

LAS CUATRO DISCIPLINAS



ANTECEDENTES

Desde antiguo existieron procedimientos capaces de llevar a las personas hacia estados de conciencia excepcionales en los que se yuxtaponía la mayor amplitud e inspiración mental con el entorpecimiento de las facultades habituales. Aquellos estados alterados presentaron similitudes con el sueño, la embriaguez, algunas intoxicaciones y la demencia. Frecuentemente, la producción de tales anomalías fué asociada con “entidades” personales o animales, o bien con “fuerzas” naturales que se manifestaban, precisamente, en esos paisajes mentales especiales. A medida que se comenzó a comprender la importancia de aquellos fenómenos se fueron depurando explicaciones y técnicas con la intención de dar dirección a procesos que, en principio, estaban fuera de control. Ya en épocas históricas, en las distintas culturas (y con frecuencia a la sombra de las religiones), se desarrollaron escuelas místicas que fueron ensayando sus vías de acceso hacia lo Profundo. Todavía hoy en la cultura material, en los mitos, leyendas y producciones literarias, se pueden apreciar fragmentos de concepciones y prácticas grupales e individuales muy avanzadas para las épocas en que esas gentes vivieron.

LAS DISCIPLINAS

Las vías que hoy conocemos se apoyan en los descubrimientos que realizaron diferentes pueblos en un lapso no mayor a los cinco mil años. Es tal la diversidad de fuentes fragmentarias que no se puede pretender abarcar todo el conocimiento y la práctica de acceso a lo Profundo. Nuestras Cuatro Disciplinas trabajan con la manipulación de objetos materiales externos (D. Material), con la energía psicofísica (D. Energética), con los objetos mentales (D. Mental) y con las formas mentales (D. Morfológica). Queda claro que esas disciplinas no agotan otras posibles vías.

La Disciplina Material se basa en los trabajos de taoistas y budistas chinos, así como de babilonios, alejandrinos, bizantinos, árabes y occidentales. A ese conjunto de trabajos en su continua transformación y deformación se lo conoció con el nombre de “Alquimia”. Hacia fines del S. XVIII, la Alquimia había declinado irremediablemente, pasando muchos de sus descubrimientos, procedimientos e instrumental, a manos de la Química naciente.

La Disciplina Energética busca sus raíces en el Asia Menor desde donde el orfismo y el dionisismo se propagaron hacia Creta y Grecia sufriendo importantes modificaciones hasta que fueron abolidos por el Cristianismo triunfante. También en algunas líneas shivaítas y del tantrismo, se pueden rescatar fragmentos de una experiencia extraordinariamente rica.

La Disciplina Mental encuentra en el budismo su mayor fuente de conocimiento. Para favorecer las distinciones entre actos y objetos mentales apela al lenguaje riguroso de alguna corriente filosófica contemporánea.

La Disciplina Morfológica reconoce antecedentes significativos en algunas corrientes de pensamiento pre-ático que florecieron bajo las influencia “orientales” de Egipto, Asia Menor y Mesopotamia, tal el caso de la escuela pitagórica.

Las Disciplinas trabajan con rutinas que se repiten en cada momento de proceso (paso), hasta que el operador obtiene el registro indicado. Todo el proceso está convencionalmente organizado en doce pasos separados en tres cuaternas. Así como cada paso tiene una designación que aproxima a la idea del registro buscado, cada cuaterna señala un significativo cambio de etapa.

Las disciplinas llevan al operador en la dirección de los espacios profundos. Concluído el proceso disciplinario se está en condiciones de organizar una Ascesis despegada de pasos, cuaternas y rutinas.

DISCIPLINA MATERIAL¹



Esta es una Disciplina que trabaja con un sistema mental de fuerte alegorización y asociación. El “cuerpo” que va sufriendo un proceso de transformación es la representación del operador. Por lo anterior, no basta realizar operaciones con materiales, es necesario que el operador “resuene” con ellos en un argumento de transformación. Se trata de la dirección de un proceso en el que el operador va cumpliendo pasos de los cuales debe tener registros precisos (indicadores).

Pasos en la Disciplina Material.

Las grandes etapas del proceso pueden resumirse como en la estructura de varios mitos universales: nacimiento y vida - muerte y obscuridad - resurrección y ascenso. La materia utilizada va sufriendo todos los cambios que proponen los pasos de la disciplina al tiempo que el operador registra las concomitancias alegóricas del caso. La materia prima inicial, el cinabrio (un compuesto de azufre y mercurio), irá transformándose a lo largo de toda la disciplina.

Primera cuaterna: el nacimiento y la vida.

1º.- Depuración. Se trata de la purificación de dos sustancias. Al mercurio se lo filtra con una gamuza o cuero fino hasta que quede limpio de impurezas. Al azufre se lo lava con agua tibia reiteradas veces hasta que algunas impurezas precipitan y otras sobrenadan pudiendo retirarse el azufre limpio. Finalmente, se mixtionan las sustancias purificadas en proporción 1:3, obteniéndose un cuerpo negro pizarra con brillos metálicos.²

2º.- Crecimiento. Ácido clorhídrico en 2 partes de agua pura. Se introduce el cuerpo en un balón de vidrio y se lo cubre con la dilución. En la trampa y el recipiente con agua pura, se registran escasas burbujas. Se inicia el proceso aplicando una suave llama que va aumentando gradualmente hasta que aparece el indicador de las burbujas. El ritmo de salida de las burbujas debe ser lo más parejo posible, en todo caso debe aumentar y no disminuir. Se incrementa la llama hasta que aparecen en el balón las trazas de colores. En este punto se mantiene la temperatura y el paso termina cuando aparecen las agrupaciones rojas brillantes.³

¹ La Disciplina Material se suele practicar en un ámbito conocido como “taller” que debe tener buena aireación y ventilación ya que se trabaja con ácidos y vapores tóxicos. Ha de atenderse, además, a los peligros de incendios y quemaduras por manipulación de mecheros, sopletes, ácidos hirvientes y por explosión del instrumental de vidrio. También hay que cuidar el contacto de la piel con sustancias venenosas como el mercurio.

²

Siempre estuvo en discusión cuál era la “materia prima”, pero tratándose de un “andrógino” es aceptable considerar a dos elementos distintos, el azufre y el mercurio, como constituyentes de un solo cuerpo. Luego de la mixtión por giro de la sustancia en el “mortero”, el cuerpo va tomando una coloración cada vez más negra hasta semejar el “ala del cuervo” con sus pequeños destellos metálicos. Este momento de la “mortificación”, se continuará en el siguiente paso cuando se agregue temperatura con un sistema gradual muy interesante conocido como “fuego de rueda”. El cuerpo ha sido “mortificado” pero aún tiene “crecimiento” y otras funciones. La “muerte” ocurrirá en la siguiente cuaterna.

³

En este paso aparecen la vistosa “bandera alquímica”, con sus colores rojo, blanco y negro y las agrupaciones rojas brillantes conocidas como los “rubíes”. El aparato conocido como “trampa” sirve para permitir la salida de

3°.- Separación. Con la aparición de las agrupaciones rojas se disminuye gradualmente el fuego hasta el enfriamiento del balón. Se procede al desprendimiento mecánico de los costrones bajo los cuales aparece una sustancia roja que contrasta con la sustancia negra calcinada. Se disuelve la sustancia negra en la dilución ácida caliente a menor temperatura que ebullición girando siempre en la misma dirección hasta obtener un cuerpo rojo que será secado por evaporación. Esto admite reiterados lavados con agua pura hasta que no queden rastros de acidez. ⁴

4°.- Repetición. Mixtión perfecta del cuerpo rojo con el mercurio purificado 3:1. División en tres grupos. Introducción del primer grupo en el balón y aumento gradual del fuego hasta obtener el espejado, este aparece con más nitidez en el cuello. Se observan nuevamente las burbujas para controlar el fuego. Los indicadores deberán ser cuidadosamente verificados ya que el espejado se produce entre la temperatura de fusión del estaño y el plomo.⁵ Esta franja de temperatura se debe tratar de mantener sin que se produzca la fusión del plomo. Entonces: obtenido el espejado por mixtión y sublimación del primer grupo (1R o Primera Repetición), se desprende mecánicamente el material que finamente pulverizado se mixtiona con el segundo grupo (2R) y se vuelve a espejar completando el procedimiento anterior para terminar en la mixtión con el tercer grupo (3R). Pueden producirse en este paso movimientos cenicientos blancos adentro del balón que sirven de indicadores de conclusión de esta etapa. Finalmente, por desprendimiento, pulverización y lavado se va obteniendo un cuerpo rojo de mayor fijeza que el obtenido en el paso 3. La mayor fijeza de este cuerpo se constata por la prueba de fuego al colocar una pizca del cuerpo sobre una plancha de vidrio que se flamea en repetidas oportunidades sin que se observe alteración en su coloración. También se prueba la fijeza de este cuerpo aplicándole los tres ácidos: clorhídrico, sulfúrico y nítrico. En caso de reaccionar con algún ácido indicará errores previos en el proceso. De no haber reacción se continúa. El cuerpo rojo fijo obtenido tiene la coloración de la semilla de granada madura, más intensa en su coloración que en el cuerpo rojo no fijo del paso 3°. ⁶

Segunda cuaterna: la muerte y la obscuridad. ⁷

5°.- Fermentación. Se mixtiona el cuerpo rojo fijo con plomo fino (polvo de plomo), éste posteriormente debe cubrir la mezcla. Se baña todo en ácido sulfúrico y llevando la temperatura a tibieza de piel. Comienza la fermentación y aparecen las burbujas indicadoras. Posteriormente, se aumenta el fuego hasta producir una reacción violenta. Disminución del fuego y enfriamiento. Se agrega agua pura a la sustancia revolviendo y dejando precipitar. Se extrae el agua ácida. Esto se repite varias veces hasta

gases, cosa que se puede seguir al observar el desprendimiento en el agua. Si el desprendimiento se detiene por enfriamiento del ambiente los volúmenes de gas se contraen y provocan una succión del agua a menor temperatura (a lo que se llamó "regresión"), que termina haciendo explotar al balón.

⁴

Los trozos del cuerpo calcinado que se adhieren al balón y que es necesario desprender con sumo cuidado, presentan al ser fragmentados unas estrías rojas en su interior, por ello fueron llamadas las "agallas". Se procede de inmediato a la obtención de la "sal roja no fija" llamada así porque no aguanta la "prueba de fuego", ni la prueba de ácido y el "dragón verde" (ácido) puede "digerirla".

⁵

Este control se hace apelando a los "testigos" suspendidos de un collarín de bronce o latón colocado alrededor del cuello del balón. Los testigos están en posición diametral de manera que se ven muy claramente. El testigo de estaño fundirá a los 232°, mientras que el de plomo a los 327°. Estos "testigos" sirvieron para medir las temperaturas ya que el calor deseado se lograba al fundirse el estaño pero no el plomo.

⁶

Este es el procedimiento llamado "REBIS" (la "reiteración de la cosa"), o "3R" ("tres veces reiterado"). El indicador de este paso es un espejado del vidrio que devuelve la imagen del operador, por ello se lo llamó también "el espejo". El cuerpo rojo obtenido al final de este paso es conocido como "sal roja fija" o "granada" por su coloración.

⁷

Toda esta cuaterna describe el proceso y los indicadores (e internamente "registros" para el operador), de la obscuridad y la muerte del cuerpo.

que se elimina toda acidez. Secados y calcinación mediante fuego hasta obtener el cuerpo como polvo gris blanco.

6º.- Circulación Se prepara la solución sulfonítrica (1 de ácido sulfúrico por 2 de ácido nítrico). Calentamiento y vaporización de la sustancia en ciclo cerrado, es decir, se recuperan los vapores para hacerlos pasar por la sustancia nuevamente. Aquí el aparato usado, conocido desde antiguo como “cisne”, es fabricado por el operador en base a cerámica blanca posteriormente esmaltada. El proceso termina cuando toda el cuerpo es atacado y queda reducido a pasta gris oscura.⁸

7º.- Lavado. Lavados iguales a los del 5º paso; vaporizaciones con agua y secado con calor. El proceso se repite varias veces hasta obtener un cuerpo polvoriento gris muy fino.

8º.- Aglutinación. Se mixtiona el cuerpo con antimonio, cobre y hierro. La cantidad de polvo gris blanco debe ser mayor que la cantidad de materiales (juntos). Debe hacerse un ordenamiento por cantidades de mayor a menor. Así, si se asignaran valores, éstos serían: cuerpo 7, antimonio 3, cobre 2, hierro 1. Se coloca la mixtión dentro del crisol y se somete a 1500º (a esta temperatura el crisol y la mixtión se ponen al “rojo blanco”). Se reconoce a la sustancia completamente fijada cuando no es atacada por el fuego. Se mantiene el fuego hasta que todos los elementos intervinientes se funden homogéneamente. Al enfriar y separar las escorias aparecen la vetas de los distintos materiales como si se tratara de una montaña en miniatura. Se introduce el cuerpo en solución sulfonítrica: 1 de ácido sulfúrico por 2 de ácido nítrico, calentado muy suavemente. Se va aumentando la temperatura hasta producirse la reacción violenta y la aparición de colores en sucesión: verde, azul, amarillo, rojo y blanco en vapores y en decantados líquidos.⁹ La pasta húmeda verdosa en que termina el cuerpo muestra los signos de la muerte. Se mantiene la temperatura hasta que el cuerpo calcinado queda convertida en un polvo grisáceo ceniciento, en él aparecen unos brillantes y diminutos cristales.¹⁰

Tercera cuaterna: la resurrección y el ascenso.¹¹

9º.- Vivificación. Lavados con agua densa. Esta se obtiene destilando agua hasta quedarse con el 1/10.000 del volumen que se recoge, reuniendo la cantidad deseada. Lavados como en el 5º paso. Secado y fragancia del cuerpo.¹²

⁸ El proceso en el “cisne” tiende a hacer perder el “espíritu” del cuerpo, por ello la reiteración de los ácidos hirvientes hasta que el cuerpo quede “digerido” totalmente. En este paso no se pretende recuperar el “espíritu” como podría ocurrir en una destilación común (de ahí que las bebidas “espirituosas” estén relacionadas con la destilación de los alcoholes), sino todo lo contrario. Se trata de quedarse con el “cuerpo” hasta que esté totalmente inánime (sin “anima”), pero eso demandará otros trabajos que terminarán con la sepultura del cuerpo en la “montaña”. Luego de numerosas extracciones y calcinaciones se estará en condiciones de obtener un cuerpo finalmente “muerto” (primeramente sin “espíritu” y luego sin “alma”). Se tratará de las cenizas de lo que fue un ser vivo.

⁹

Estos indicadores de color, conocidos a veces como “el pavo real” deben ser obtenidos a riesgo de no llegar a concluir exitosamente la operación. Frecuentemente, la impaciencia hace perder algún color indicador y es claro que el proceso queda trunco.

¹⁰

Este paso es el de la “montaña” y las “cenizas”. Ofrece varias dificultades técnicas al llevar la llama del soplete oxiacetilénico (que permite ahorrar demoras innecesarias) hasta los 1.500º. Ese trabajo debe hacerse con mucha rapidez impidiendo que los elementos de baja temperatura de fusión terminen sublimados o volatilizados perdiéndose la posibilidad de integrarlos en la montaña. Por supuesto, se reemplaza el trabajo con el atañor u horno alquímico por otro instrumental.

¹¹

Toda esta cuaterna describe el proceso y los indicadores (e internamente “registros” para el operador), de la resurrección del cuerpo.

¹² Nuevamente tenemos aquí un procedimiento en el que importa evaporar todo “espíritu” propio del agua o “cargado” en el agua. Aquí se trata de conservar las moléculas más pesadas del “disolvente universal” (el agua), que en este caso servirán para disolver y aglutinar los “restos” del cuerpo sin agregarle otras propiedades que siempre están presentes en el agua. Este tipo de procedimiento (el “solve et coagula”), fue

10°.- Purificación. Se cubre el cuerpo con plata pura y se agrega ácido nítrico (la temperatura debe estar más baja que el punto de ebullición del agua). Luego se eleva lentamente la temperatura hasta que el cuerpo comienza a tomar una coloración gris verde.

11°.- Conversión. Se agrega antimonio puro y se sube la temperatura hasta que el cuerpo funde con el antimonio. Se producen destellos significativos. Cambio de cualidad del cuerpo.¹³

12°.- Multiplicación. El balón ha quedado teñido de color dorado. Moliendo el balón hasta obtener un polvo de vidrio muy fino se está en presencia de un cuerpo capaz de teñir en presencia del calor, en una proporción 1/10.000.¹⁴

DISCIPLINA ENERGÉTICA

muy usado con diversas sustancias por los alquimistas occidentales. El “agua liviana” o rocío de la mañana o también “rocío de Mayo”, era obtenido por los alquimistas dadas las propiedades cósmicas con que se “cargaba” momentos antes de la salida del sol y en ese caso se trataba del “agua liviana” opuesta al “agua densa” de este trabajoso paso. Otro indicador del paso logrado correctamente es el de la “fragancia de la vida” parecido al aroma que exhalan los niños recién nacidos. El suave olor que se desprende en el lavado del cuerpo con agua densa, sirve muy bien para configurar el argumento mítico.

¹³

Esta operación fue llamada “el triunfo del antimonio” por la luz radiante que aparece en el interior del balón de un modo un tanto sorprendente. Este paso y los fenómenos que lo acompañan son muy variables y dependen en alguna medida del manejo del “fuego de rueda”. Superar la temperatura límite lleva a la explosión del balón; no llegar a la temperatura mínima, impide el “cambio de cualidad” del cuerpo. El “cambio de cualidad” fue llamado también “transmutación” y, a veces, “transubstanciación”. Tales procedimientos y designaciones arrastraron a los alquimistas a un choque frontal con la religión oficial medieval ya que se creía en los ámbitos eclesiásticos, que la “transubstanciación” era un “misterio” propio de la conversión del pan y del vino en “cuerpo y sangre” de Cristo. Por otra parte, este hecho parece un remedo del procedimiento cristiano, cuando su inspiración arranca, en realidad, en el ambiente clásico de los Misterios de Eleusis. Mucho antes de esa época hay indicios de “cambios de cualidad de las sustancias” en los cultos tectónicos del Asia Menor, de los que Cibele es una de las divinidades más significativas. Por supuesto que hay antecedentes también en la alquimia china

¹⁴

Este paso fue llamado “el Fénix” hallándose en esta ave fabulosa una imagen que respondía a la resurrección por el fuego de acuerdo a la divisa de los alquimistas: “Igne Natura Renovatur Integra” (Por el Fuego será Renovada Integramente la Naturaleza). También la Cornucopia fue una alegoría adecuada. Del cuerno de la abundancia brotaban inagotablemente todo tipo de beneficios como la inmortalidad, la regeneración y la riqueza en dones materiales y espirituales. Los mitos y leyendas (de origen alquímico) que circularon en la época del descubrimiento de América tales como “Eldorado”, o la “Fuente de Juvencia” inflamaron la imaginación de no pocos aventureros.

En este último paso el balón (el huevo alquímico), ha quedado teñido de color dorado y al pulverizarlo se cuenta con una sustancia que tiene propiedades multiplicativas como la de teñir otros cuerpos en presencia del fuego. Este caso, el de la “píldora de oro” (un comprimido dorado hecho con sustancia mercuriales, azufre y otras), fue producido por los alquimistas chinos. De allí se derivaron no pocos excesos ya que algunos emperadores y numerosos funcionarios, buscando la “píldora de la juventud”, se dedicaron a ingerir estas sustancias tóxicas.



Nos basaremos en dos principios energéticos: 1.- Si no se cuenta con energía difundida no se puede disponer de ella. Si hay energía concentrada, primero habrá que difundirla y luego requerirla desde distintos puntos del cuerpo. 2.- Para poder trabajar en esta disciplina se debe adiestrar la aptitud de sentir internamente las cargas psicofísicas utilizando los plexos nerviosos para verificar la producción y pasaje de la energía, plexo por plexo.

Pasos en la Disciplina Energética.

Primera cuaterna: creación energética.

1º.- Preparación. Se crea un ámbito mental adecuado al ubicarse en una “campana” de aislamiento de los condicionamientos externos.

2º.- Acumulación. Se eleva la tensión lenta y moderadamente apelando a la contracción muscular en torno al plexo vegetativo- sexual.¹⁵

3º.- Desconexión. Por una parte de la fuente física del estímulo, por la otra de percepciones e imágenes estimulantes. Se comienza por dividir las imágenes estimulantes de las sensaciones quedándose únicamente con las últimas localizadas en el punto. La imagen estímulo ha desaparecido y se retiene solamente la imagen- apoyo que refuerza la sensación.

4º.- Ascenso . Se van elevando las sensaciones plexo por plexo, encontrando obstáculos que deben disolverse hasta llegar a la cúspide y obtener en ella la “luz”. Solamente con el perfeccionamiento de la práctica se pueden empezar a reconocer las diferencias entre los plexos. Terminada esta cuaterna, lo que fue la rutina de repetición de cada paso, se convierte en repetición de la cuaterna sin solución de continuidad.¹⁶

Segunda cuaterna: consolidación energética.

5º.- Evanescencia. Las sensaciones se transforman en destellos o pierden naturalmente fuerza hasta diluirse. Activación en la cúspide hasta evanescer el proceso.

¹⁵ A partir de este momento se lo reconocerá como “plexo productor”. Desde el comienzo del proceso se debe comprender que no son los plexos los que producen energía psicofísica sino que son usados como fuentes de sensaciones y como referencias atencionales. El trabajo con los plexos permite la movilidad de imágenes y registros (al principio visuales y táctiles externas) y posteriormente la movilidad de registros (de imágenes táctiles internas y cenestésicas). Tradicionalmente, se siguió la práctica de “subir” energía desde el plexo productor siguiendo el desplazamiento por la espalda de manera que a distintas alturas de la columna la corriente nerviosa llegaba hasta los plexos ubicados en la parte delantera del cuerpo.

¹⁶

Una buena secuencia en el paso del Ascenso puede ser la siguiente: **A.- Producción de la carga** desde el plexo productor. El asunto principal consiste en lograr una carga suficientemente intensa para movilizarla hacia los distintos plexos. **B.- Desde el plexo productor al plexo epigástrico**, abajo del ombligo (suele registrarse como aumento de calor y expansión de la energía en todo el cuerpo); **C.- Desde el plexo epigástrico hasta el plexo solar** (suele registrarse como tensión y movimientos en el cuerpo ya que se actúa sobre el centro motoriz); **D.- Desde el plexo solar hasta el plexo cardíaco** (suele registrarse como movimiento emotivo, como oleadas de emociones); **E.- Desde el plexo cardíaco hasta el plexo faringeo**, en la mitad del cuello y abajo de la garganta (suele registrarse como aumento de calor hacia la cabeza); **F.- Desde el plexo faringeo hasta la cabeza**, hacia la mitad, detrás de los ojos sintiéndolos como referencia (suele registrarse como luz, colores y movimiento de imágenes).

6º.- Recuperación. Se producen caídas de tensión y se vuelve al plexo productor recuperando todo tipo de sensaciones (sin nuevos estímulos en dicho plexo).

7º.- Fijación. Se produce nueva caída de sensación y se trata de mantener en la cúspide un tono de tensión independiente de las imágenes. Son sensaciones puras sin imágenes, o más precisamente, imágenes cenestésicas y/o kinestésicas sin imágenes de sentidos externos.

8º.- Concentración. Se recupera desde el plexo productor todas las sensaciones del cuerpo (experimentación del "mundo" a través del plexo productor y se van desplazando las sensaciones hacia "arriba").¹⁷

Observaciones sobre los pasos 7º y 8º.

Se ha avanzado desde el paso 7º (manteniendo las sensaciones en la cúspide el tiempo que parezca oportuno), al 8º en el que ya se marca el momento de "bajar" al plexo productor investigando las distintas opciones sensoriales: tal vez se pueda contar con sonidos; con sensaciones táctiles que pueden ir cambiando; con sensaciones odoríficas; con sensaciones visuales que puedan impactar en el plexo productor. Es importante que las distintas sensaciones que se usen logren movilizar el plexo productor transformándolas en representaciones (en energía que se utilizará para subir por los plexos). Las fuentes generadoras de sensaciones son muy variables, muy personales, y todo está sometido a la experimentación en este campo, por otra parte eso ayudará a entender el mecanismo de las traducciones y el mecanismo de las traducciones de sensaciones a energía psicofísica.

Importa registrar el sucesivo impacto de los distintos sentidos, comprobando como "pegan", como se traducen en el plexo productor y cuando parezca que esas sensaciones se han traducido suficientemente, se comienza a llevar ese "conjunto de sensaciones" (ya sin precisiones ni distinciones entre los distintos sentidos) como energía total que irá ascendiendo hacia la cúspide y allí quedará esa carga suponiéndose que con el paso de las horas se irá redistribuyendo en todo el organismo y quedará todo equilibrado y sin tensiones ni sobrecargas. El trabajo de la segunda cuaterna es de sensibilización energética, así como la primera cuaterna fué un trabajo de producción y dirección energética y la tercera cuaterna será el trabajo de la transformación energética.

Tercera cuaterna: disposición energética.¹⁸

9º.- Segunda acumulación. División entre sensación en la cúspide y tensión en el plexo productor, en creciente división atencional.

10º.- Separación de las sensaciones puras. Se suelta abajo y quedan sensaciones puras en la cúspide. Eliminación de toda imagen en la cúspide que impida la acumulación energética. Nuevos destellos y luz.

¹⁷ Conviene repetir el proceso completo (todos los pasos seguidos desde el 1 hasta el 8 incluido), 3 o 4 veces seguidas por sesión. Es importante que ya no se produzcan "tirones" y que no haya tensiones musculares de ningún tipo a fin de que la respiración se haga continua, sin interrupciones. Ahora únicamente se contraen los músculos como "detonador" del proceso y la subida no debe comprometer a otros músculos ni frenar la respiración.

¹⁸

Esta cuaterna tiene en cuenta la Concentración del paso 8º que traduce los impulsos de distintos sentidos, los impulsos de memoria y los impulsos de imaginación (las 3 vías de la experiencia) difusamente, hasta que se comienza a cargar el P.P. Con el P.P. cargado comienza la Segunda Acumulación de carga directa del paso 9º (y división atencional entre el P.P. y la cúspide). Sin detener la carga se van separando las sensaciones en la cúspide de las del P.P. hasta que se suelta la referencia del P.P. y solo se atiende a la cúspide. Con ello se va desarrollando la Separación del paso 10º. Se acerca el momento del salto entre el paso 10º y el 11º en el que comienza la transformación energética. Este salto se irá produciendo a medida que aumente la carga y se amplíe el límite de tolerancia. Si se llega al límite sin poder pasar, o si se desconecta la carga, se procederá a difundir la energía como ocurre en toda finalización de esta cuaterna.

11°.- Transformación energética. Se registra un cambio en la energía general del organismo y se observa el cambio de "tono" mental. Fenómenos propios de la Fuerza. Concomitancias en todos los plexos. Control y circulación de la luz.

12°.- Proyección energética. Posibilidad de introyectar o externalizar la energía psicofísica.

Observaciones sobre los pasos 11° y 12°.

Cuando se empiezan a observar en la rutina diaria los fenómenos de circulación de la Luz, de la Fuerza y de las concomitancias en todos los plexos, se está en condiciones de potenciar la energía. Para ello se practica la rutina desde la creación del ámbito, e inmediatamente se desarrolla la carga en el plexo productor mientras la energía sube hasta la cúspide. Comienza el paso 9° en el que se suelta la referencia al plexo productor y toda la atención va al espacio ubicado en la cúspide que se ha ido constituyendo en "punto de control". Se está en condiciones de producir la Separación aumentando la carga hasta el límite y, de ese modo, se va ampliando el umbral de tolerancia. Allí comienza la transformación energética del paso 11°. Con la atención concentrada en el punto de control, el crecimiento de la tensión debe producir allí la "ruptura de nivel". Así es que la proyección energética del paso 12° se expresará desde el punto de control en el momento de la ruptura de nivel. Esto es posible porque se ha trabajado el Propósito de externalizar o introyectar la energía antes de comenzar la rutina. El fenómeno se expresará en el momento de "ruptura de nivel" Es claro que el Propósito, fuertemente configurado, orientará el desplazamiento energético no desde el centro atencional (ocupado en el punto de control), sino copresentemente.¹⁹

La introyección se suele verificar en máxima lucidez, mientras que la externalización participa de algunas características de los estados alterados de conciencia.

El trabajo metódico en la Disciplina Energética.²⁰

A.- Se depuran las tensiones, los tonos y los climas orientando el trabajo hacia la difusión._

B.- Se crea el ámbito mental. **Preparación, paso 1°.**

C.- Apelando a las 3 vías, crece la elevación del tono general de la energía que aún se mantiene difusa. Paulatinamente, la difusión va desapareciendo y los diversos impulsos se van traduciendo en energía localizada hasta llegar a la **Concentración del paso 8°.**

D.- Comienza la carga directa en el plexo productor y la energía va subiendo rápidamente a través de los plexos hasta la cúspide. Hay división atencional, llegando a la **Segunda Acumulación del paso 9°.** Se sigue cargando, mientras se va soltando la referencia del plexo productor y queda la atención concentrada en la cúspide. **Separación del paso 10°.** Se sigue ampliando el límite de tolerancia hasta

¹⁹

Estamos hablando de fenómenos muy frecuentes en la vida cotidiana, fenómenos que se expresan en momentos oportunos aunque el sujeto no tenga su atención concentrada en su objetivo. Esto ocurre, p.ej con alguien que se ha propuesto llegar a un lugar en una calle de su ciudad. y tal propósito lo ha elaborado antes de salir de su casa. El caso es que la dirección que el sujeto lleva es supervisada por ciertos automatismos y no por su atención concentrada. Hay momentos críticos en los que el objetivo se hace más presente y esto suele ocurrir cuando algo compromete o desvía el propósito inicial. El mecanismo que podemos llamar de "copresencia" está en la base de fenómeno cotidianos y también de los fenómenos más extraordinarios. Esto ocurre cuando un propósito cargado afectivamente y repetido hasta el automatismo se independiza de la atención y se "suelta" en la ocasión que fue prevista con anterioridad.

²⁰

Se puede comprender el trabajo en sus puntos más importantes cuando está claro el Propósito previo a la ejecución de la rutina total y cuando se domina la práctica de todos los pasos.

que comienzan los registros. **Transformación energética del paso 11º** y **Proyección energética del paso 12º**

E.- Se distribuye la carga difundiendo tensiones, tonos y climas.

DISCIPLINA MENTAL



Podemos distinguir varios tipos de meditación. Existe una meditación natural en la que el pensamiento actúa como reflejo frente a los estímulos; se trata de la actividad reflexiva de la conciencia. En la meditación simple la actitud del pensar va más allá de un reflejo ante algo. La mente profundiza y busca la raíz de incógnitas o intereses en general. Esta actitud inquisitiva, buceadora, es un puente a la Disciplina Mental que es el tercer tipo de meditación.

Hay numerosos temas relacionados con la Disciplina Mental como es el caso de los niveles de conciencia. Aquí, la concepción de la conciencia es esencialmente dinámica e histórica y la diferenciación en niveles ilumina a diversas clases de actos según se efectúen en semisueño, durante el sueño, en vigilia o en conciencia de sí. También los objetos de conciencia toman características propias del nivel de trabajo de la conciencia. Interesa señalar esto para no creer que sólo serán importantes para la Disciplina los actos más lúcidos. El proceso del pensamiento, además, va teniendo correspondencia con el funcionamiento de los centros.

Franja de trabajo.

Determinada la franja de trabajo mental se comienza por la entrada a la conciencia para bucear en esta y para trascender hacia estructuras universales.

Relación con la forma mental.

Ésta es descubierta ya en el paso 5°.

Meditación.

La meditación simple es indispensable para despejar el terreno meditativo haciendo, poco a poco, cesar los ensueños, los conflictos y los temas ajenos a esa práctica. La Disciplina Mental enfatiza en los actos de conciencia y no en objetos de conciencia aunque necesite referirse a estos continuamente. El meditador se mueve en un clima de certidumbre y duda, de certezas y ambigüedades hasta dar con el punto experimental verdadero, es decir que si bien los pasos están claramente expresados, la experiencia de cada uno es tarea ardua y se realiza probando por una o varias vías hasta dar con precisión con el significado exacto, surgiendo la certeza y seguridad de la meditación. Interesa tener en cuenta esto porque es de la naturaleza del pensar y de la meditación esa duda y certeza alternada.

Trabajos de aproximación.

Se puede hacer ejercicios de aproximación a los pasos sin confundirlos con los pasos mismos. Para el 1°, atención por distintos sentidos a un objeto externo. Para el 2°, evidencia de la actividad de cada sentido y del conjunto de estos en percepción (se observan más los sentidos que los objetos). Para el 3°, división entre conciencia estructurando y percepción (eliminado el objeto externo), por ejemplo con un sonido, comprobando cómo lo organiza la conciencia. Para el 4°, ejercicios en la memoria. Buceo de objetos, afloramientos de recuerdos en general (primer libro leído, primer recuerdo familiar, etc). Tenemos aquí en cuenta que la memoria puede ser reciente, mediata o antigua. Para el 5°, se atiende a un objeto que alguien sustrae rápidamente del campo perceptual. Se comprueba como el observador queda "tendido" (en tensión hacia el objeto). Objetos concretos o abstractos, el hecho es ver la tendencia a buscarlo en el futuro, pasado o presente. Para el 6°, vaciar la conciencia, despejarla de objetos perceptibles y representables. Esto evidencia la imposibilidad de lograrlo y por ello la cadena permanente de actos-objetos y seguidillas de actos. Se experimentan los pasos 6° y 7°. Para el 8°, se ven ejemplos de cadenas en el mundo y en la conciencia y se estudia así la relación conciencia - mundo. Se puede observar en una habitación cómo se encadenan los distintos objetos entre sí: pared con pared, puerta y cerrojo, etc. Es decir, la cadena consecutiva de objetos.

Mientras se observa esto, se mantiene la copresencia de los actos y objetos, la seguidilla de actos. Para el 9º, se trata de experimentar ambas actividades (la externa y la interna) no tanto como simultaneidad, sino como un todo (se trata de experimentar el movimiento-forma, la estructura conciencia-mundo). Para el 10º, se hace el "vacío dinámico", no sólo realizando el vacío de objetos, sino también de actos. Por cierto, se desatiende a lo que se ve, oye, etc. Es decir, se desatiende a la percepción. En este esfuerzo se experimenta "eso-que-no-es-la-nada", ese complemento del movimiento-forma. Para el 11º, se retoma lo hecho en el 9º y el 10º. Así aparece la conciencia-mundo (con esos apoyos internos y externos) como sobrenadando ese vacío (en el 11º, se puede efectuar un ejercicio más simple: se puede ver el acto dirigido a un objeto externo mientras se evita todo otro acto de objeto ajeno a los presentes. Para el 12º, el trabajo consiste en registrar lo anterior como una totalidad que se puede expandir o reducir infinitamente. En el esfuerzo por expandir esa estructura total (en donde está el movimiento-forma y su complemento) se experimenta la ampliación o concentración de la conciencia.

Pasos en la Disciplina Mental. ²¹

Primera cuaterna: el aprendizaje.

1º.- Aprender a ver. Atención a la percepción depurándola de representaciones, asociaciones, etc. Sólo la atención más la percepción... Me quedo solamente con el acto de "ver" . Lo que veo viene acompañado de otros fenómenos por eso me esfuerzo en ver solamente eliminando otras operaciones mentales. Veo distinto. Compruebo la acción de los ensueños, de los recuerdos y de las "búsquedas" sensoriales como interferencias.

2º.- Ver en todas las cosas los sentidos . En toda cosa que se percibe está la sensación (el dato de los sentidos) + la cosa. Ej., la percepción del árbol. Las sensaciones táctiles, auditivas, visuales, etc., dan resultados distintos sobre el mismo objeto ya que se tienen solo franjas de percepción sobre un mismo objeto, lo que encadena todo conocimiento a los sentidos... Aparece la "distancia" entre el objeto y yo.

3º.- 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.

4º.- Ver en la conciencia la memoria . Se observa que en toda percepción están los sentidos, que la conciencia organiza los datos de los sentidos y finalmente, que estos datos organizados en la conciencia tienen estructura merced a la representación o al recuerdo de percepciones anteriores. Así es que la conciencia organiza y reconoce, gracias a la memoria, a las grabaciones anteriores. Se efectúa el esfuerzo de hacer desaparecer toda percepción y quedarse solamente con la conciencia y sus imágenes- representaciones + la atención sobre ello...

Segunda cuaterna: la determinación.

²¹ Conviene instalarse en la vida cotidiana para aprender los pasos y ejercitar las rutinas. Esto aleja bastante de la idea que se tiene sobre el silencio, la quietud y el retiro de los sentidos como situaciones que se deben buscar a fin de realizar una meditación constructiva. Seguramente, en la repetición de las rutinas de cuaternas completas y en la rutina de la disciplina total, el meditador necesita poner una cierta distancia entre él y las solicitudes sensoriales. Pero esta no es una condición sino que se trata de una economía de esfuerzo para lograr la concentración mental adecuada. Frecuentemente se usa un mismo tipo de paisaje para ejercitar los pasos y esto permite hacer resaltar las diferencias de los procedimientos usados.

5º.- Ver en la memoria la tendencia . Observación de la "forma mental" no como representación sino como acto que tiende a ligarse a un objeto de representación. Por tanto, se observa en las representaciones la tendencia. El esfuerzo muestra la tendencia de la memoria (representaciones) a surgir completando actos... Todos los fenómenos que se me aparecen lo hacen en la memoria. La memoria completa los actos que la conciencia lanza.

6º.- Ver en la tendencia el encadenamiento. Se observa que aún prescindiendo de las representaciones, el esfuerzo por eliminarlas surge como expectativa, como instante en el que se logra o no tal estado, como atención dirigida pero determinada. En suma: a las experiencias, a las resistencias mentales y a los esfuerzos se los observa como "fuerzas" o "tendencias" a las que está encadenada la conciencia y sin las cuales parece no poseer estructura organizada. Este paso muestra que sin la "tendencia" en general, la conciencia no puede actuar. Se trata, en suma, de atender a la "mecanicidad" para pensar, atender al encadenamiento de la conciencia o a la oposición a la "tendencia"... Trato de frenar los actos y el funcionamiento. Pretendo "vaciar" pero siempre hay actos y objetos y movimiento.

7º.- Ver en el encadenamiento lo permanente. Se observa que no obstante las variaciones de las expectativas, de las "resistencias", de los instantes de conciencia, lo permanente es el encadenamiento... No hay otra forma de actividad que no esté encadenada.

8º.- Ver lo permanente en uno y todo . Se observa que la diversidad de los fenómenos es aparente y que todo fenómeno es en sí, encadenamiento.. Vale para la conciencia en sí como para la cosa en sí y por tanto la conciencia y las cosas se identifican en sí y no en cuanto fenómeno. Así es que la identidad es permanente y la diversidad es variable. Uno y todo son idénticos y permanentes. No existen distinciones entre uno y todo... Me pregunto por lo otro – que- yo (la intersubjetividad). También el mundo "externo" se me presenta estructurado.

Tercera cuaterna: la libertad.

9º.- Ver la forma permanente en acción . Se observa que la forma permanente aparece aún en la diversidad de los fenómenos, sean subjetivos u objetivos.. La forma permanente actúa por su propia necesidad... El salto en la secuencia. Ruptura del solipsismo.

10º.- Ver lo que no es movimiento – forma . Puede intuírse un ámbito ajeno a la forma y al movimiento- forma que no surge como la "nada", sino como "aquello que no es movimiento- forma" es decir, como aquello que se aprehende como existente en relación con el movimiento aunque sus características sean diversas a las del objeto tomado como referencia. Este "no es movimiento- forma", no depende del encadenamiento. Se trata de la forma permanente en acción.

11º.- Ver lo que es y lo que no es como lo mismo. Se observa al movimiento – forma y a lo que no es movimiento- forma como lo que es.

12º.- Ver en uno y en todo lo mismo. Se observa que el "mundo" y por consiguiente uno mismo y cada cosa son en la raíz e independientemente de los fenómenos que se perciben, lo mismo.

Resumen de los pasos. ²²

Secuencia de 1º a 12º. Visión de ida y vuelta.

Ida:

²² En realidad un método de revisión de todos los pasos. Los procesos de "ida y vuelta" permiten desestructurar la secuencia, independizar cada paso de los antecedentes o los consecuentes.

- 1º- Se atiende a los objetos externos por distintos sentidos (ensueño).
- 2º- Se deja el objeto y se evidencia una sensación-percepción (identificación).
- 3º- Se divide entre percepción y organización de la conciencia, apoyándose o no en la representación (distintas organizaciones dan distintas ilusiones).
- 4º- En la memoria se descubren grabaciones y actualizaciones continuas para reconocer objetos (comprensión).
- 5º- La intencionalidad, tanto de la conciencia como de la memoria, es experimentada como "una tendencia" (forma mental).
- 6º- Mediante la tendencia se estructuran actos con objetos (determinismos).
- 7º- Este encadenamiento es permanente (determinismo de la conciencia).
- 8º- Este encadenamiento es común a la conciencia y al mundo, actos con objetos, objetos entre sí (conciencia-mundo, intersubjetividad).
- 9º- Acto-objeto, conciencia-mundo, es "movimiento-forma" (ámbito estructural).
- 10º- Lo que no es acto-objeto es completamente relativo al acto-objeto.
- 11º- Acto-objeto y su complemento, son una misma estructura.
- 12º- Esta misma estructura es válida para todo. Común a todo, grande o pequeño.

Secuencia de 12º a 1º. Visión de ida y vuelta.

Vuelta:

- 12º- La estructura total.
- 11º- En esta aparecen los ámbitos de lo que es y lo que no es.
- 10º- Lo que no es, aparece como un vacío o complemento de lo que es.
- 9º- Lo que es aparece como el movimiento-forma, conciencia-mundo.
- 8º- El mundo se ve percibido continuamente por la conciencia. Se relacionan.
- 7º- Tal relación se hace posible por la permanencia del encadenamiento.
- 6º- La relación acto-objeto es una cadena continua e indisoluble.
- 5º- La Tendencia de la conciencia hacia objetos es constante actividad.
- 4º- La conciencia tiene tres tiempos: pasado, presente y futuro. Esto gracias a la memoria. De otro modo sería un presente plano sin recuerdo ni futuro.
- 3º- La conciencia es en sí una estructura, pero además tiene capacidad de estructurar, capacidad de organizar de los datos que le llegan.
- 2º- Los datos son previamente llevados a los sentidos y entregados a la conciencia como percepción.
- 1º- Fuera de la conciencia, de su estructura, de su memoria y de la percepción-sensación está la exterioridad, plagada de objetos y fenómenos, interesantes de ser atendidos.

DISCIPLINA MORFOLÓGICA.



En la disciplina se trabaja solamente con representaciones en las que se está incluido. Se trabaja con la espacialidad de la conciencia, tal espacialidad es la que permite hablar de continente y de contenido. Transitando por distintas formas, dicha espacialidad se configura según estas y según el límite (formas que la articulan) será la acción que sufra dicha espacialidad y los otros contenidos (que son los propios de esta especialidad). Se actúa entonces según formas que no son alteradas por los fenómenos de compensación, pues el estímulo evocado de tipo geométrico es el único que no es compensado por la conciencia del mismo modo que otras evocaciones, por la identidad que guarda la forma geométrica en su esencia. Podría darse el caso de que se representara el límite de esta figura haciéndola transparente. Al proceder así, su espacialidad volvería a ser la espacialidad propia de la conciencia y no la de la forma límite. De las consecuencias vistas hasta aquí acerca de la acción de forma de la figura geométrica, consideramos de mayor interés su capacidad de poder modificar la forma mental (acción de forma sobre forma). Claro está que la que tiene tal capacidad no es simplemente la forma representable que tomamos como apoyo, sino aquella que obtenemos por proceso.

Proceso.

Los testigos (indicadores), son los que van a dar los tiempos internos y la dinámica propia del proceso. Son los registros psicofísicos (fenómenos concomitantes a la acción de forma) que indican el momento de pasaje de una forma a otra. De manera que estando el operador incluido en la figura, registra la acción de forma de este paso. Los testigos van haciéndose más claros en las reiteraciones de proceso y en el cambio de una a otra forma.

Franja de trabajo de la Disciplina Morfológica.

En el espacio de representación puede diferenciarse el objeto representado de la mirada o el registro desde donde se observa o se tiene noción del objeto. En la representación visual esto es muy claro pero corresponde igualmente a todos los sentidos externos e internos.

Diferenciamos los niveles (que admiten la representación en diferentes alturas y anchos de la pantalla), de las profundidades (que admiten la representación externalizada a la pantalla, incluida en la pantalla e incluyendo a la pantalla).

Distinguimos tres tipos de altura o nivel en que se emplazan las representaciones: baja, media y alta. También distinguimos tres tipos de profundidad en que se emplazan las representaciones: 1.- representación en pantalla; 2.- integración; 3.- inclusión o coincidencia de la forma límite con la pantalla externa.

Preparación para Disciplina.

Para una mejor comprensión de la mecánica del proceso, destacamos conceptos con respecto a las profundidades del espacio de representación.

Experimentar el caso 1 o de representación en pantalla: Cerrando los ojos representar un triángulo, ese triángulo se destaca de un "fondo". Corroborar que esa representación es externa al propio punto de vista. Al representarla nuevamente, pero ahora haciendo que se desplace de izquierda a derecha, se advierte que los ojos siguen el movimiento de la dirección de esa figura, tal cual ocurre cuando se sigue un objeto con la vista en su desplazamiento. Siendo coincidente el modo habitual de representar con el modo de representar visualmente el mundo. En síntesis, lo sustantivo es que el punto de vista es externo a la figura o "cuerpo" manteniéndose en su mismo plano.

Experimentar el caso 2 o de integración: Se trata ahora de representar una pirámide de cuatro caras iguales, seguidamente se trata de hacer mas "interna" esa representación, ubicándola en el centro de la cabeza y una vez allí ubicada de modo fijo, hacer envolvente la visión a fin de ver simultáneamente todas sus caras. De manera que lo que se desplace o moviliza es el punto de vista haciendo éste de

continente del objeto, quedando la visión de la pirámide "integrada". Lo sustantivo de todo esto es que el punto de vista no está ya en el mismo plano de la representación sino que la envuelve.

Experimentar el caso 3 o de inclusión: Si el operador se coloca ahora en el interior de la misma pirámide haciendo que su punto de vista se difunda, de manera de poder observar su forma simultáneamente, dotando de fijeza a la representación que sirve como límite, va a experimentar la acción de forma de esa pirámide. Lo sustantivo en este caso es que los límites de la representación coinciden con los límites de la pantalla o "espacio mental" y el punto de vista queda incluido.

Consecuencias que se derivan de estas experiencias: se puede apresar la categoría "espacio"; esta espacialidad de la conciencia puede ser trabajada de distinto modo según sea el punto de vista; la configuración del "espacio" también configura el proceso mental.

Distinguidos bien ya esos tres casos, se vuelve a trabajar con ellos pero ahora usando instrumentos (formas adecuadas) para educar su manejo. Mirar el círculo, cerrar los ojos y tratar de visualizarlo. Abrir los ojos y comparar, y así se va educando. Ver dos círculos entrecruzados, cerrar los ojos y representar el conjunto, abrir los ojos y comparar. Con respecto a los cuatro círculos entrecruzados se opera del mismo modo que en el caso anterior. De manera que en un primer momento se trabaja en "bloque" (por conjuntos). Logrado esto representar nuevamente el círculo, dotándolo de corporeidad, así se obtiene la esfera. Luego volver a visualizar el círculo, haciendo ingresar un nuevo círculo por la derecha, obteniendo en el entrecruzamiento la figura de la mandorla. Ahora, dotar de corporeidad solo la mandorla y volver a colocarla "en su lugar", visualizando el conjunto nuevamente como plano (al corporeizar la mandorla no importa perder la visión de los círculos). Y se prosigue incorporando mentalmente dos nuevos círculos, que formarán una mandorla, que cruza horizontalmente la mandorla del anterior conjunto de dos círculos, visualizando ahora un conjunto de cuatro círculos entrecruzados cuya figura central dada por el entrecruzamiento de las dos mandorlas se convertirá en cilindro al darle corporeidad. Volver a visualizar el conjunto obteniendo ahora la pirámide de cuatro caras iguales de los cuatro triángulos curvados que están alrededor de la figura central (cilindro). Volver al conjunto y eliminar dos círculos quedándose con los dos de la mandorla. Eliminar otro círculo y así concluir esta práctica.

Todo lo anterior ayuda a educar la secuencia del trabajo. Ubiquémonos ahora en cuanto a apoyos para el trabajo con el caso 2 o de integración. Seguramente observamos al trabajar con la pirámide nuestras dificultades que podemos sintetizar en las siguientes: Una hace al objeto de representación, otra a poder hacer más interno el espacio de representación o pantalla, y otra a la difusión de mi punto de vista o "foco". En cuanto a los objetos, encontramos unos más simples que otros, el más simple es la esfera. Ahora bien, a esta esfera puedo colorearla de rojo y negro por mitades. Aquí tengo por lo menos que integrar o visualizar simultáneamente tres cosas: una cara roja, una negra y una tercera que es roja y negra. Siguiendo con el cilindro, donde ya lo mínimo se reduce a cinco perspectivas simultáneas. Luego vendría la pirámide de cuatro caras y así siguiendo con una de cinco, hasta llegar al cubo.

En cuanto al apoyo para hacer más interno ese espacio mental o pantalla nos parece como un buen recurso aprovechar lo dicho acerca de la tendencia de los ojos. Hagamos lo siguiente: coloco mi mano enfrentada a mi vista, a la altura de mi pecho, al acercarla hacia el mentón noto, al cerrar los ojos, que mi pantalla ya no está tan alejada si mantengo la mano como referencia. Puedo ahora, independientemente de mi mano, hacer más interna esa pantalla notando que mis ojos se han vuelto hacia abajo acompañando al movimiento de los párpados, contribuyendo a relajarlos. Es en este espacio mental hecho más "interno" en el que voy a configurar mi objeto de representación. Ahora bien, es todavía más sencillo si hago lo anterior no ya con la mano, sino con el objeto que voy a integrar. Vamos entonces a la tercera dificultad, que es la de mi foco. ¿Cómo lo difundo? Veamos esto: lo habitual cuando miro a mi alrededor o bien miro un objeto es centralizar, concentrar mi foco... notado esto intento ahora mirar a mi alrededor tratando de distender mi visión. Esto me parece difícil, en principio, por mi hábito de centralizar, pero con un mínimo de ejercitación noto los avances.

Localizado de modo fijo mi objeto de representación puedo difundir mi visión haciéndola envolvente al objeto, siendo ahora simultánea la visión.

En todo lo comentado hasta aquí no perdemos de vista que es el tercer caso, o de inclusión, el que se trabaja en la disciplina.

Profundicemos un poco más y notemos algunas dificultades: Al evocar una figura para incluirme en ella puede darse el caso de ir tratando de "armarla por partes". Esto me dificulta todo el trabajo posterior. Un buen recurso es la evocación de la totalidad de la figura. Sucede que pudiendo estar con la idea o intención de visualizar sus límites, al cerrar mis ojos empiezo por visualizar solo una parte y trato de seguir componiendo. Es por esto que hablamos de evocar la totalidad de la figura y entonces ya-estoy-incluido-en-ella por el mismo acto de evocación total, facilitando así los momentos siguientes que serían: los de "fijación" y "difusión". Veamos esto de la fijación. En este momento mi intención se dirige a organizar todas las percepciones en relación a la forma límite hasta que estas se adecuen al espacio configurado. Aquí se hace patente el trabajo de representación. En cuanto a la difusión diremos que es el momento en que obtengo la visión simultánea de la totalidad de esa forma que me "contiene" (como si hiciera una suerte de integración al revés). Claro está que estas distinciones en tres momentos de evocación-fijación-difusión, se realizan como un solo acto que acá analizamos por separado. Experimentemos esto: tomemos un cono e incluyámonos en él. Pasados unos instantes habremos experimentado la acción de forma de esta figura. Llamamos "acción de forma" a ese registro psicofísico que se experimenta según la forma que se use como continente. En el caso del cono registro la sensación psicofísica de "succión" hacia el vértice. Experimentando con otras formas resaltaré una correspondencia entre el tipo de registro y el tipo de forma. Obviamente, las descripciones de tal registro podrán variar en el modo de expresarlas, pero no en el sentido en el que se orientan las tensiones, si esto es de otra manera no estamos en presencia de la acción de forma. Hasta aquí hemos desarrollado lo dicho en un principio acerca de los tres casos, dándole a cada uno mayor profundidad a medida que avanzamos. Anotemos entonces algunas cuestiones que tienen el carácter de observación y que pueden servirnos como referencia en distintos momentos del proceso. Al experimentar con los tres casos podemos establecer estas conclusiones: trabajando con igual forma, distinta ubicación, distinta consecuencia; trabajando con distinta forma, igual ubicación, distinta consecuencia. Ejemplifiquemos de acuerdo con los datos experimentados que tenemos: en el caso 1 (observo la esfera "afuera") concentro la atención; en el caso 2 (observo la esfera "adentro") cargo la sensación; en el caso 3 (incluido en la esfera) recibo "carga". Veamos esto con otra forma: En el caso 1 (observo la pirámide "afuera") disperso atención. En el caso 2 (observo la pirámide "adentro") disperso la sensación. En el caso 3 (incluido en la pirámide) "descargo".

Ejercitaciones previas a la Disciplina: ejercicios con los sentidos externos y los internos (cenestesia y kinestesia).²³

1.- Ejercicios preliminares que muestran las dificultades de integrar simultáneamente un cuerpo (sea una pirámide, un cilindro, un cono, o un cubo), si se lo mira desde afuera. Esto tiene, además, otras consecuencias y permite comprender algunas características del espacio de representación si lo representado está "adentro de la cabeza".

2.- Descripciones de los registros de las líneas de tensión, o de las líneas de fuerza. Se puede perfeccionar esto utilizando el recurso de colorear los objetos distinguiendo ángulos o caras si fuera el caso, para luego hacer desaparecer el color (que de todos modos seguirá existiendo aunque sea como traslúcido, más opaco, o más brillante que el resto). Bien sabemos que extensión y color son contenidos de representación no-independientes.

²³ Las relaciones entre formas y "líneas de fuerza" en el espacio de representación muestran "armonías" entre las formas y la disposición de los distintos sentidos con referencia a ellas. Igualmente, al modificar el espacio de representación se puede modificar la representación en los diferentes sentidos (como ocurre muy claramente en el sueño).

3.- “Conversión de imágenes” desde un sentido a otro y aún de un mismo sentido en otro nivel de representación. Comenzando por elementos simples se irán haciendo “agregaciones” hasta obtener estructuras nuevas. También, esas estructuras se irán abstrayendo casi hasta la nada de expresiones, forzando la entrada a un “mundo” de significados.

4.- Ejercicios con las formas geométricas y los tres puntos de vista. (Esto es, observo la forma “afuera” de mí, “adentro” y por último me incluyo en ella). Voy educando la mirada circular con ayuda de los colores.

5.- Ejercicios con algunos sentidos externos e internos: El oído interno puede tener como el ojo las ampliaciones y limitaciones de la forma que actúe (p.ej. al flotar adentro de una esfera entonando un sonido). Tiene, además, características propias (caja torácica y boca que operan como un amplificador frontal que favorece la imagen de la esfera hacia delante y la limita hacia atrás, hacia la “espalda”). El sonido en una “pirámide” sugiere la idea de escala y el sonido conecta los “altos” y los “bajos” desde la cúspide al piso. Los trabajos sobre el oído y el tacto en sus distintas variantes de tacto externo e interno, enseñan sobre posturas morfológicas posibles. Esos trabajos son relacionantes respecto a funciones o sentidos.

La entrada.

Como se trata de un ejercicio de Exploración no faltan las conversiones alegóricas y el tratamiento de paisajes y seres en la tónica de las Experiencias Guiadas. No obstante, es del todo rescatable la forma de producir la Entrada subiendo escalones y pasando por un arco en el que destacan las columnas y el dintel de piedra. Así se transita hasta el espacio blanco que fuga en todas las direcciones infinitamente. Se tiene la sensación de “ir hacia el mundo de las formas” y se comienza una tarea constructiva limitando y curvando el piso en forma semicircular en derredor. Se sigue una suerte de método: primero curvando frontalmente, luego a los lados y, finalmente, atrás. Entonces, del espacio vacío infinito se ha comenzado a recortar, a limitar espacios, llegando a un envolvimiento semiesférico que sigue progresando cuando también se curva el “piso” y todo queda incluido en una esfera en la que “flota”. Desde la Entrada a la inclusión en la esfera se debe trabajar en continuidad, en dinámica y no pasando “fotos” terminadas de forma en forma. Desde observar “afuera” y ser sostenido por el “piso” se pasa a estar incluido, lo que marca un interesante cambio de posición, de perspectiva y, en suma, de registro frente a las formas. Se debe perfeccionar esto hasta obtener una Entrada fija y “sagrada” (en el sentido que marque la diferencia con los espacios cotidianos y con los registros cotidianos).

Pasos en la Disciplina Morfológica.

Primera cuaterna: espacio interno.

1º.- Entrada. Configuración. Espacio. Inclusión en la forma. Las paredes internas de la esfera. Distancia de la forma al centro del registro. Destacar tres momentos diferentes: el umbral, el espacio que fuga y la esfera. Hasta ahora el trabajo es “constructivo”, poco a poco se irá haciendo flúido.

2º.- Concentración. Reducción al punto mínimo de extensión- color. Es deseable que la reducción se produzca sin interrupciones. Lo válido es registrar el punto: “el universo cabe en ese punto”, porque acto y objeto se identifican allí pero como, además, se está moldeando el espacio de representación, se arrastrará a todas las actividades mentales y de registro. Debe quedar el punto mínimo posible al que corresponderá el registro mínimo posible en un instante en el que se pierde la noción del transcurrir. Este “punto adimensional de máxima compresión” se manifiesta, únicamente, si se da ese esfuerzo concentrativo en el que el punto desaparece (y por ende) desaparece todo espacio, todo tiempo y toda representación. En este paso no se pretende llegar allí, pero se comenta que al mantener la atención se puede entrar en un “espacio” de otro nivel y sin representaciones lo

cual otorga una experiencia posible de desenvolver por recuerdo (deformado) ya que no es posible grabar una no representación (visual) y la ausencia de todo espacio de representación.²⁴

3º.- Ampliación. Separación de la mirada del propio registro. Observar que mientras el paso 2º es fuertemente concentrativo, el 3º es su opuesto en una especie de péndulo sin corte alguno, como corresponderá a un proceso, pero por ahora se sigue “construyendo”

4º.- Tránsito. A través de los cinco sólidos. Salida a la esfera. Los registros que van acompañando a las transformaciones de los “cuerpos” en cuanto a tensiones, simetrías y pesos, van mostrando que se puede alcanzar el espacio de representación, “masajearlo” y con el tiempo, modificarlo.

Segunda cuaterna: vacío interno.

5º.- Difusión. Desde el registro general difuso de la esfera en su interioridad hasta el registro en los límites creando el vacío central. Esto ocurre cuando se refuerzan los límites internos

6º.- Verticalidad. El reforzamiento de los límites opuestos en lo cóncavo, desde el “cuenco” a la “bóveda”. La separación vertical como “mandorla” : lo alto y lo bajo en el espacio de representación. Reforzados los “cascos” cóncavos (en sus completas circularidades), desaparecen los límites anteriores que permitían la esfericidad. Los cascos se presentan separados generando un vacío en los anteriores límites que tiende a “llenarse” por memoria, por copresencia del trabajo en el interior de la esfera. Al evitar que a partir de los cascos se reconstruya la esfericidad, se genera y se experimenta un vacío dinámico constante entre los dos “cascos”

7º.- Horizontalidad. El reforzamiento de los límites opuesto en las tensiones horizontales: lo ancho y lo profundo.

8º.- Anulación. El vacío central en las distintas dimensiones y la desaparición del instante. Oscilación entre el vacío espacio- temporal y el recuerdo del vacío espacio- temporal. En este paso 8º se llega al “vacío central” pero con una mecánica diferente a la del paso 2º que no implica la compresión sino el reforzamiento de los límites. En este paso se vuelve a configurar los límites internos de la esfera , difundiendo la atención hacia las paredes internas con tensión centrífuga hacia toda la superficie interna de la esfera lo que lleva forzosamente al vacío central, producido por el refuerzo de la exterioridad o materialidad de las paredes esféricas (presentes o copresentes ya que podrían haber desaparecido como representación pero seguirían actuando como límites no obstante su dilución). Si se han eliminado los datos materiales de la representación, de todas maneras la atención está puesta en los límites internos que se evanescen quedando estos copresentes pero no representados como imagen visual. Entonces, es posible producir el vacío central apuntando con fuerza a las paredes internas de la esfera aunque esta pierda “materialidad”, aunque se diluyan los límites también como representación, porque allí están copresentemente atrapando la atención que va hacia ellos centrífugamente. En el vacío central, se está presentando el “vacío del vacío” porque este “opera” sin copresencias de lo central, mientras que las paredes esféricas (aunque ya hayan desaparecido en su “materialidad”) están copresentes y a ellas se refiere la atención.

Tercera cuaterna: comunicación de espacios.

9º.- Surgimiento. El plano y el cuerpo desplazándose en espacios mutuamente envolventes. La entrada y salida de lo cóncavo a lo convexo. Las distintas formas sensoriales y su convergencia en el

²⁴ Desde luego que los fenómenos siguen transcurriendo pero el esfuerzo de lo mínimo como objeto identificado con el registro, corta el instante. Si se pudiera alargar ese “transcurrir vacío” se captaría la idea del “tiempo sagrado” que no es el tiempo sagrado externo (de las celebraciones religiosas, de los momentos equinocciales, etc.) El tiempo sagrado, así como el espacio sagrado, se tocan en esta vía y no se contaminan tampoco con el “espacio sagrado” referido a templos, lugares de culto y peregrinación, etc.

espacio de representación. En el vacío se hace surgir el registro de lo “central” que puede asociarse al punto luminoso. Se expande el registro y la noción de las paredes de la esfera hasta estabilizarlos de un modo permanente. Tomando el registro vertical se comienza a subir el “piso” y simultáneamente a abrir la esfera deformada hasta que se convierte en el plano blanco que fuga infinitamente en todas las direcciones. El registro se “apoya” sutilmente (como representación kinestésica) sobre el plano. El plano se deprime hasta convertirse en un espacio cóncavo cada vez más profundo. Una vez estabilizado, se deja en libertad a los registros de situación. Posteriormente, se va ascendiendo hasta llegar al nivel del plano y se lo sobrepasa en una prominencia convexa, cada vez más “alta”. Una vez estabilizado se deja en libertad a los registros de situación. Aunque en la concavidad y la convexidad los fenómenos sean igualmente externos al plano, los registros y representaciones se corresponden con la interioridad y la exterioridad del espacio interno. Las distintas formas sensoriales convergen transformadas en la concavidad del espacio de representación; las distintas formas efectoras actúan transformadas desde la convexidad del espacio de representación.

10°.- La forma de la representación personal. La vida en el espacio de representación y el espacio de representación en la vida. Dado el plano horizontal, las representaciones evidencian un límite. Elaboración de la forma incluyente de las representaciones y el límite.

11°.- La forma pura. El tiempo sin límite. El espacio sin límite. Los significados no representables. Entrada a lo Profundo. Dada la forma incluyente de la representación y el límite, reconozco una “distancia” espacial que es la perspectiva desde la cual observo la representación y el límite porque si me atengo a la representación y luego al límite (o a la inversa), hay siempre una perspectiva que compara la retención de la representación con el límite (y a la inversa) resultando la ilusión que la perspectiva es parte de esa representación o ese límite. Por tanto, reconozco una perspectiva que actúa copresentemente. Para sostener esa “perspectiva” sin observarla desde otro punto (de manera que no se convierta en un nuevo objeto de un nuevo acto), aíslas las percepciones y las representaciones llegando al “silencio” de los sentidos externos e internos y al “silencio” de toda representación (actual, pretérita o imaginaria a futuro). Procedo en silencio a obscurecer todo impulso quedando simplemente el registro cenestésico que profundizo hacia “atrás”, hasta el instante en que se detiene toda representación espacial y temporal. He entrado en “lo Profundo”.

12°.- Proyección de la forma pura. Inmediatamente los impulsos me colocan en el “mundo” ya que no puedo mantener el estar en “lo profundo” si mi atención no está abocada a ese esfuerzo. Verifico la paradoja de mantener la suspensión de impulsos (cosa que me expulsa de “lo profundo”) o, inversamente, la anulación de la suspensión (que también me expulsa de “lo profundo”). Si en algún instante he logrado la suspensión de impulsos y ejercitando esa práctica he dilatado la suspensión, es porque he eludido la presencia de la atención confundida con el “yo”. Por tanto, si reconozco la intención de mantener la suspensión como operación central sin que me expulse desde “lo profundo”, es porque dicha intención actúa copresentemente como Propósito que proyecto o introyecto. La forma pura es excluyente del “yo” y del “mundo” y solo tengo posteriores traducciones de sus significados.