

**Propuestas para la Felicidad y Liberación Personal y Social.**  
**4ta Jornada de Psicología del Nuevo Humanismo**  
**Universidad Academia de Humanismo Cristiano**  
**29/8/2008**



Me apoyaré en el libro “La Mirada Interna” de Silo para intentar hacer estas propuestas. Silo es una persona que ha conectado con espacios profundos de la conciencia y muestra aquí un camino para que el ser humano de distintas culturas y distintas creencias pueda también acceder a ellos.

Lo primero es profundizar en nuestra situación actual. Develar, hacer evidente a nuestros ojos el estado de sinsentido en el que vivimos. La primera propuesta para la felicidad es tomar conciencia de nuestra infelicidad. Podemos ver pasar nuestra vida, todo lo que hacemos, nuestras luchas y ver que nada de eso nos llena plenamente, nada de eso se corresponde a nuestra búsqueda. Muchas de nuestras actividades nos llenan provisoriamente, pero nada tiene un sentido fundamental. Todo en mi es variable y provisorio, a veces siento una cosa y en otras siento lo opuesto, a veces creo con certeza y a veces todo es incertidumbre. Voy a morir, toda mi gente querida, la más querida y la que no quiero para nada, va a morir y en definitiva que sentido ha tenido esa angustia o ese instante de placer que se pierde en la neblina del olvido. Una causa reemplazará a otra causa, un amor a otro amor, un deseo sucederá otro, encandilando mis ojos, sin que nunca los pueda atrapar como espejismos de mi soledad.

Lo que llamamos sentido de nuestra vida, es en realidad un estado de conciencia ilusionada, la conciencia está ilusionada por un proyecto, un deseo, y obnubilada por él. En realidad ese es el modo ordinario de conciencia, vivimos un estado de conciencia ilusionada creyendo que tiene sentido, creyendo que no va a morir. Si estamos ilusionados no hay modo de despertar la búsqueda de sentido, puesto que la conciencia cree que su sentido está en poseer la ilusión que la tiene presa. La búsqueda se completó en la ilusión. Pronto vendrá la desilusión y una nueva ilusión reemplazará a la que fracasó, repitiéndose esto hasta mi muerte.

Además esas ilusiones curiosamente no tiene nada de original, muchas veces son propuestas por la educación que nos han dado en la escuela, cosas que nos han dicho en la casa por tradiciones familiares, muchas de ellas las tomamos de la publicidad, de la tv, de lo que dicen los que aparecen en tv. Es decir, no sólo vivo en el sinsentido confundiendo los espejismos con realidades, sino que además todo lo que se me ocurre, no se me ocurre a mí, sino que me lo ha prestado la tv, la familia, la escuela y la época.

Si queremos ir a la felicidad tenemos que develar la infelicidad y con mucha honestidad, si queremos la libertad, tenemos que ver nuestra dependencia. No se trata de algo natural. Naturalmente el ser humano debiera ser feliz y libre y por un error psicológico no lo soy y estoy buscando propuestas para no seguir cometiendo ese error. No, aquí estamos hablando de una estructura de conciencia encadenada al sinsentido, a la ilusión y por tanto al sufrimiento. Y estamos proponiendo un acto mental no natural sino intencional que es develar, poner ante los propios ojos, del modo más simple, el propio sinsentido. El acto intencional y no mecánico es un acto netamente humano. Lo podemos rastrear muy originariamente cuando hace un par de millones de años, nos acercamos al fuego. Hubo una sólo especie que venció el impulso natural de huir del fuego y despertó en el planeta la chispa de lo humano. Despertemos ese acto de conciencia poniendo ante nuestra mirada interna el Sinsentido, la Dependencia y agradezcamos el fracaso que nos desilusiona, que nos despeja la ilusión de la cabeza.

Pero, sigamos a la segunda propuesta. Si miremos por donde miremos nos topamos con la ilusión y el sinsentido, qué hacemos. ¿Habrá algo más o es sólo esto? ¿Tendremos otro tipo de experiencias que nos muestren un camino distinto a explorar?

En ocasiones todos nosotros hemos tenido sin un motivo aparente experiencias que salen de lo común. A veces por un corto instante me siento conectado, fundido con todo lo que sucede a mí alrededor. Mirando una noche de estrellas o un particular atardecer, de pronto me parece que lo comprendo todo, la luz, el universo, todo. Alguna vez me ha parecido que se trastoca el espacio, se hace más brillante o entrara en otro tiempo. Experiencias incomprensibles que duran muy poco tiempo. A veces veo todo como si lo viera por primera vez. Duran muy poco tiempo y luego todo vuelve a la normalidad y me olvido de esa experiencia, o la considero una casualidad o algo que imaginé. Por un corto instante mi conciencia se ha iluminado, se ha roto mi modo habitual de captar el tiempo, en fin, no puedo explicar con claridad lo ocurrido, mi razón no encuentra la explicación y muchas veces ni siquiera encuentra las palabras para describir lo vivido. Muchas veces no le damos importancia a estas experiencias pero si revisamos bien, aquí por un breve tiempo, una milésima de segundo, he experimentado algo muy importante, me ha parecido muy largo, muy completo, he visto la realidad de un modo nuevo, como si hubiera entrado en otro tiempo y otro espacio. Todos hemos tenido de estas experiencias, pero no todos las recordamos con facilidad porque en su momento, nos asustaron o las consideramos estados de locuras y las degradamos. Pero allí están como faros que iluminan el camino del sentido.

Estas experiencias reveladoras, accedo a ellas por casualidad, sin quererlo y son muy ocasionales. Estas experiencias nos ponen en presencia de otros estados de la conciencia,

cambia nuestra percepción de la realidad, del tiempo y del espacio. Cambian nuestro modo de sentir y de valorar. Lo que nos parecía importante queda descubierto como elementos sin ninguna importancia, y aquello que nos parecía simple y cotidiano cobra una relevancia significativa. Esas experiencias nos ponen en presencia de la existencia, de la vida y experimentamos otro tipo de relación con las otras personas, con la naturaleza, con el mundo y con el universo.

Así que si queremos esto de la felicidad y liberación deberíamos analizar cómo romper el estado de conciencia habitual y entrar en un nuevo modo de estructurar el mundo. No estamos hablando de superar una depresión, o un fracaso, para reemplazar una ilusión por otra, estamos hablando de modificar el modo de estructurar el mundo, estamos hablando de una conciencia que despierta de la ilusión.

Los caminos para producir una ruptura del modo habitual de conciencia y acceder a experiencias místicas, de sentido, transformadoras y liberadoras, son numerosos. Distintas escuelas en distintas culturas tienen sus estudios para acceder a estas experiencias. Pero nuestro tema no es sólo cómo acceder a estas experiencias, sino cómo hacerlas progresar. No se trata sólo de una irrupción y luego que vuelva todo a ser como antes. Se trata de poder hacer progresar la experiencia para que resulte transformadora de mi conciencia y llegue a través de mí al mundo, transformándolo.

El espacio externo se nos presenta como un vacío tridimensional sobre el cual están emplazados los cuerpos. El tiempo se nos presenta como una secuencia de atrás hacia adelante en que están emplazados los sucesos. Pero en el mundo interno esto varía bastante. El espacio interno es también un espacio vacío sobre el cual están emplazados ya no los cuerpos, sino las representaciones; pero éstas tienen total movilidad sobre ese espacio a diferencia de lo que ocurre con el espacio externo. El tiempo interno se nos presenta como una estructura de pasado presente y futuro y los sucesos tienen también movilidad para desplazarse en el tiempo interno sin respetar la rigidez lineal de cómo se nos presenta el tiempo externo. Las experiencias extraordinarias se dan en una profundidad del espacio interno y en un punto del tiempo interno en que se rompe la estructura pasado, presente y futuro y se las experimenta fuera del tiempo, como eternidad. Este tipo de experiencias producen modificaciones a todo el espacio y tiempo interno y son de tal intensidad que hacen variar también el modo en que percibimos el espacio y el tiempo externos.

Existe un tipo de energía sicofísica que nos permite entrar en estos nuevos modos de conciencia. Es la energía que se utiliza en la representación, la energía que utilizan las imágenes visuales, auditivas o cenestésicas. La energía mental utilizada para representar una flor en el campo, sentir su olor silvestre y la brisa que la acaricia. Esa energía que utilizamos para imaginarnos aquello, es la energía de la representación y la llamamos la "Fuerza". La movilización de esa energía es la "experiencia de Fuerza".

La Fuerza circula por el cuerpo involuntariamente pero puede ser movilizada y orientada para acceder a otros estados de conciencia.

La Fuerza puede ser acumulada en nuestro interior y recurrir a ella en momentos de necesidad a través de procedimientos precisos de pedido y de agradecimiento interior.

La Fuerza, que es la energía de la representación, puede concentrarse en una representación, como si fuera un doble energético. Esa imagen puede aumentar su concentración o disolverse dependiendo de la unidad interna que se tenga.

La Fuerza por un sencillo procedimiento puede movilizarse, pero para orientarla necesitamos unidad interna. El logro de la unidad interna o de la superación de las contradicciones internas facilita la concentración y la orientación de la Fuerza para el logro de nuevos estados mentales.

Si bien la Fuerza se puede orientar a estados despiertos de la conciencia, la pérdida de control de ella lleva a la conciencia a estados oscurecidos, propios del trance o mediumnímicos.

Qué pasa con esa energía cuando muere el cuerpo físico, ¿se disolverá o podrá seguir progresando? Para esta respuesta se requiere comprobar la presencia de esa Fuerza, comprender su naturaleza en la energía de la representación, y profundizar en su experimentación y control.

Movilizar la Fuerza es un procedimiento bastante sencillo, concentrarla y orientarla no lo es tanto, porque requiere de Unidad Interna. Entonces el tema de lograr unidad interior resulta clave para la felicidad y la liberación, pero no por la unidad interna en sí misma sino porque ello posibilita concentrar una energía que me permitirá, modificar el nivel de conciencia normal, caracterizado por la ilusión y el sufrimiento.

La Unidad Interna o si prefieren una conciencia sin contradicciones se va logrando no como conciencia aislada, sino como conciencia en el mundo y en relación con otros. Es lo que hago con otros lo que va produciendo en mi unidad o contradicción. Sobre esto sólo quiero recalcar que no importa lo que se hizo conmigo, no importa los sufrimientos a los que fui sometido por otra persona, otro grupo o por la sociedad entera; se trata del tipo de respuestas que doy a esas situaciones las que posibilitan o no la unidad interna.

Nos encontramos ante la paradoja que para lograr nuestra unidad interna necesitamos a los otros, y por tanto mi felicidad y liberación depende de la felicidad y la liberación de los otros. Podríamos haber demorado un minuto en esta charla y decir “para lograr su felicidad y liberación, preocúpese de la felicidad y la liberación de los otros”. Pero puesto así suena a un deber ser, a una moral externa y extraña a la propia experiencia, incluso a manipulación, porque son el tipo de cosas que dicen los que han violentado a la humanidad. Entonces está muy bien hacer un rodeo y recuperar los significados de esta propuesta.

Podemos dar un paso más para comprender que el proyecto de Humanización del Mundo, no es uno de tantos a escoger, sino uno muy básico que se corresponde a mi propia necesidad de liberación, que se corresponde a mi propia necesidad de evolución.

Sintetizando esta propuesta. Poner ante nuestros propios ojos, ante nuestra mirada interna, del modo más sincero posible el sinsentido de nuestra vida. Observar como ésta ocurre impulsada por ilusiones que se van reemplazando unas por otras mientras se nos agota la vida. Esto dotará de intensidad nuestro acto de búsqueda. No confundir el sinsentido con estados de depresión, ansiedad o angustia en los que se llega por resistencias a reconocer el fracaso de la ilusión de ese momento. Reconocer experiencias personales que rompen toda lógica racional, que son totalizadoras, no son comparables con ninguna experiencia del vivir cotidiano, son del tipo, por un instante lo he comprendido todo, por un

instante he sentido una conmoción profunda, una alegría súbita y total. Movilizar la Fuerza orientándola al logro de nuevos estados de conciencia. Ganar en unidad interna y vencer las contradicciones para facilitar la concentración y orientación de la Fuerza. La Unidad Interna se logra con ayudar a otros a su felicidad y liberación y esto nos conecta con un proyecto humano que es la Humanización del Mundo.

Muchas Gracias  
Dario Ergas  
26 de agosto 2008