que mi ojo se vaya introduciendo en mis vísceras, y traduciendo lo que veo.

A medida que se descende en el espacio de representación, éste se va oscureciendo. A medida que se asciende en el espacio de representación, éste se va aclarando, según conocen ustedes repetidamente.

Esta oscuridad en el descenso y claridad hacia arriba, tiene que ver en realidad con dos fenómenos: uno, el alejamiento de los centros ópticos; otro, con el habitual sistema de ideación y el habitual sistema de percepción en donde tenemos asociada la luz del sol en el cielo, etc., la falta de luz en las oscuridades.

Esto, sin duda se modifica en lugares en que la nieve está casi de continuo abajo y el cielo es oscuro, como describen los habitantes de zonas muy heladas y brumosas.

Por otra parte, hay objetos en las alturas que son oscuros, aun cuando el espacio de representación esté más iluminado y hay objetos que son claros en las profundidades del espacio de representación.

Sin embargo, hay puntos límites tanto en el ascenso como en el descenso en el espacio de representación. Pero esto, es motivo de otras descripciones.

Hemos visto 14 asuntos:

el 1º trató acerca de la ubicación del punto de mira con respecto al objeto que estaba afuera;
el 2º, el punto de mira si el objeto estaba adentro;
el 3º, si el punto de mira se colocaba atrás;
el 4º, trató sobre el falso punto de mira que parecía trasladarse, si uno se representaba a sí mismo desde adelante;
el 5º mostró qué pasaba con los objetos ubicados en el espacio de representación en su parte más externa;
el 6º, las diferencias entre el espacio de representación de lo de afuera y de lo de adentro, destacadas por esa barrera táctil que ponían los ojos;
el 7º punto trató acerca de la modificación de la percepción por la representación;
en el 8º punto vimos lo que sucedía cuando se emplazaba un objeto en el interior y se trataba de operar con el cuerpo;
en el 9º punto vimos la modificación del espacio de representación cuando actuábamos a nivel vigílico;
el 10º punto trató sobre la modificación del espacio de representación cuando actuábamos a nivel de sueño;
en el punto 11º vimos qué sucedía con los objetos correspondientes al espacio interno;
en el punto 12º, hablamos del espacio de representación y vimos que este espacio estaba relacionado con distintos puntos del intracuerpo y surgía ese espacio de representación como una suerte de pantalla;
en el punto 13º vimos que ascendiendo en las imágenes en el espacio de representación, éste tendía a iluminarse;
en el punto 14º vimos, finalmente, que descendiendo con las imágenes en el espacio de representación, éste tendía a oscurecerse, aunque admitía varias excepciones.

De aquí en más, puede extraerse un sinnúmero de consecuencias.

Silo

Las Palmas de Gran Canaria, España. 1 de octubre de 1978

Charla ante un grupo de estudios.