

VIAJES EXTRACORPORALES: NATURALEZA DE LA REALIDAD

INTRODUCCIÓN

Se considera a William Buhlman, como uno de los principales conocedores de la experiencia astral o viajes extracorporales. Ha contribuido en la enseñanza a miles de personas, de cómo acceder a estas percepciones al trascender su cuerpo físico.

Para comprender los viajes extracorporales, detallados en la obra *Aventuras fuera del cuerpo*, de William Buhlman, realizaremos un paralelo del pensamiento de ese autor con los planteamientos descritos en el conjunto de mi obra. Dado que en muchas culturas del planeta hay una similitud en los métodos o técnicas de acceso al proceso de proyección astral o experiencia extracorporal, considero que la propuesta de Buhlman, bastará para darnos una idea de la relación directa que tiene el pensamiento complejo, inserto en el proceso autonómico de inmersión cuántica, que propongo, con el pensamiento de aquel autor.

PRIMERA PARTE: LA EXPLORACIÓN DE LO MISTERIOSO

DEL CAPÍTULO I: LOS PRIMEROS VIAJES Y DEL CAPÍTULO II: ENCUENTROS FUERA DEL CUERPO.

Experiencias de iniciación

Del texto de Buhlman:

Las primeras experiencias fuera del cuerpo, relatadas por Buhlman, las inició en 1972. Continuó con estas prácticas, periódicamente, hasta noviembre de 1993. Las características de este proceso era intentar conseguir una preparación corporal relajada, en un estado semidormido (hipnagógico), visualizando un ambiente conocido de una casa (contexto) y de los muebles o cosas del lugar (contenido), alejándose de cualquier estímulo que le recuerde el cuerpo físico. Tuvo sensaciones corporales de vibraciones, zumbidos y sonidos durante el trance, además, de flotar en el lugar y ver su cuerpo acostado en su cama. Descubrió que en ese estado podía dirigir sus intenciones y pensamientos, como también ordenar claridad a las imágenes borrosas. Experimentó encuentro con otras personas y regresiones a remotas épocas y zonas peligrosas, de batallas y guerras.

De mis obras:

En mis talleres iniciados en 1994 hubo experiencias de trascendencia de identidad y del espacio-tiempo. Sin embargo, desde 1999 en adelante se describen y relatan en mis libros. El proceso comienza relajándose fijando la atención en una intencionalidad del viaje, Le

sigue el contexto donde se desarrollará la experiencia. A continuación se elige una imagen representativa del contenido de la experiencia. Por último, con los ojos cerrados, inicia un proceso de perturbaciones e interferencias entre las imágenes y ritmos musicales. En este proceso se originan cambios en la percepción y sensaciones multi-sensoriales, como las descritas a continuación en los talleres efectuados en 1999.

Abril 1999

Participante 1:

...Aparentemente no logré una total relajación. Sentí en las manos y los pies una sensación de adormecimiento. Vi imágenes de unos carros de tren que pasaban y se perdían en la oscuridad. Vi pasar una rubia en una especie de camión que pasaba a llevar a otro sin respetar la señalización...Pensé que la piedra era roja, sabiendo que son de color plomo o gris. Me molestó el ruido de una sirena. Creo que falta tiempo para empezar la meditación, ya que percibí un dolor de cabeza y eso debido a que venía recién llegando y preocupado por no llegar a tiempo...Pensé que no podía concentrarme, como que yo luchaba por no hacerlo y al mismo tiempo deseaba poder tener la facultad de concentrarme sin problemas. Sentí un pequeño dolor de cabeza. Vi cuando salí a la puerta a recibir a nuestro relator; me preocupé de la hora y seguía pensando que no podía concentrarme. Al oír la música me imaginé ser un monje como Buda, gordo y semidesnudo cantando...Me imaginé al jefe blanco que llamaban los indios en uniforme militar azul con botones dorados y el indio de piel roja con plumas y cintillo, flecha y hacha, la parte del cuerpo de arriba desnudo. Vi la manada de búfalos y el tren que le disparaban a estos. ¿Dónde están los bosques? Vi un desierto total. Sentí el agua en los pies corriendo en un pequeño riachuelo lleno de árboles por los lados donde cantaban varios pájaros...Estaba a punto de lograr una relajación profunda, me detenía y volvía nuevamente a relajarme. La música me hizo sentir mucha paz y abandono...Como águila me vi volando desde un cerro y abajo veía bosques y ríos totalmente desconocidos. Después me desconcentré y me preocupé de los ruidos externos y de cosas que me pasaron durante el día por lo que perdí totalmente mi relajación...Veía unas grandes llamas pero al acercarme me di cuenta que solo era un dibujo por lo que no sentí calor. Después estaba en una fogata, solamente me calenté las manos porque estaba retirado del fogón. Antes de todo esto pensaba en estas clases y cómo lograr una relajación o meditación más profunda.

Participante 2:

...Mi experiencia de relajación fue muy cómoda y placentera; visualicé mucha agua, mar tranquilo y con olas muy tormentosas; volvía a mi peso en la espalda y eso me hacía sentir agradable y vi un camino muy largo y polvoriento un camión grande...En esta experiencia de la piedra como objeto, me pareció que estaba tocando algo muy suave como terciopelo y su forma me hizo imaginar que era una cunita o algo cálido. También una forma de

triángulo. Al verla la encontré pálida y llena de hoyuelos. Me sentía muy relajada y complacida ya que tuve imágenes de la Luna...La primera música muy clara y profunda aunque las voces un poco toscas; me imaginé a los monjes muy gordos y con problemas, como que sufrían; todo giró en torno a la ambientación, un escenario totalmente con pilares dorados y doncellas japonesas bailando. La segunda música me relajé al extremo de sentirme muy liviana, como flotando y bailar alrededor de la Luna en mitad del círculo; era muy joven y tenía un vestido como túnica rosado y veía que me miraban mis hijos...La meditación me pareció muy clara y muy llegadora, muy realista; todos mis sentidos funcionaron; fue la historia real; vi todos los tonos verdes de bosque, sentí correr los caballos y gacelas. El jefe indio me pareció dando todo de sí para poder lograr abrir el corazón del jefe blanco que era de mármol; sentí que yo estaba en medio de esta confrontación... Con mi respiración de exhalar y expulsar logré que todo mi organismo y acompañada de la música logre una paz y armonía en general...Me encarné en mi perrita “Marilyn”; partí desde la plaza de mi villa; primero me vi como era ella, muy linda, blanca con manchas negras y solamente tenía ganas de jugar, correr y observar; me dirigí al sur directo a Llanquihue a un lago muy hermoso y mi mayor diversión fue correr...Me dirigí a una salamandra que me llenó de calor sofocante y muy intenso, lo que me hizo trasladarme a una playa con un sol muy radiante y placentero; sentí calor en la cara, las manos y los pies muy helados.

Participante 3:

...Calor en las manos; imágenes del trabajo, de mis hijos, de mi esposo; la música agradable y sensual; ruido de afuera de niños jugando; peso en los hombros, en los brazos algo, pero en los pies al contrario no sentía tenerlos pegados al piso; en los ojos oscuridad y claridad; la respiración suave, a veces me molestaba la saliva al tragarla; molestia en los hombros, cansancio, sueño; pensaba en el peso, pero no lograba la sensación de pesadumbre...La piedra se sentía áspera, helada, suave, calor; ruido de micros, de perros: tensión en las manos; mar; ruido interno, boca, saliva; recordé lectura de un libro...Sonido gracioso, temerario, frío; tensión en las piernas; agradable; oscuridad, penumbra, tranquilidad; balanceo, péndulo. Luego, Campanilla desagradable; tensión en las piernas; sentir el cuerpo tieso; luz y oscuridad, sombras; los brazos y manos sentirlos agradables, calor y livianos; el tronco se suelta; deseo de continuar con la primera meditación...Imaginé al piel roja triste. Sentí su tristeza, luego fui visualizando lugares agradables; sentir el viento; frases agradables; sonidos agradables; luego destrucción, tristeza, vacío; después sentir la naturaleza no en mí, sino yo en ella; sentirlo agradable de sus colores, de sus sonidos, su olor; placer al sentir todo esto y ganas de continuarlo...Salí de mi casa, de mi dormitorio con una vaca hacia el campo, pero veía el mar, la playa. Caminando me encontré junto a mi marido e hijos como somos hoy en día; vi nubes blancas, pasto verde y luego el mar, un atardecer. Luego un río, el agua y nuevamente mi familia conmigo, en tranquilidad; los lugares eran todos conocidos...Ingresé a una ducha con agua caliente; disfruté el agua

caliente en mi cuerpo; después estuve en la chimenea de mi casa y viajé a las termas con mi familia; luego estaba en una tina de barro caliente; después en las termas...Concentré mis pensamientos en la respiración, en el estómago; luego comencé a limpiar mi cuerpo lavando los huesos, los órganos, los pulmones, el estómago, eliminé grasas y suciedad, zonas blancas.

Participante 4:

...Sentí que durante un momento prolongado mi cuerpo se durmió en una unión sustancial como elemento físico. Al contrario mi conciencia estaba muy alerta, abierta y clara. Visualicé muchas cosas, personas y situaciones. Creo que fue un primer paso de poder conscientemente separar la mente del cuerpo. Mi espíritu estuvo aquí en cada momento; a lo mejor fue una primera conexión cuerpo espíritu-conciencia. Otra preocupación fue la respiración; traté de manejarla así comencé concentrándome en hacerlo pausadamente (6-3-6-3). Ya no recuerdo el tipo de imágenes; solo una que asimilo con un niño muy despierto, ágil, de como 3 años.

Participante 5:

...La música me fue produciendo un estado de agrado; una vez colocada la posición de relajamiento, fui perdiendo los sonidos exteriores que habían en ese momento; después empecé a sentir como si flotara en plácidos movimientos, de gran suavidad casi con movimientos muy lentos; fue una experiencia muy agradable...Nuevamente la música fue muy grata; primero sentí una sensación de flotar y de movimientos hacia adelante; después empecé a sentir un poco de peso y calor suave y después fue más fuerte en todo el cuerpo; pero una visualización del sol en el atardecer, calor del sol muy suave...Sentí una sensación de relajamiento muy grande, casi como que parte de mi cuerpo se desprendía del tronco una sensación de sentirme como en millones de trocitos de cada parte de mi cuerpo; después sentí una sensación de calambre en mi espalda, pero solo imaginario, no logré quedarme dormido, solo una inmensa relajación...La piedra elegida fue una porosa de color café; mi concentración fue al tacto, primero con las yemas de los dedos y después con las manos; lo más impresionante fue los poros que contenía la piedra ya que me daba cuenta de la gran cantidad en su contenido con el tacto pero que al mirar con los ojos los poros desaparecían; mi tacto podía sentir mucho más cantidad de poros en tan pequeña piedra...El sonido me produjo una gran relajación, con un sueño profundo; sentía de repente como ganas de agarrarme de algo que yo no veía; fue de gran peso en todo mi cuerpo; después con las campanitas al escucharlas las sentía como una pequeñas luces brillantes; una experiencia muy rica de sensación de sonido con imágenes en mucha amplitud...En la carta, me impresionó todo el contenido; sentía el sufrimiento del gran jefe indio en sus palabras; casi sentía el aire; donde se dirigía al gran jefe blanco y a su pueblo, el gran cacique indio lo decía en nombre de todos los aborígenes de América, cosa que ahora existe...Una vez que me puse a meditar, me sentía como un tirabuzón que de mis pies se estiraban hacia arriba,

como elevarme; vi solo colores, y fueron dos, se repite el color gris, primero fue gris con verde, así como nubes pequeñas, después fue gris con naranja, después gris con azul, un segundo después gris con amarillo en todos los tonos; al final fue gris con celeste; demasiado hermoso en todo el proceso...En esta última sensación fue muy grande el viajar en ese sonido de avión, que de repente tenía que agarrarme de algún fierro del avión, sentía como mi cuerpo subía y bajaba con sensación que en algún momento nos íbamos a estrellar con el follaje de la selva. También sentí, cuando empezaron los ruidos de la selva, una gran paz interior como yo siendo parte de ahí; no tuve nunca miedo solo mucha paz; mi cuerpo fue al final muy pesado; me costó mucho reanimarlo; sentí en mi mano derecha un hormigueo muy intenso, solo al moverlo lento pudo recobrar su movilidad; también algo de frío; una sensación de olor a tierra seca muy marcado e intenso, casi molesto.

Participante 6:

...Buena técnica, produce buena relajación y propicia para la meditación; logré buena concentración...Se percibió el calor en manos y pies y relajación total...Alguna dificultad para concentrarse en la piedra (al tacto). Se observaron todos sus detalles al tacto, sin mayores experiencias...Mantra de música y campanas me indujo más el estado de meditación. Después, Mantra de monjes me alteró algo y no logré mayor concentración y meditación...Me vi en un prado amplísimo; vi un árbol frondoso en el medio y yo dirigiéndome hacia allí mientras un perro blanco jugando, saltando a mí alrededor; visión clara pero breve...Se percibió el sentimiento del comunicado del “jefe” con gran imaginación de los distintos aspectos de su carta; no visualicé nada, salvo una manada de caballos café (muy breve)...Relajación profunda combinada con períodos de sueño; cuerpo con sensación de flotar; se producen algunas imágenes aisladas; cierta inestabilidad del cuerpo al “flotar”; agradables sensaciones.

Participante 7:

...La música me ayudó mucho a concentrarme o más bien a aislarme. Sentí ganas de respirar profundamente, cerrar los ojos, inclinar la cabeza. Pienso que por unos momentos me quedé dormida. Salí contenta, relajada como lista para empezar el día...Respiré profundo, sentí mis pies, los moví, los estiré, volvía a moverlos, sentirlos. Presentí un ligero calambre que recorrió mis piernas; sentí mi estómago, palpé (sin tocar) el diafragma, luego me fui a los brazos, las manos, dedos, los abrí suavemente, sintiéndolos, luego cerré mis manos por un momento, después las abrí lentamente. Repetí el movimiento; pasé al cuello, lo moví de un lado a otro, suavemente; mis hombros. Finalmente volví a comenzar por mis pies. La música me ayudó a aislarme...La piedra me atrajo su color, su forma irregular suave, por su porte la elegí, la toqué, la amasé, la palpé, la apreté hasta casi producirme dolor. Mis movimientos algo nerviosos hasta lograr sentirla. Creo que me transmitió fuerza, seguridad...En primera instancia me choquéo, lo encontré algo violento, repetitivo, pesado. Poco a poco me fui acostumbrando a ese ronroneo hasta casi quedarme dormida. El canto

estaba ahí... Después cambió la melodía, entonces empecé a visualizar los animales, el campo, el pasto y seguí con ello por un rato. Las campanitas me traían a la realidad cuando trataba de evadirme...La música maravillosa, la voz suave, tratando de transmitirnos su amor por la naturaleza, el agua, la tierra, el sol, el aire. El tono de su voz era como una queja, más bien un lamento a la pérdida que ya presentía...Me sentí como un caballo que revolotea por colinas; luego el espacio se me hizo estrecho y me convertí en un ave con enormes alas abiertas, volando suavemente alrededor de un campo; iba y venía...Viajé en un tren rápido. Atravesaba bosques, ríos. Los sentía por la diferencia de ruidos y luego la selva muy tupida, oscura, húmeda, sobrecogedora. No sentí miedo pero sí frío, soledad, tranquilidad. No vislumbré ningún animal grande, solo pajaritos, silencio, correr del agua. Para mí los otros pasajeros no existían. Quizás me había auto-aislado.

Participante 8:

...Sentí mis piernas y brazos más calientes que el resto de mi cuerpo; los sentí técnicamente aislados, pues el tronco parecía estar a más baja temperatura...Mi meditación implicó un conocimiento o reconocimiento de una piedra negra, tanto visual como de su peso, extrapolé su imagen en mi mano a la de un pequeño bebé que descansaba plácidamente...Este proceso fue como una toma de conciencia de mi cuerpo, de su dimensión y peso. Me sentía encerrado dentro de él...Imaginé todas las imágenes que escuchaba, color, forma, hasta olor...Fue una imagen monótona. Un caballo (supuestamente yo) corría por el campo en el ocaso y no paraba de hacerlo; lo que más me emocionaba era sentir la brisa y tener la sensación de algo inalcanzable...La primera melodía me dio una sensación de pánico, como si quisiera escapar de mi misma. La segunda melodía me equilibró un poco más.

Participante 9:

...Piedra al tacto rugosa, áspera, tibia al contacto con mi mano; buen tamaño; sentí que en sus surcos el viento y el agua habían hecho su trabajo. Pensé de pronto que se asemejaba a mi piel...Sentí que en varias oportunidades se movía el piso; logré quedarme traspuesta dos o tres veces y en algún momento perder conciencia; solo al sonido de un ruido externo recordé en lo que estaba, pero rápidamente volví a estar concentrada desdibujándose el ruido externo...Pude ver claramente las hojas brillantes, escuchar el ruido del río, oler el viento, escuchar los pájaros y toda la naturaleza en todo su esplendor a mí alrededor...Visualicé una mancha en la piel o en la tierra con forma ovoide que se fue cambiando de color café y algunas partes brillantes, en algún momento casi me sentí caballo, que perdí rápidamente...A pesar de tratar firmemente de imaginar el calor en mi cuerpo solo a ratos tomaba conciencia que sentía este calor. En a lo menos dos o tres oportunidades me quedé traspuesta, a pesar que sentía en otras oportunidades que la música estaba muy fuerte. Sentí que no era necesario retener ni ideas ni imágenes, parecía como que algunas sombras cambiaban de tamaño. Me quedé dormida varias veces. No alcanzaba

a tener pensamientos completos. Solo en alguna oportunidad creí que me encontraba en una selva amazónica con mucha humedad y vegetación; me bajó la temperatura del cuerpo...Tomo conciencia de mi cuerpo me duelen mucho los tobillos; siento que me cosquillean los brazos y los dedos de la mano izquierda. Veo imágenes a color que aparecen y se van con la misma velocidad. Voy tomando conciencia de cada uno de mis músculos y los voy soltando; me duele el cuello como si lo tuviera muy cansado; suelto y siento alivio...Solo vi colores al principio, color azul oscuro; todo es anochecer; siento mucho miedo, por los ruidos de la selva; lloro por los demás y por mí. Siento que no tengo esperanza pero no me abandono; empiezo a ver colores violetas intensos, casi morado; veo de vez en cuando cabezas humanas (dos) llenas de luz (como si fueran santos), a medida que pasa el tiempo van cambiando los colores; siento ruidos de tambor que pueda ser de un pueblo aborígen que nos pueden ayudar; veo todo amarillo anaranjado; veo imágenes a color de árboles altos, enormes como si fueran araucarias a lo lejos; me duele enormemente el juanete; siento que mis brazos son de otra persona que los tiene sobre mi pecho.

Mayo 1999

Participante 10:

...Al principio una pesadez en los brazos y una sensación de frío, muchos bostezos; la pesadez empezó por la nuca y empezó a bajar hasta llegar a los pies; mientras escuchaba la música, no tenía imágenes fijas, sino que varias imágenes de acontecimientos que ocurrieron durante el día de hoy o antes; sentía un peso muy pesado en la parte trasera del cuello, que si aumentaba me iba a caer, iba a perder el equilibrio y eso me asustaba, por lo que quería volver a la posición original, porque esta sensación me daba miedo pero me acordaba lo que decía Omar y seguía soportando este peso que después se iba a la parte posterior de las rodillas y terminaba en los pies; quedé con un dolor en la espalda...La música me llevó a un campo desértico, donde vivían indios chamanes y yo veía y aprendía sus rituales; con el cambio de música a una de tipo oriental viajé a la China, donde habían una geishas y yo veía o recorría la ciudad medio volando; me dio una sensación de mucho frío y me quedaba media traspuesta; tenía muy pesado los brazos al terminar...Me costó bastante concentrarme; después empecé a jugar con ella (piedra) y a sentir sus diferentes relieves; me empezaron a pesar los brazos y la piedra me molestaba; la dejé entre ambas manos y me quedé tranquila esperando que terminara el ejercicio...No tenía una relación de la historia que se contaba con el lugar que yo estaba. En la selva, estaba en un lugar muy tranquilo que era muy verde con agua cristalina; yo estaba en otra; también estaba tan relajada que tendía a quedarme dormida; tal vez por una mala posición me dolía mucho la columna (la cola)...La música del Tíbet no me gustó, no me cuadraba con la imagen que veía primero, donde yo estaba en un campo inmenso donde había un monasterio; no me cuadraba la música que escuchaba con el lugar, encontraba la música tipo satánica. De

repente pasaba a otras imágenes, estaba en el campo, después en la oficina, después quería regresar al monasterio, luego aparecía en mi casa y así pasaba de un lugar a otro...La música me encantaba, trataba de concentrarme en la lectura de la carta, pero a veces la música me desconcentraba; veía mucha vegetación, muchos bosques y animales y el bosque estaba plagado de gnomos...Me visualicé como un perro y recorrí varios lugares, partiendo de mi casa, salí de Santiago por la carretera 5, llegué a la playa, la recorrí, me encontré con una vaca, seguí recorriendo varias partes que no recuerdo con exactitud porque unos cortes en la música me desconcentraban, pero estoy consciente de que recorrí varias partes. La vaca estaba en el campo. Al primer corte de la música me estaba quedando dormida y de ahí me desperté un poco...No pude lograr la sensación de calor. Primero me imaginé en la playa un día caluroso, como no resultó me cambié a una fogata; después me tapaba con una frazada, pero tampoco pude calentarme. Sentía los pies y el cuerpo muy helados... No pude concentrarme, no podía pasar a los pies, me dio mucho frío por lo que me desperté y me fui a otra pieza a quedar al lado de la estufa.

Participante 11:

...La pesadez la sentí en los brazos, en el cual sentía el peso de los brazos hacia las piernas, pero después empecé a sentir liviandad en los brazos y esto empezó desde las manos hacia los hombros y al mismo tiempo empecé a sentir la cabeza que se iba hacia adelante, pero la cabeza no me pesaba...Fue algo fantástico, alcancé tres veces la relajación progresiva; al final después de hacer la relajación progresiva me ubiqué en una playa larga, con arena blanca, con aguas color turquesa y con una agradable brisa marina; además veía unos destellos de luces, realmente muy agradables...Fue algo sin importancia la historia que estaba escuchando, debido a que la primera relajación me dejó muy bien...Realmente fue algo muy agradable; fue de menos a más, al principio no se veía la desigualdad del objeto y así entre más recorría el objeto le iba encontrando más diferencia, pero a la vez la iba sintiendo completamente lisa...También fue algo agradable; con respecto a la música no me gustó pero después empecé a sentir la armonía de la música, pero lo que más me gustó fue que al principio la posición de las manos era un todo, pero pasado un momento lo único que me unía eran los dos dedos pulgares...Fue algo agradable, la música muy agradable, pero lo más importante fue la visualización de lo que se estaba relatando, agua cristalina, lo verde, los animales; la posición del cuerpo agradable y la posición de las manos sentí la misma sensación de la meditación anterior...En el animal que pensé fue un caballo negro y brillante y el inicio del recorrido de este caballo fue de un lugar verde con una gran montaña verde atrás; empezó a galopar en forma lenta y poco a poco tomaba velocidad y empezaba a recorrer un camino largo, rodeada de una gran cadena de montañas, con bastante vegetación, en la cual tenía caídas de agua...Empecé estando en una tina, pero con el agua no caliente, sino que tibia y con bastante vapor; después me fui a unas termas con aguas cristalinas y donde emanaba bastante vapor...Empecé a dar vueltas en forma muy lenta; era como los gimnastas, dar vuelta hacia adentro.

Participante 12:

...Concentración inmediata, agrado por la música, pesadez en las manos no en los pies. Desconcentración por algo externo. Sentí que la cabeza se me iba lentamente hacia atrás sola, sin quererlo yo y muy pesada, cuando quise volverla a mi posición me sentí algo como mareada y el cuerpo muy pesado. Tenía los ojos cerrados pero me veía en esta misma habitación a ratos veía imágenes como una nubosidad y un camino en medio de esta y ruidos de agua fluyendo; en otro momento sentí como un susto y una angustia al sentir la disminución de la música; vi un hoyo cuadrado oscuro y profundo por el cual se iba mi nubosidad clara y mi música no quería que se fuera mi música...Pude relajar los músculos, me sentí muy bien; de las imágenes no recuerdo mucho...Sentí el ruido de un tren, no logré subirme al avión y viajar, pero si sentí el agua con un riachuelo y además lluvia muy fuerte...No tuve mucha concentración y afinidad con la piedra pero si me sentí tranquila... No logré concentrarme. Esta melodía me produjo rechazo. En un pequeño lapso de concentración vi una imagen de un templo lleno de monjes cantando esta música y me sentí flotar sentada en la misma silla incluso con ella más alto del resto de gente, presente y en el mismo lugar...Me concentré mucho mejor; vi nítidamente de acuerdo al relato de la carta; sentí muchas emociones sobre todo identificación con la tierra...Me visualicé con un elefante muy grande, lindo y dulce; antes de la música salí montada en él desde mi casa y sobrevolamos calles de la ciudad y traspasamos la cordillera hacia otros países; quería volar con él hasta el África y caminar por la selva, pero al escuchar la música sentía estar en un lugar muy distinto a la selva, pero muy lleno de vegetación con todo verde y pájaros cantando y una cascada de agua t solo quería quedarme allá...No logré concentrarme y sentir calor; sentí frío en la espalda y los pies. Muy relajada, agradable, pero con algunas incomodidades; dolor de cuello.

Participante 13:

...Primero un fondo negro azul apareciendo a trasluz una cabeza de águila, luego un caballo transformándose en un Pegaso que aparecía a través de un sol en degradaciones de azul y negro. Luego fue acercándose logrando visualizar un jinete que se sacó la máscara de su casco, un jinete medieval al cual no reconocí. Luego empezaron a salir (junto) al Pegaso con su jinete otras personas ubicándose, antes de ellas, otro caballero con armadura. Luego (aparece) una monja y detrás de ella un crucifijo; Luego como si fuera una cámara de video giré alrededor de este último y aparece una cara de un animal pequeño, muy bonito que cuando abre su boca y se transforma en perro con grandes dientes el cual es acariciado por manos con uñas grandes; luego seguí girando y la figura que se formó era igual a un dibujo que se formó con formas geométricas de circulares...Al jugar con la piedra tuve dos sensaciones. Salí de la habitación y visualicé una calle, un poste, un auto negro. Retrocedí hacia una esquina y quedé frente a una muralla blanca. Luego aparecí en una habitación

viendo a otra persona pero paralelo con el juego de la piedra y cambiando su forma. Serie de imágenes como frente a un televisor. Luego un golpe me sacó...Una llama en una fuente sobre una mesa y yo girando. Luego desconcentración. Primero todo negro, luego una imagen de perro pequeño jugando en pasto; después un ave que observa una carretera con verdes campos (sur de Chile) a los costados de ella; luego se va la imagen y empiezo a sentir calor hasta transpirar...Un ave sobre un puente; luego veo un camión rampla; lo empiezo a seguir y veo, como los ojos de águila, los detalles del camión; partí pronto volando en momentos rápidamente; antes de la imagen (estoy) en una casa estilo japonés (desapareciendo) luego la imagen descrita...Paz, relajación total. Sentí que la luz disminuía como si tuviera los ojos abiertos...Recuerdo que salía de un edificio hacia el aeropuerto; se repetía la misma imagen a medida que cambiaba la música. Luego el avión destruido en una verde llanura. Luego a negro pero si escuchando parte de la música no toda la melodía; al volver mis manos estaban dormidas...Después de hacerla me sentí relajado y sentí como si flotara en el mar frente a una bahía con un gran peñasco a mi izquierda del oleaje rompiendo en la costa. Sentí una brisa en las manos y cabeza.

Participante 14:

...Al comienzo me imaginaba cargando una piedra gigante con manos y pies, que a medida iba pasando el tiempo sentía calor en manos y dedos lo cual sentía que no podía moverme como si estuviera en una caja, en que yo quería salir y no podía pero era muy agradable como si hubiera una tranquila paz. Pero igual quería salir de ese cuadrado. Me sentía como si estuviera solo; me agradaban los sonidos de la música; había siempre si, dentro de la música, alguien que tocara la puerta y cuando se acabó (la meditación) no quería abrir los ojos; quería seguir y fue como que me tenía que salir de la caja; siempre buscaba una luz dentro de lo oscuro, como seguir en un túnel y saber qué significa eso...Al comienzo, cada vez que apretaba las partes de los pies y soltaba era como si botaba lo malo; quedaba descansado, pero al llegar a las manos sentía placer, tranquilidad...Nunca me imaginé la piedra, solo al apretarla sentía vibraciones que subían desde los dedos hacia la cabeza y que cambiarlos de mano y empezar a hacer menos fuerza igual mantenía las vibraciones, como si estuviera lleno de energía; era muy agradable que jugaba con la energía; solo quería ir con la energía hacia arriba, es rico y en un momento pasó un vehículo y sentí que él había pasado muy cerca que me moví con el viento...En realidad no me gustó el Tíbet (música) y le encontré la armonía a los segundos y fue tomando tranquilidad sensaciones que en vez de ser circulares eran como verticales pero volvían a mí en los dedos pulgares ya que en momentos era como que los dedos estaban separados y me daba cuenta que estaban juntos. En la segunda (música japonesa) fue muy agradable...Fue una etapa neutra donde estaba tan lleno de energía que solo estaba de espectador que solo estaba sin sensaciones negativas, disfrutaba solamente...En realidad empecé siendo un caballo que partía desde la partida en club hípico que corría por un camino que a mi desde chico andaba (casa abuelo) pero de repente me veía dando vuelta del cielo dando círculos igual como un cometa pero en cosa

de segundos vi que iba hacia un paisaje verde, cosa que era nuevo, pero en ese momento trataba de averiguar ¿cuál era ese lugar? Reaccionaba; hubo varios lapsos de lugares que no conocía pero al tratar de buscar o saber qué lugar era me desconcentraba pero era agradable una sensación de viajar volando siendo un caballo que volaba y aterrizaba. Fui a la cordillera y veía al caballo que se deslizaba hacia abajo y me dio frío...Me imaginaba que estaba al lado de una salamandra que absorbía calor y empezaba por las manos que subía por todo el cuerpo pero en la parte de la espalda sentía frío muy helado que desperté... Está muy bien; estaba en paz, tranquilidad, flotaba, no sentía nada...Bueno en realidad viajé en mi helicóptero pasé por muchas partes pero cuando sentía el agua caer me daba mucho frío; veía hasta la sombra de los pájaros, pero estaba muy relajado.

Junio 1999

Participante 15:

...En un primer momento me invadió una profunda sensación de tristeza producida por la música, en la que me veía bailando al compás de ella. Luego me sumergí en un colorido que venía de alguna parte de colores celeste y blanco que se mezclaban entre sí. De pronto sentí que ya estaba quedando algo así como en otra dimensión, pero no logré abstraerme totalmente. Sentí mis ojos llenos de lágrimas...Logré relajar musculatura casi total a excepción de la cara; nunca dejé de estar consciente y de estar acá...Sentí al tacto una sensación de tamaño, color que se mezclaban entre el negro y el blanco. En algún momento me fui sintiendo somnolienta y muy relajada y las imágenes que atravesaban por mi mente, que eran muchas y variadas fueron esfumándose hasta conseguir sentir una especie de sueño...Una tremenda sensación de desagrado al escuchar la música por ser tan repetitiva, monótona, lamentosa, densa. Se me pasó en forma fija la idea de monjes sin rostros en un ambiente oscuro, medieval... (Frente a un cambio de música) Esta música me produjo más relajación, los colores en blanco, amarillo con una idea de estar presenciando un funeral japonés. Mucho frío...Un profundo sentimiento mezclado de recuerdos, del encuentro con la naturaleza, el contacto con el agua, con la tierra, con el aire. Mezcla de nostalgia, de estar consciente de que esto tan hermoso como es la naturaleza el hombre la está destruyendo. Pena...Regresión, diferentes etapas de vivencias buenas y malas. Sensación de paz que me produjo un profundo sueño...En lugar de concentrarme en un solo animal, mi visión eran tres, una garza, un cisne, un felino, se mezclaban entre ellos. Luego de una larga pausa me vi envuelta en círculos de niebla o nubes que se me acercaban logrando con esto quedarme definitivamente con la garza volando a través del océano en un atardecer lleno de colorido. Volví al lugar de partida. Paz...Me visualicé en una hermosa playa de arenas blancas y me vi asoleándome la espalda. Curiosamente lo que se me calentaron fueron las manos en una forma impresionante. Frío en las piernas...La música, una vez más me transportó. En un comienzo, al escuchar la historia, se me fue produciendo

una somnolencia que terminó por dormirme durante mucho rato. Luego me vi entre un grupo de hermosas mujeres, muy bien proporcionadas, en un escenario extremadamente hermoso y luminoso bailando al compás de esta música maravillosa. Los velos con que se acompañaban eran de color rosado y calipso. Luego el movimiento pasó de ser el baile del escenario al del agua. Movimiento lento y muy armonioso. Fue una relajación inolvidable.

Participante 16:

...Me sentí relajada, contenta, pero pasaban muchas ideas racionales en mi mente; sentí ruidos que interferían entre yo y la música. Pero descansé. Sentí constantemente un ruido de alguien que hacía sonar los dedos...Me relajé totalmente, fue agradable, estuve a punto de desdoblarme, pero al darme cuenta me dio susto y regresé...Me embargaron sentimientos de pena y llanto; me sentí muy cansada; el tacto con la piedra era agradable, la sentía mucho más al contacto con los dedos que con la palma de la mano. El color imaginado fue el mismo de la piedra; traté de cambiarlo pero volvía al mismo que era. Se me calentaron las manos y se calentó la piedra; me hubiese gustado dormirme durante la meditación; me sentía muy cansada...Maravillosa con la música del Tíbet; fue un sentir profundo una sensación y elevación, y me elevaba y elevaba, tal parecía que daba vueltas hacia atrás y volvía a darme vuelta, no habría salido de este estado maravilloso. Pero llegó la música del Japón y ya no fue lo mismo; volví a sentir mi cuerpo terrenal y volví a sentir lo mismo. Me quedo en Tíbet...Me cuesta expresar lo que sentí, no es muy claro, estuve siempre aquí y ahora, muy crítica del hombre actual y del sistema, de la destrucción del mundo y de la irracionalidad del ser humano, frente a la sabiduría y conciencia del jefe indio...Me sentí extraña, fueron sensaciones no muy claras, al comienzo me sentí agradable, después ya no tanto, estaba muy consciente de la historia, muy en el aquí y ahora, luego no logré irme de la realidad, creo que hasta me dormí; terminé con dolor de cabeza y mucho frío.

Participante 17:

...Sentí tranquilidad y levedad, vi muchos bordados de distintos colores, muy fuertes. En casi todo el rato me vi corriendo feliz y cada vez con mayor rapidez (sin cansarme) entre plantas y una acequia. Era una sensación de casi euforia, me dirigía hacia un final que se veía luminoso. En el medio de la meditación, me vi en una ciudad oscura, de noche, pero sin sentir miedo, y luego volví al campo, plantas, acequia y a la felicidad de correr y avanzar...Di dos vueltas por el cuerpo para relajar cada parte de mi cuerpo. Lo que más me costó fue relajar la cara, especialmente la mandíbula (estaba super apretada y adolorida). Luego, ya casi enteramente relajada me vi en una playa infinita, con un mar con olas tranquilas, con espumita blanca; hacía calor, pero rico y placentero. Me sentí liviana, feliz, en paz...Me sentí adormecida y/o relajada, pero me costó tener visualizaciones de cualquier tipo, es decir, no visualicé ninguna imagen. Pensé que la piedra era ploma (gris) con partes blancas, pero era negra con partes color café. En todo caso, después de salir de la relajación, me siento más tranquila y serena comparado cuando recién llegué hoy a la

clase...Con la primera música del Tíbet sentí una sensación de oscuridad, de personas (y yo misma) arrastrando cadenas, por un camino árido y pedregoso, era como si estuviera pagando culpas, me sentía con el cuerpo muy pesado. Con la segunda música (del Japón) sentí que se alargaba mucho, y me cansaba que no terminara nunca. Sentí una sensación de mayor bienestar en comparación con la del Tíbet, incluso si tuviera que describirla como color, sería amarillo fuerte y luminoso, pero no cálido...Me sentí mucho más cómoda y relajada que en la meditación anterior, visualicé las flores (con su olor), la tierra, los pájaros, la brisa, el ruido del agua al correr. Me conmovió en especial la parte en que se refiere al maltrato y crueldad contra los animales. Desperté relajada, pensativa, un poco triste y con algo de frío...Sentí una sensación de que mi ser se limpiaba y se llenaba de energías botando todo lo sucio, molesto y pesado que sentía que tenía adentro. Quedé liviana, tranquila. Vi también o mejor dicho me sentí arrastrada hacia unos remolinos con mucha luz, preciosos y de colores pasteles. Me sentí en esos momentos llena de paz... (Viajes de transformación) Me vi como un perrito cocker spaniel, que salía desde la plaza que está a una cuadra de mi casa y desde ese momento yo me fundí con el perrito y corrí feliz, sin cansarme, recorriendo caminos, cerros, pastos, mar, calles, incluso el Parque del Recuerdo donde está mi papá (en ese momento solamente sentí mucha pena). Luego de recorrer millones de kilómetros siempre corriendo y feliz volví a mi casa muy contenta de estar nuevamente ahí. Terminé relajada, cansada y contenta...Me imaginé las estufas que ponen en el estadio del Banco para las fiestas, y que producen un calor espantoso. No se si por el lugar en que estaba me sentí bailando como en un remolino; la otra sensación extrema que sentí es caminando por la carretera (alrededor de) por una acequia con poca agua, pro que gracias a ella podía seguir caminando, me sentía exhausta y sin ningún tipo de ánimo, o sea indiferente o agotada, pero no feliz...Sentí un ruido como de helicóptero, y sentí como ruido del universo, como ataque de galaxias. Luego, con los ruidos de agua, pájaros, etc., sentí la idea de estar ahí mismo, sin preocupaciones de ningún tipo, ni siquiera de tiempo. (A veces se me cruzaban ideas de lo que fue mi vida de trabajo hoy: muy movida y complicada). Luego ya de vuelta, con el mismo ruido de helicóptero, me sentí feliz de volver. Fue muy placentera la sensación de cero preocupaciones.

Participante 18:

...Aquieté pensamientos, o sea logré concentrarme en un sonido que era como un golpe similar a juegos de niños, de pelotas y por último vi agua y en ella vi peces de colores, burbujas, luz...Tuve que realizar tres veces movimiento de brazos y cuerpo; al final me vi siempre pegada fuertemente a un trozo de tierra que flotaba en el espacio y luego penetré en el agua donde nadé en un agua tibia y verde oscuro; me sentía muy bien...La piedra me la imaginé de color azul al comienzo luego se puso roja oscura, pero siempre había un haz de luz al centro que brillaba, cosas que imaginé al tacto en brazos de guaguas, caminos que se desenrollaban como alfombras y terminaban a los pies de una figura, campos con flores amarillas, cavernas, remolinos...Lo más impactante fue sentir a mi espalda el ruido de lluvia

fuerte, la sensación de frío y también sentir una bruma rosada que se integraba a las cosas...Colores oscuros, colores tierras, campesinos trabajando, círculos girando; mi cuerpo estaba absolutamente pesado, relajado, casi disuelto...Colores claros, luces, círculos girando, niños en sillas giratorias, sensación de cuerpo disuelto...Colores, una gran bola de fuego que giraba en el cielo; de repente vi árboles, flores, animales y al final un gran incendio arrasando todo...Lo más repetitivo fue enfrentarme a una puerta, entrar a túneles, pero nunca pude abrir la puerta, colores, esqueletos que se disolvían; colores, flores, mujer caminando, superando...Vi un tigre; no partí de ningún lugar sino que al tiro me vi en un lugar con pasto alto, había viento, pero agradable; siempre permanecí en el lugar sola, jugué, acaricié y luego el tigre se transformó en una manada de ciervos que se disolvían...No visualicé nada, o sea no sentí calor sino que vi llamas, volcanes, pero no sentí calor.

Participante 19:

...Con las primeras notas de la música comienzo a sumergirme en una especie de cuento, en el que camino pendiente arriba en un lugar de mucha vegetación. Me produce mucha serenidad estas imágenes, aún más cuando llego a la cima y veo mucha claridad. Más tarde sigo caminando hacia el lado izquierdo de donde me encontraba hasta llegar a un lugar conocido que supuestamente es la casa de mis padres donde me encuentro con mi perrita. Cambia la música y con ello cambia la imagen; ahora es en una playa donde camino por la orilla vestida con trajes blancos y de telas suaves y livianas. Al principio estoy con alguien, luego subo en brazos a una niñita y le doy una vuelta en el aire, más tarde la dejo y continúo sola, siento el aire en mi cara, el día es hermoso y me siento muy bien...Cuando recibí mi piedra la encontré grande y pesada. Al cerrar los ojos comienzo a descubrirla primero en sus formas y luego en su textura descubriendo sus hendiduras. Descubro que tiene una forma semejante a un triángulo, pero con volumen. La imagino de color negro muy lustroso y con una veta blanca. A medida que la sigo descubriendo la piedra ya no está fría y me parece mucho más liviana que al principio. Al abrir los ojos puedo comprobar que la forma que imaginé es la correcta, no así el color ya que es en tonos verdes...No fue de mi agrado; me produce una sensación de angustia, de encierro. Visualizo algo así como una mina subterránea donde todo es oscuro y los hombres que allí están se encuentran sucios y agobiados; no sonríen. Se me hizo larga la meditación... Tampoco me gustó mucho, pero sin duda es mejor que la anterior. Me focalizo en algo así como en una feria árabe, donde predominan los colores blancos y arena. Hay un desierto. Me comienza a molestar la posición de mis pies, espalda y manos. Estoy a punto de abandonar el ejercicio; se me hace muy largo, pero decido continuar hasta el final...Visualizo un jefe indio dirigiéndose a su gente los que están sentados frente a él. En la primera fila solo hay niños que lo escuchan atentamente. El paisaje es muy lindo y lleno de paz. Es un día de temperatura muy agradable y siempre revolotean muchas mariposas de diferentes colores. Puedo ver y sentir un riachuelo como también una hermosa vegetación. En ocasiones pierdo el relato del jefe

indio, pero siempre están presentes las mariposas de colores...Estoy en una playa del Caribe tomando sol; sé, que hace mucho calor, pero no logro sentirlo en mi piel. Comienza la segunda etapa de la música y estoy en mi cama con todos los implementos para estar muy abrigada, pero tampoco logro sentir calor. Más tarde me bajo de la cama y me paro frente a una estufa encendida, pero no logro sentir calor...Comienzo siendo un ciervo que está en un hermoso prado, rodeado de flores y un riachuelo con aguas cristalinas. En este paisaje me muevo. Más tarde voy volando sobre un “Dumbo” y viajo a hermosas playas de aguas quietas y de hermoso color que bañan arenas blancas y suaves. Más tarde vuelvo a ser ciervo y sigo en el hermoso prado... Al comienzo veo una serie de luces que me llevan a la entrada de algo, es como un “nacer”; luego la sensación es como la de ir descubriendo cosas paso a paso. La música provoca sensación de tranquilidad. Sin embargo, no soy capaz de terminar la meditación porque mis pensamientos van de un lado a otro y despierto antes del tiempo esperado...Me resultó grato el viaje. Sentí que viajaba en tren por sobre un gran puente; abajo corría un gran río; después nos internábamos por el bosque. Viajé a distintos lugares con la música que escuchaba. Vi colores verdes de los bosques, mucha naturaleza. Dorado fuerte cuando llegué al Oriente. No me pude meter en el relato en relación al accidente; yo viajé mucho solamente de espectadora...Realmente no me costó mucho después de recorrer el cuerpo de pies a cabeza como dos o tres veces, empecé a sentirme liviana. Como que mi cuerpo no era el mío; mis brazos no los sentía como míos. Fue una sensación muy agradable y más aún ver con qué facilidad viajaba y cambiaba de paisajes, agua, luz, vegetación, gente. Muy grata.

Julio 1999

Participante 20:

...Mucho peso, achatada, no poder mover las manos; la primera imagen llamas danzantes al compás de la música pero en tonos violetas y azulados, después un paisaje con mar, me imaginé que era un águila que volaba por extensas llanuras...Imaginé la piedra del mismo color que la que realmente tiene, luego me vino a la mente unos dragones pero no terribles sino como de caricatura; en algún momento sentí que se podía moldear como plasticina, pero no resultó, finalmente lo encontré como un sapito petrificado que estaba encogido...No me gustó la sensación, estaba todo oscuro, como en una cueva, era poco agradable, la encontré muy larga ya que me sentía incómoda...Cambié completamente el colorido, tonos celestes, turquesas y verde, me sentí como en una selva del oriente, con mucho verde y agua; sentí los monjes que en gran grupo estaban en un templo al aire libre, orando y haciendo sonar estas campanitas...Al principio vi todo en tonos rojizos como un atardecer, una puesta de sol en unas montañas áridas. Luego vi mucha polución en una ciudad gris, con mucho humo, ruido, sin vegetación, lo que me produjo angustia. Al final imaginé un paisaje paradisíaco con muchos pájaros, árboles todo bonito...Me imaginé una fogata

rodeada con indios pieles rojas, un paisaje rojo, luego vi un teatro con cortinas de terciopelo rojas, donde estaban representando una obra con personajes estilo rey Luis XVI con vestimentas muy lujosas; de ahí me trasladé a esa época en un palacio donde predominaba el dorado en su decoración con salones muy lujosos...Vi un pájaro que volaba por campos y selvas amazónicas todo muy verde, lleno de vegetación y ríos, luego me convertí en un caballo salvaje que corría y estaba en una manada por lugares más conocidos como campo de la zona central; finalmente me convertí en un pez que bajaba por una cascada, que luego llegaba al mar y en las profundidades encontraba un naufragio con un barco pirata, con un tesoro... Me costó concentrarme, me pareció muy larga, empecé imaginando por la música a gitanos españoles cantando y tocando guitarra; luego vi un paisaje con hindúes con gente...Sentí el ruido de un tren, sentí que viajaba en él por paisajes del sur de Chile. Luego realmente me vi en la jungla con la vegetación y animales todos muy agradable de variados colores, no había problemas de alimentación ya que había gran variedad de frutas, luego caminando encontré una tribu de indios amazónicos, muy amigables que vivían sin ningún problema, luego de estar un tiempo con ellos, trataba de buscar otras cosas como una salida, luego no sentí nada...Me costó tensionar y relajar en forma separada cada parte de mi cuerpo, lo recorrí dos veces; logré relajarme y obtuve una sensación muy agradable, vi un paisaje con una playa, aguas cristalinas, palmeras y una hamaca que me mecía; sentí en un momento como mi cuerpo flotaba.

Participante 21:

...Siento que alguien me está presionando la espalda haciendo que me incline sobre las rodillas, la presión es cada vez mayor y me inclino cada vez más. Tengo temor de que mi cerebro derecho no funciona y soy incapaz de imaginar y visualizar. Me imagino en un prado verde asoleado a la orilla de un riachuelo un lugar agradable de temperatura cálida agradable. Estoy en una burbuja y me elevo en el aire paso por encima de árboles, de la playa, de ciudades. La burbuja se deposita en una hoja y va por un riachuelo. Una ráfaga de viento la eleva y la deposita en el jardín de mi casa de niña; vuelvo a ser niña y recorro el jardín caminando...Siento la piedra en mi mano, trato de analizar su forma tiene dos caras planas, un borde medio redondeado rugoso, dos bordes más lineales uno más suave y otro un poco rugoso. Es suave, debe ser piedra de río, suavizada por el agua, no es una piedra áspera de lugares secos y terrosos. Recuerdo la frase del evangelio, “Pedro tu eres piedra y sobre esta piedra edificaré mi iglesia”. Siento la piedra en mi mano y la otra mano encima de la mano siente la textura de mi piel...No pude relajarme ni concentrarme, me desagradó, trataba de comprender las dos palabras que se repetían con distintas secuencias y reconocer la secuencia con que se repetían. De repente me distraía y me encontraba pensando en cosas que me interesan o preocupan... Es más agradable. Imposible pensar en otra cosa. Solo se siente la música y la campanilla, al principio imagino colores, predomina el turquesa con pintas pequeñas de rojo y amarillo, luego una planicie más bien seca, color terracota con pocos árboles. Siento mi cuerpo liviano y etéreo. En ningún momento dejo de sentir que

estoy aquí y la música viene de la radio. Siento que ha pasado demasiado tiempo y quiero terminar...Veo al piel roja dirigiéndose en pensamiento a Jorge Washington, me gusta el paisaje de grandes pinos, mucho verde, montañas lejanas, un río, es agradable; yo veo como espectadora, no estoy allí, sigo el relato me imagino lo que siente y siendo como él, pienso que hemos perdido el contacto con la naturaleza, que es una pérdida como él lo sentía y predecía...No me pude meter en el cuento, me sentía tendida y sentía la presión de mis manos en mi abdomen. Escuchaba la historia, me imaginaba el paisaje, me agradaba el ruido del agua y los cantos de los pájaros. De repente con la música me imaginé que yo era una esfera y la música estaba dentro de mí. En el viaje de vuelta en un vehículo, avión o helicóptero sentí frío...Me relajo desde los pies hacia arriba, terminando en las manos. Trato de tensionar, soltar y sentir relajada cada parte separada del cuerpo, una tensión se acompaña por otra de músculos anteriores o siguientes. Logro soltarme y lo hago una sola vez imagino una pequeña laguna o estanque rodeada de vegetación, flores y mariposas con un cielo celeste con nubes de algodón, floto en el agua en un ambiente cálido y grato. Luego siento mi cuerpo ingravido en el piso...Estoy dispersa. No logro liberarme del hecho de saber que estoy tratando de imaginarme que siento calor. Trato de imaginar situaciones en la playa en la noche alrededor de una fogata, está rico, todos están contentos hay como calidez humana, se siente el calor del fuego en la cara. Sé que estoy tratando de imaginar y me encuentro pensando en lo que me preocupa. No logro meterme en la visualización y perderme en ella olvidándome de la realidad...Siento que mi espíritu, mi yo interior trasciende mi cuerpo, tiene forma incorpórea e ingravida como un fantasma sin sábana. Flota, siente la música, es afectado por los sentimientos sensibles a los sentimientos pero no a las sensaciones físicas y se contacta con los otros espíritus independientes de sus cuerpos, en otra dimensión distinta a la física.

Participante 22:

...No pude aislar la música de mi pensamiento. Sentía un peso muy grande que me produjo cansancio grande pero la música la seguía escuchando y me impedía viajar, como me habría gustado. Vi mucha gente que iba y venía. Figuras nítidas. Sentí en algunos momentos que mis manos y mi pierna no me pertenecían...Al tomar la piedra sentí al momento como algo blando, una masa blanda que la podía moldear, suave. Después me imaginé que estaba tocando la “guatita” de un perrito. Muy suave y frágil. Me vi después caminando por un sitio y llevaba la piedra, pero en esos momentos la sentía como algo agradable en mi mano que me acompañaba. El color casi resultó el que yo creí. Muy agradable lo que sentí...Al cerrar los ojos me metí de inmediato en mi cama con un guatero en los pies. Sentí como llegó el calor a ellos y seguía por todo mi cuerpo, lo que trajo consigo una sensación muy agradable y que me permitía cerrar los ojos tranquila y soñar gratamente...Primero sentí al lado mío, como parte mía un perro. Salí de mi casa, corriendo sin saber cómo ya estaba en un sitio en el cual había mucha vegetación y agua; caminamos por la orilla del río y de repente me sentí volando, era un ave y miraba mientras volaba

muchos bellos paisajes, bosques entre cerros y agua (ríos). De repente sentí la música como que venía del mar y me vi con otras aves, juntas en la orilla del mar. Luego emprendí el vuelo nuevamente por sobre aquellos árboles de un verde maravilloso y sobre un agua muy cristalina...Me costó evadirme. Al hacerlo me pareció entrar en una “entrada de luz” grande, sin límites, pero muy clara y hermosa. Después viajé por muchos lugares indefinidos.

Participante 23:

...Sensación de que dormiría y eso hizo tratar de entrar a profundizar la sensación. Siempre estuve consciente de que la música estaba demasiado fuerte. En todo momento fui yo quien decidía el ambiente en que estaba sentada; cambié varios lugares para ver si lograba relajarme, pero no sentía esa sensación...Me introduje en una piscina al aire libre de una terma muy calurosa; sentí la temperatura agradable, pero no calor. Luego intenté andar por un campo de hielo (mar congelado) desnuda, pero rodeada de un campo magnético de luz que me producía calor. También me sentía en una temperatura agradable, pero no calor. Si me imaginaba en traje de baño, sentía sensación de frío, porque imaginaba el traje mojado...Partí de Punta de Tralca, siendo una tonina (delfín). Era parte de la tonina. Di vueltas en la bahía y pasó un barco negro. Me uní al barco y salté un rato a su lado. Pero me aburrí de esa monotonía y partí hacia Tahití a ver los peces de colores. Ahora andaba bajo el mar, a raíz de arena. Estaba muy iluminado y era arena blanca; y veía escenas con sirenas coloridas que pasaban entre ramas del suelo (en el agua). No volví sino hasta que se terminó la música...Sentí una sensación agradable de ingresar a una especie de templo con árabes (sin cara) vestidos de ropas color tierra. Pero no pasó de ahí. Me iba a situaciones pendientes de la oficina y de lo que me espera en la casa y que tengo que ir al cajero automático para tomar taxi. De repente tuve la sensación que me dormía porque se me soltaba en forma brusca los músculos de los brazos y cuello...Partí a Pudahuel en un tren, que no era el Metro, y eso me descolocó, porque no era lógico. Una vez en el avión no podía relajarme con la “suave música”, porque la música, aunque bonita, era demasiado fuerte. Tenía ganas de bajar el volumen. Cuando el avión se fue al suelo, yo estaba muy bien, veía los árboles, el agua, pero nunca me senté o hice algo. Siempre estuve de pie hasta que nos salvaron. Cuando volví a ese tren me molestó mucho...Logré relajar bien los brazos; las piernas siempre quedaron algo tensas, pese a que hice el recorrido dos veces. Luego la música me llevó al colegio y recorrí muchos de los ambientes de ahí, como iglesia, salas, dormitorios y algunos pasillos. Me interesaré seguir experimentando para llegar a la relajación total.

Septiembre 2003

Participante 24:

...Comenzó la relajación - contracción y lo hice por siete u ocho veces; luego pensé dónde ir, y elegí la época de Jesucristo, pero le pedí a mi cuerpo que no fuera conmigo, que quería ir libre (en la semana me había sacado una mala nota en los estudios que estoy haciendo; me dieron oportunidad de mejorarla y empeoró, así es que mi estado era de shock, bloqueada; yo esperaba que los ejercicios de meditación me aliviaran) pero me pasó que en todos los ejercicios no me pude soltar de mi cuerpo ni ir lejos. Cuando fuimos animales, aves o pez, fui una tortuga, que casi no se movió. Cuando fuimos cavernícolas, pasé sentada al lado del fuego, solo miraba, sin moverme. Cuando cayó el avión en la selva, el helicóptero me llevó a un lugar donde estuve al lado del agua, sin ver a nadie ni buscar nada. Ahora sentí que quería hacer la experiencia sin el cuerpo y pensé en ir a encontrarme con Jesús por lo que esperaba ver aparecer soldados romanos en sus carros, o algún pasaje conocido de sus milagros o el de niño, o mejor si solo estábamos en algún sitio de noche con la fogata prendida los apóstoles y teniendo esas enseñanzas en directo de su boca.

Pero todo estaba oscuro y esperé, esperé y nada ocurrió; entonces pedí claridad pero nada pasó. De pronto me fijé en la música, esta iba haciéndose cada vez más fuerte; eran como murmullos, que se acercaban, yo aún en la oscuridad empecé a distinguir como voces, estas se acercaban y ya eran coros de millones de voces y cuando mi corazón se llenaba de esos coros angelicales algo en el suelo estalló en miles de reflejos luminosos, se abrió el piso y emergió un espectáculo fabuloso, estaba presenciando la resurrección de Jesucristo de los muertos.

Su figura iba a la cabeza pero no definida, sino incorporada a todos y era una masa metálica dorada, era oro sólido y líquido, todos iban allí, el reino animal, mineral, vegetal, toda la creación de color dorado, pero aunque fundidos a Él, cada uno tenía su independencia mental, aunque formando parte del todo.

Me llené del brillo esplendoroso que despedía el ser mientras subía y subía y mientras seguían subiendo Jesucristo decía: "Padre lo he logrado, el mal ha sido derrotado, subo con ellos a ti, por la eternidad", y la música marcaba cada una de sus frases y todos a una sentían tal gozo que el brillo dorado se hizo casi de fuego ardiente, no quemaba, solo aumentaban los sentimientos inefables.

Yo no podía decir nada, solo miraba y sentía algo tan grande que, como no tenía mi cuerpo, me empecé a elevar y a incorporar a todos, sentí una acogida como nunca la he sentido en esta tierra, sentí su gozo, el gozo colectivo de formar parte de una nueva creación y subimos, subimos. En eso, la relajación ha terminado; ahora empieza el ejercicio y la música cambia a otra totalmente etérea, como algodónosa, celeste, azul, blanco, verde rosa, una mezcla de todos esos colores suaves y todo cambió. Con Jesucristo a la cabeza, entramos por una puerta hacia un lugar donde había campanitas y ellas se unieron a todos y aportaron la música de la naturaleza celestial y así por seis o siete puertas, todos entramos y nos llenábamos de lo que el cielo tenía para completarnos.

Lo que pasó fue que mientras fluíamos en ese torrente cristalino como de agua, aire, lo que sentí fue de que esto es el hombre verdadero, lo que yo sentía, lo sentían todos; no es fácil de explicar, lo he hecho lo mejor que he podido, pero aun así no está completo; y pensé que cuando quise ir al pasado no pude ver nada porque ya no existía, al ir el nuevo hombre

hacia el cielo todo lo terrenal se quemó al llegar al cielo cambió de forma y se llenó con lo que había allí y resultó lo más grandioso que es la fusión de una creación única y eterna; lo perfecto!! todas las sensaciones juntas.

Aún ahora que lo estoy escribiendo, siento miles de sensaciones que no había imaginado sentir, saber que puedes querer hablar con alguien y está allí contigo que todo es lindo, no hay mal en nada ni en nadie, ¡no existe más! ¡¡no hay penas!!

Pero también supe que esta experiencia terrenal hay que vivirla tal como se presenta, porque es un privilegio experimentar al hombre de pecado para experimentar en toda su dimensión al hombre verdadero, porque ¡¡¡ese es el eterno!!! ¡¡¡ y real!!!"

Participante 25:

...Me veo como una águila muy bella y majestuosa, con alas doradas que vuela por sobre las altas cumbres, entre las montañas, es una experiencia muy placentera, libre, majestuosa, siento el viento, el frío; vuelo y veo desde mi altura al frente un grupo de cóndores que vuelan muy bellos...fuertes. Sigo volando y comienzo a ver el paisaje cordillerano, siento la altura, después entro en vuelo a la ciudad, recorro por entre las personas, y paso por el lado de ellas incluso volé entre la casa de (...); percibí a su nana, pasé por su lado, volé por entre nosotros y luego volví a la montaña, fue como ir de visita y tocar a algunas personas, en la ciudad. Luego me miro desde lejos y veo como vuelo y es como si una cámara hiciera un zoom sobre mis patas y se ve que están aterrizando desde ese punto de visión; aterrizo y veo mis patas doradas y al ir pisando la tierra se van transformando en pies desnudos aterrizando suavemente sobre la tierra y eso provoca una profunda emoción, al caer ya completamente mis pies ya son humanos y me agacho y tomo un anillo que está sobre el suelo, es un anillo muy bello, tiene una hilera de diamantes de los colores del arco iris, lo coloco en mi dedo anular de la mano derecha, y se interrumpió mi visión cuando terminó la meditación.

Participante 26:

...Comienzo viendo al frente una puerta de madera de bambú o algo parecido que tiene un sello que la cierra es un símbolo muy bonito y se abre y entro por ahí; luego voy sintiendo unos colores y texturas al ir entrando a ese espacio, había un color turquesa y podía sentir la textura del lugar era muy especial la sensación, al ir avanzando se sentían unas oleadas de energía, muy agradable; luego veo bajo mis pies que se aparece una especie de dos vigas de madera por las cuales comienzo a caminar sobre ellas, y voy mirando entre el espacio de las vigas unos restos humanos, tumbas abiertas que voy mirando desde arriba a través de estas vigas, y es como un recorrido por muchas vidas a través de estas tumbas abiertas; luego veo otros portales con sellos que se abren y entro a través de estos, y cambia el paisaje, todo se vuelve luz, con unos bellos colores de luz azules, dorados, cristalinos, y me subo a una especie de nave con otras personas y viajamos por el espacio volando; se siente la

inmensidad y la sensación de vuelo en el espacio, nos rodean muchas luces como guías de este viaje, luego siento que llegamos a una especie de plataforma de luz, y me bajo y unos seres de luz, colocan en mis manos una figura geométrica de luz en tres dimensiones, realmente como un holograma, mejor dicho, y yo debía insertarlo en una esfera grande de luz azul cristalina, luego me pasaron otra y volví a hacer lo mismo en la esfera mayor, tuve que colocar cinco figuras geométricas en esta esfera, y luego la esfera como que explotó en luz hacia el universo; fue muy bello muy emocionante.

Septiembre 2004

Participante 27:

...Cada canción escuchada, me transportó a distintas épocas y situaciones. Recuerdo haber visto el anillo de Saturno muy cerca de mí, cuando viajaba sobre un planeta. Recuerdo además, el viaje en un barco de guerra, el cual tenía como energía las fuerzas desplegadas por cada uno de los remeros azotados y maltratados por otros hombres; yo era uno de los remeros. Y cómo olvidar cuando me transformé de alguna forma en un elefante, el cual divisaba la naturaleza y animales que se situaban a su alrededor.

Participante 28:

...Intentamos ver a mi padre, quien había fallecido el 1 de noviembre pasado producto de una caída en la tina fracturándose el cuello. A mi padre no lo vi por más de veinte años. No éramos precisamente cercanos. La última vez que lo vi estaba inconsciente, días antes que falleciera. Con posterioridad visité su casa, de la cual no conozco mucho detalle.

Iniciamos la experiencia del espejo, una experiencia que consistía en imaginarse el espejo en el cual debiera ver las imágenes. Me costó primero, imaginarme un espejo en forma oblicua. Y más aún ver imágenes en él...

De pronto me vi subiendo por una escala hacia un segundo piso de una casa, vi de pronto un espejo que estaba en una pared, de aquellos ovales o redondos con marco de metal negro, con una pequeña mesa también de fierro, con cubierta de mármol, pero no lograba ver nada de lo que buscaba. Empecé a llamar, no sé si en voz alta o sólo en mi mente, a mi papá, como si estuviera en algún lugar de esa casa, y miraba hacia los lados a medida que avanzaba por el pasillo, movimiento que si fue notorio para Omar.

Fue un momento largo, sin encontrarlo. Temía que se acabara la música y hasta ahí no más llegara.

De pronto estaba parado en el umbral de una habitación. No vi mucho en ella, solo que tres de sus lados estaban cubiertos de espejos, iluminada por dos luces empotradas en el techo

cerca de los espejos, luces más bien tenues, el color que dominaba la habitación era verde musgo, oscuro, la textura era similar a la felpa.

Miré hacia el frente pero no recuerdo haber visto mi reflejo. Miré hacia mi derecha, y ahí estaba mi padre. No lo vi de cuerpo completo, sólo hasta la cintura, con el torso desnudo. Me miró como si estuviera sorprendido, desconcertado quizás. No sé si apareció desde una segunda puerta al lado mío o estaba al otro lado del espejo. No había sonidos.

Alguien le dijo, me imagino, “¿quién es?”. Él dijo algo así como mira quien está aquí. Una mujer menuda se asomó, posiblemente su madre, mi abuela paterna, también luminosa. Me miró y se retiró lentamente desapareciendo de mi vista. Quedamos solos mi padre y yo. Era un instante extraño, una situación como la que se produce cuando hemos ido a despedir a alguien al bus o al tren: uno dentro y el otro fuera separado por una corta distancia y un vidrio que impide escuchar lo que el otro dice, llenando ese momento con una comunicación hecha de gesticulaciones, sonrisas y miradas.

Yo sólo miraba. Mi padre lucía joven con su poco cabello negro (fue calvo desde joven) se veía luminoso, más luminoso de lo que era posible con la luz de la habitación. No sé si había más luz para él o si de él emanaba luz, pero no era enceguecedora.

Luego de un rato, lo veía sonreír, una sonrisa leve, como la que tenemos cuando sabemos que nos da gusto ver a alguien, pero no lo admitimos abiertamente. Hacía, no sé cómo describirlo, las poses que habitualmente hacen los físico-culturísticos para mostrar su musculatura, su buen estado físico, como diciendo, mira que bien estoy, estoy con un cuerpo envidiable, joven, haciendo ostentación de él, pero no una ostentación fuerte, sino la que haríamos a un niño para divertirlo, como si su propósito fuera entretener a un niño, algo carente de agresividad, de malicia. Solo un juego para entretener.

Sentí el momento de volver, de dejarlo. Dejé de mirar a mi derecha, donde había aparecido. Ahora miraba al frente, pero no veía mi reflejo ni a mi padre. Sentía que estaba a mi lado, mirando al mismo lugar que yo.

Una sensación me acompañó cuando la experiencia estaba terminando y que siguió por un largo rato más. Imagine a alguien parado junto a usted, digamos a su derecha. La persona pone su mano derecha en su brazo, entre el hombro y el codo y lo aprieta suavemente, como cuando alguien que lo estima lo acompaña a la puerta de su casa.

Mi padre falleció de 73 años. La casa de mi padre tiene un pasillo similar al de mi experiencia, pero sin espejos, solo unos marcos con fotos.

Otros participantes y otras experiencias:

Entre las "experiencias de transformación" que fueron obtenidas por varios de los participantes figuran los vuelos de águilas, como la descrita anteriormente. En cambio, las

experiencias de "viajes por el tiempo" fueron bastante disímiles. Es así que hubo experiencias de "viajes" a Egipto, a Lemuria¹ a México (tiempo de los aztecas) y otras épocas de la historia, como las siguientes.

...De mi viaje por el tiempo, visualicé dos escenas; la primera en la época medieval, me siento asociada como un caballero con armadura. Siento, veo y escucho el golpeteo de las herraduras del caballo en el suelo de unas calles de piedras. Todo muy rústico. Luego, veo un hombre en Londres, en el siglo XVIII. Entra en un bar, sube una escalera, y se mira en un espejo. Está triste. Veo claramente su traje, su pelo cobrizo, tez blanca y su ropaje de la época. Aquí estoy disociada, miro todo.

...Estaba en una cueva en la época de las cavernas. Mi ropa era solo una piel de animal. Sostenía un palo en mis manos frente a una gran fogata que iluminaba la cueva. Mi pelo estaba muy desordenado.

...Me encontraba en una batalla de la época medieval y morían los soldados a mi alrededor. Era un jinete parecido a un hombre.

...Estuve primero en un castillo y bajaba escaleras para saludar a los súbditos. Después me trasladé a la época de Cristo y lo seguía para escuchar sus prédicas.

Visualicé las mismas imágenes de las épocas históricas que los otros participantes tenían.

...Comencé estando en Egipto y de pronto estaba en la época de Cristo y vi a Jesucristo en la cruz. Viví el calvario y lloré y sufrí este momento.

...Estuve en Grecia, en la época de Platón. También anduve en mi infancia.

...Luego vi en una mesa un mapa con una corona de rey encima y esta comenzó a deformarse hasta convertirse en una nave vikinga que iba a la guerra. Me vi como un hombre con vestimenta de esa época hasta que finalizó la meditación.

¹ Lemuria es el nombre de la última parte del Gran continente que existió en el Pacífico Mu. La verdadera destrucción de Mu y su subsiguiente hundimiento empiezan en los 30,000 AC. Esta acción continuó por muchos miles de años hasta que la última porción del antiguo Mu, conocido como Lemuria fue también sumergida en una serie de nuevos desastres, los cuales terminaron entre 10,000 y 12,000 AC.

SEGUNDA PARTE:

LA SOLUCIÓN A NUESTROS MÁS GRANDES MISTERIOS

DEL CAPÍTULO III: LA NUEVA FRONTERA.

Naturaleza de la realidad

Del texto de Buhlman:

Existen numerosas frecuencias de ondas electromagnéticas no perceptibles por el ser humano. La ciencia ha estimado la existencia simultánea de múltiples mundos paralelos separados por el puente Einstein-Rosen. El universo físico, estaría sostenido por un mar de materia y energía oscura, dividida en membranas invisibles a la percepción ordinaria pero bajo la influencia de los pensamientos conscientes e inconscientes, puede accederse a estas dimensiones no físicas mediante las experiencias extra-corporales, muy relacionadas con la física cuántica. El mundo conocido es una fracción mínima del universo inexplorado. Solo la evolución de la conciencia es el mecanismo necesario para conocer y comprender el universo como unidad trascendente más allá de la materia-energía y, del tiempo y del espacio.

De mis obras:

Desde el punto de vista cuántico, la realidad observada y separada del objeto, emerge a la conciencia, por el colapso de la función de onda².

Desde el punto de vista cuántico, la probabilidad de multiplicidad de realidades del observador-participante, emerge a la conciencia, si no hay colapso de la función de onda.

Se entiende por Espacios de la mente a la brecha o apertura que existe o divide una forma de percibir la realidad consciente y el extenso mundo de la realidad oculta del inconsciente colectivo (Jung), Mente (Wilber) o Memoria no-local (Goswami). Es decir, cada vez que estamos percibiendo o haciendo algo, hay una actividad consciente y una enorme actividad inconsciente (oculta) separados por un espacio por el que fluye la Mente. Ambos campos (conciencia e inconsciencia) están conectados de una forma cuántica, arquetípica. Lo que sucede en un campo afecta al otro.

² De acuerdo a la teoría de Amit Goswami, “la conciencia es la sustancia básica del universo y existe tanto como la energía. Cuando está en juego una decisión, cuando se realiza una observación, *la función de onda colapsa* en la conciencia y surge materia, de modo análogo a lo que sucede en la teoría estándar de la dualidad onda/partícula. Su aportación es que hay un solo observador y que es una conciencia universal, no dividida. Afirma que los cerebros han producido un mecanismo especial para “captar” la conciencia, de modo que cuando la conciencia interactúa con procesos cerebrales la onda de probabilidad colapsa, por una parte, produciendo el objeto externo y, por otra, la experiencia subjetiva del objeto.”

El punto de quiebre o crucial, según F. Capra, es la intersección entre dos sentidos, en el cual se abre un espacio en el límite de la interacción de ambos encuentros resonantes de ondas-partículas. En ese instante puede ocurrir una posible emergencia de un mundo que opera en otras dimensiones espacio-temporales. Es un Cambio de Sentido. Entre la vigilia y el sueño, un estado hipnagógico, hay puntos de encuentro de dos realidades distintas donde puede emerger una realidad onírica llena de promesas y nuevas formas de ver el mundo real. Así lo señala Fred Travis, cuando “sugiere que la vigilia, el dormir y el sueño REM emergen de una pura conciencia, un vacío silencioso. Allí donde cada estado se encuentra con el siguiente hay una pequeña brecha, en la que todos, muy brevemente, experimentan conciencia trascendental. Cuando vamos del dormir al soñar, o del sueño al despertar, se producen estas pequeñas brechas o puntos de unión”.

Estudiosos de la física cuántica, pioneros tales como Schrödinger, Heisenberg, Bohr, Pauli, Bohm, Pribram, Mitchel, Puthof, Laszlo, nos sugieren la comprensión de que el espacio invisible que existe entre los objetos forma parte esencial de la continuidad en la relación existente entre ellos y, por tanto, la mente permite crear realidades en ese espacio que lo impregna todo: el Campo Punto Cero³ (CPC).

Mi hipótesis radica en que la complejidad, como las estructuras disipativas, puede aplicarse en el mundo mental y, creo que forma parte importante en nuestra evolución. Es posible, que las estructuras disipativas y desarrollo de la complejidad, no hayan sido empleadas, conscientemente, en la oscuridad del tiempo pasado en los ámbitos y prácticas del mundo físico, pero, seguramente, se utilizó en el mundo mental, que derivó a lo social, como es la educación y comunicación.

Para comprender el significado del modelo matemático del proceso de creación la conciencia autonómica es necesario, primero, desplegar la visión cuántica del proceso de creación. Niels Bohr señala, en Visión cuántica de Jacques Rueff:

En física cuántica, el sistema es una especie de organismo en cuya unidad las unidades elementales constituyentes se encuentran casi absorbidas. Para llegar a individualizar una unidad física que pertenece a un sistema, es preciso arrancar esta unidad del sistema, romper el vínculo que la une al organismo total. Entonces se concibe en qué sentido los conceptos de unidad individual y de sistema son complementarios, ya que la partícula es inobservable cuando está vinculada al sistema y el sistema queda roto cuando se identifica la partícula.

La comunicación silenciosa, obtenida en la meditación cuántica, tiene o puede tener gran importancia en el equilibrio de la salud, en general. Un ejercicio de conciencia en sintonía

³ Campo Punto Cero (CPC), de acuerdo a la física cuántica, respecto de la naturaleza fundamental de la materia, corresponde a un “mar pulsante de energía” y vibraciones microscópicas existente en el espacio entre las cosas. Es decir, todo está conectado con todo lo demás en una trama invisible. El Campo, En busca de la fuerza secreta que mueve el universo. (Lynne McTaggart). Joe Dispenza, sostiene que la conciencia objetiva es el CPC y que todos estamos conectados a él brindándonos la vida (subconscientemente) a través del mesencéfalo, el cerebelo y el tronco cerebral. La conciencia subjetiva (en neocortex) es exploradora, de identidad que aprende y desarrolla comprensión en la expresión de la vida.

transpersonal, permite obtener o enviar información, en forma psíquica, a una persona, grupo de personas, a un órgano del cuerpo, a un tejido o una célula. Así, por ejemplo, al igual que una persona se libera o reduce los problemas, estableciendo una relación de comunicación con otras personas; a otro nivel, la mente tiene un efecto psicosomático sobre nuestro cuerpo; por último, a un nivel celular, en condiciones normales también el organismo establece una comunicación de las células con sus vecinas, de tal modo, que ellas permanentemente regulan su posición relativa de crecimiento, comparando sus características y dimensiones de sí misma con su entorno y con el resto del organismo. Es decir, las células tienen conciencia de sí mismas y de las demás, en el campo de la conciencia celular.

Por otra parte, veamos el Campo Punto Cero, CPC y su interacción con la conciencia. Para comprender ¿qué es el CPC? señalaremos las características que encierra este concepto de la física cuántica vislumbrada y/o investigada por estudiosos pioneros, tales como, Schrödinger, Heisenberg, Bohr, Pauli, Bohm, Pribram, Mitchel, Puthof, etc. De sus investigaciones se fue reuniendo información sobre el CPC, de la cual se pueden rescatar los siguientes aspectos:

- Los seres humanos son paquetes de energía que intercambia información con el CPC.
- Los seres humanos alteran (“crean”) las partículas al observarlas o medirlas en el CPC.
- La percepción se produce por interacciones con el CPC. La realidad percibida se manifiesta en el instante en que se produzca el colapso de onda entre las partículas cuánticas.
- La intención, la necesidad y la atención, juegan un papel fundamental para la conexión con el CPC. La inhibición del hemisferio izquierdo (verbal) facilita el contacto con el CPC.
- El CPC es el campo de todas las posibilidades y no está limitado por el tiempo y el espacio.
- Las enormes capacidades curativas del CPC están al alcance de todos, pues todos se conectan inconscientemente, o pueden contactarse conscientemente con el CPC.
- La existencia del CPC nos dice que nunca estamos solos. Estamos todos conectados unos con otros y la separación es aparente, si consideramos el CPC.

El espacio existente entre las cosas o CPC, nos permite ver los objetos a una distancia (espacio-meta) de nosotros. Sólo vemos el origen (nosotros) y la meta (el objeto). De lo que ocurra entre nosotros y el objeto, somos inconscientes. Sin embargo, este espacio, desde el

punto de vista cuántico, está lleno (no está vacío) de energía que no es visible, porque sus efectos se anulan y equilibran mutuamente. Como señala Mark Cominos⁴:

Al deducir que cada punto de energía tiene energía infinita que está convergiendo hacia este punto desde todas las direcciones y debido a que esta energía infinita está proviniendo simultáneamente de todas direcciones, entonces hay un momento de cancelación, se cancelan mutuamente y es por eso que esta cantidad de energía en el espacio es invisible.

La materia emerge cuando no hay equilibrio entre las infinitas manifestaciones de energía, que impiden la cancelación de ellas permitiendo, con ello, la visibilidad y manifestación de la materia. Podemos ver con nuestros sentidos físicos, las diferencias de energía, lo que hace la manifestación de materia. Así, la materia forma parte de la energía del Campo Punto Cero y esto nos sugiere que estamos conectados a una fuente infinita de energía y, como señala M. Cominos:

Podemos ver toda la materia como cristalizaciones del vacío. Nuestros cuerpos son entonces complejos de asimetría en el vacío que están sintonizados con este campo de potencial infinito. La energía no es más que apenas la superficie de un inmenso océano de espiritualidad viva. Entonces, en términos de nuestro desarrollo espiritual lo más importante es que nosotros debemos accesar y conectar a este campo de potencialidad pura en el espacio.

Es fundamental que creamos en este potencial de energía, pues de esto depende la construcción de nuestra realidad. Nuestras creencias tienen el poder de limitarnos al acceso a estos campos infinitos de energía (fotones de energía). La intención, atención y necesidad pueden dirigir estos fotones de vacío lo suficientemente, como para controlar estos fotones y activen e influyan en la materia.

Es una ilusión y limitación de nuestros sentidos percibir la apariencia de objetos separados. Pero si intentamos abrir nuestras capacidades, comenzaremos a sentir más allá de los objetos y personas separadas, sino como formando parte de ellos. Comenzaríamos a experimentar la unicidad de todo el Universo. Y esto se consigue con la capacidad de acceso a la energía del Campo Punto Cero, un gran almacén de memoria (akáshica).

Walter Schempp sostiene, en su teoría de la memoria cuántica, que la memoria a corto y a largo plazo no reside en nuestro cerebro, sino que está almacenada en el Campo Punto Cero. Pribram y Laszlo argumentan, a su vez, que el cerebro sólo es el mecanismo de recuperación y lectura del gran medio de almacenamiento de información (CPC). Los recuerdos no serían más que agrupaciones estructuradas de las ondas de información⁵. Entonces, el cerebro recuperaría información del mismo modo como procesa los

⁴ Mark Cominos, físico, matemático y místico, que ha centrado sus estudios en la nueva ciencia del tiempo, la relación que existe entre la conciencia y la materia-energía, sostiene, que de acuerdo con la Física de la Energía Punto Cero, toda materia no es más que una modificación del vacío.

⁵ Esto explicaría, tanto los procesos asociativos que concentran las imágenes, sonidos, olores, como los recuerdos instantáneos, no secuenciales.

mecanismos de la percepción ordinaria, mediante la transformación holográfica de patrones de interferencias de ondas.

De acuerdo a las investigaciones de Pribram, los procesos de interferencias o colisiones de ondas neurológicas ocurrirían en los espacios entre las dendritas de las neuronas, donde se establecen las sinapsis y emergerían las imágenes cerebrales holográficas. Así, la información contenida en las interferencias de ondas sensoriales se convierte en imágenes holográficas virtuales. Esto es lo que llevó a Pribram a afirmar que:

La percepción se produce a un nivel mucho más fundamental de la materia: el mundo básico de las partículas cuánticas. No vemos los objetos per se, sólo su información cuántica, y a partir de ella construimos nuestra imagen del mundo. Percibir el mundo es sintonizar con el Campo Punto Cero.

TEORÍA DEL DESDOBLAMIENTO DEL TIEMPO

Jean Pierre Garnier Malet suscitó el interés de la comunidad científica y de los medios de comunicación en 1988, al presentar su teoría del "desdoblamiento del tiempo":

Resumen de la Teoría

Tenemos dos tiempos diferentes al mismo tiempo: un segundo en un tiempo consciente y miles de millones de segundos en otro tiempo imperceptible en el que podemos hacer cosas cuya experiencia pasamos luego al tiempo consciente.

Como su nombre indica, todos los tiempos que estaban divididos se vuelven uno solo. El primero que se integra con el tiempo presente es el futuro. Porque todo aquello que hemos imaginado ha formado potenciales, buenos o malos, dependiendo de nuestra imaginación, y por ello estamos obligados a vivir las consecuencias de nuestra imaginación, que se vuelven una realidad. Es decir, que actualizamos todo ese futuro. Evidentemente, como que siempre nos imaginamos cosas sensacionales, pacíficas, no violentas, nuestro porvenir será pacífico y no violento. Sin embargo, si las personas se divirtieran construyendo potenciales peligrosos, agresivos y violentos, tendríamos un futuro agresivo, peligroso y violento.

El empleo es sencillo: basta con recibir el resultado de las informaciones desarrolladas en los tiempos imperceptibles futuros para saber lo que podemos hacer. El objetivo del desdoblamiento es estar siempre bien dirigidos, pero sin tener tiempo de saberlo, puesto que el desarrollo de la situación acontece en un tiempo que no existe para nosotros. En el otro tiempo transcurren días, incluso meses, mientras que para nosotros no transcurre más que un instante imperceptible. Recibo las consecuencias de mi pensamiento, generadas en el desarrollo a lo largo de ese tiempo acelerado, en forma de instintos e intuiciones.

RELACIONES DE LA TEORÍA Y EL MODELO

Después de conocer la teoría del desdoblamiento del tiempo, de Jean Pierre Garnier, en este escrito se pretende desarrollar las similitudes y diferencias que se dan con el modelo de Conciencia Cuántica, expuesto en el conjunto de mi obra.

Cuando hablemos de ambas posturas, las llamaremos como Posiciones. Si se trata de la primera, le asignaremos el nombre de la Teoría y al proceso autonómico como el Modelo.

El proceso de ver las similitudes entre ambas Posiciones significó contemplar una gran cantidad de formas de integración entre ellas, como las siguientes características que se entrecruzan en varias semejanzas:

- reciben señales creativas que se dificulta difundir al resto de las personas.
- sostienen que vivimos en el pasado de la mente.
- aplican geometría fractal.
- establecen que la imaginación es creadora de una realidad nuestra o de otras personas.
- establecen la necesidad de control de la energía de conciencia.
- muestran distorsiones del tiempo.
- sostienen la verdad y benevolencia a los demás.
- se conectan con el tiempo imperceptible guardando una actitud de confianza y entrega.
- señalan que podemos estar en dos tiempos-espacios al mismo tiempo, pero, sin embargo, no vemos el tiempo imperceptible.
- establecen una brecha imperceptible entre la pregunta y la respuesta.
- establecen secuencias de tiempos discontinuos.
- establecen un lenguaje de comunicación silenciosa entre las personas.
- son constructores de la realidad con el yo cuántico.
- mantienen un yo consciente y un yo cuántico relacionados.
- contienen al mismo tiempo el presente, pasado y futuro.
- señalan que el viaje lo hace como ondas la energía de conciencia y vuelve a la partícula (cuerpo).
- tienen importancia fundamental en la experiencia la participación del observador.

SIMILITUDES DE LA TEORÍA Y EL MODELO

La primera similitud se dio en la fecha de génesis de ambas Posiciones: el año 1988.

Otras similitudes:

- Origen de la intencionalidad: un pensamiento en la *Teoría*, y una imagen en el *Modelo*. Es decir, ambas Posiciones usan el lenguaje no verbal de los sueños, pensamientos e imágenes.
- Campo de información: en la *Teoría*, universo de la información; en el *Modelo* Memoria cuántica No-local.
- usan conceptos de la física y de los sistemas complejos: principios de indeterminación, sistemas abiertos, bifurcaciones, atractores, dualidad onda-partícula, etc.
- contemplan la presencia, a cada instante de la dualidad, perceptible e imperceptible de la realidad en un tiempo discontinuo en microsegundos. Es decir, ambas Posiciones se conectan con un campo imperceptible del espacio y tiempo ilimitado, que se entrecruza con el tiempo perceptible de nuestra conciencia cotidiana.
- están asociadas a mecanismos de defensa y supervivencia, relacionados con el cerebro instintivo de reptil.
- sostienen que los pensamientos conscientes afectan el campo del tiempo no perceptible y que éste a su vez afecta nuestros pensamientos perceptibles y el de otras personas.
- sostienen que en verdad no somos tan libres como pensamos.
- Sostienen lo que J. P. Garnier dice: “El inconsciente colectivo es la energía de esos pensamientos que se han acumulado.”
- sostienen que somos creadores de nuestro destino.
- señalan que, en forma natural, los primitivos y los niños, hasta los siete años, tenían y tienen capacidad para ingresar a los tiempos y espacios ilimitados.
- establecen brechas o espacios de tiempos ilimitados o imperceptibles en un campo cuántico.
- tienen una comprensión matemática y fractal de su operatividad.
- señalan que nosotros producimos el caos.
- establecen escudos de protección.
- pueden provocar la invisibilidad con el pensamiento.

DIFERENCIAS DE LA TEORÍA Y EL MODELO

La primera diferencia está en el proceso de acceso a la realidad cuántica del desdoblamiento del tiempo y espacio, imperceptible en la *Teoría*, hacia un tiempo y espacio perceptible en el *Modelo*, haciendo consciente el inconsciente.

En la Teoría somos observadores de los resultados de nuestros pensamientos y no de los tiempos imperceptibles. En el Modelo somos observadores-participantes del tiempo-espacio imperceptible.

Otra diferencia es que en la Teoría se usan las herramientas del sueño paradójico, intuiciones, instintos, premoniciones; en el Modelo, se usan técnicas de acceso a la realidad transpersonal-cuántica.

Una cuarta diferencia es que la Teoría señala que la información del tiempo imperceptible se ha formado desde hace 25.000 años. El Modelo sostiene que contempla el universo de la información desde los orígenes del Big Bang, desde hace 15.000 millones de años.

DEL CAPÍTULO IV: CUALIDADES TRANSFORMADORAS.

Una mayor consciencia

Del texto de Buhlman:

La exploración extracorporal lleva consigo cambios profundos en la percepción de la realidad, que trae como consecuencia beneficios psicológicos y físicos que inciden en la evolución de la consciencia y despertar las capacidades interiores de las personas.

De mis obras:

Perspectivas de la Holovisión⁶

Desde que estamos en este planeta, usamos la memoria en todas nuestras actividades, durante todo el tiempo. Incluso cuando dormimos y soñamos. Podemos recordar lo que pasó hace un momento, lo que pasó ayer, hace una semana, un mes, un año y, en fin, lo que sucedió hace mucho tiempo. En todas estas ocasiones estamos recordando, es decir, usando la memoria. Ahora, para usar la memoria debemos previamente haber tenido una experiencia de la sensación que recordamos. En esta experiencia participaron los sentidos de la visión, audición, olfato, gusto o tacto. Toda nuestra vida ha transcurrido con esta forma de percibir la realidad: capturar un objeto con los sentidos y posteriormente recordar esa experiencia con “nuestra” memoria condicionada. Aprendemos cuando recordamos. Nos curamos cuando recordamos. Creamos cuando recordamos. Somos inteligentes cuando recordamos. Es un paradigma de la memoria como archivo personal de las experiencias

⁶ Holovisión comprende la visión de la Totalidad. En contraposición, se encuentra la Egovisión que contempla una visión fragmentada y de predominio del yo. La Holovisión, por ende, incluye la Egovisión.

sensoriales. Es una visión fotográfica de la realidad o Egovisión de la realidad. En fin, somos memoria.

Cambiar esta realidad, o forma de percibir el mundo, es un cambio de paradigma. Para comenzar pensemos, ahora, que la memoria está fuera de nuestro cuerpo. Es un campo que no tiene límites de espacio y tiempo. Es equivalente al inconsciente colectivo de Jung. Es la memoria de la Naturaleza de Sheldrake. Para acceder a este campo ilimitado de la memoria, del nuevo milenio, debemos primero cambiar nuestra forma de percibir la realidad, cambiar de paradigma. Es decir, si percibimos como lo hacemos habitualmente, nos mantenemos en contacto con la memoria condicionada ordinaria, descrita en el párrafo anterior. Sin embargo, si producimos una interferencia o perturbación sensorial visual-auditiva o táctil-auditiva u otra combinación sensorial, se accede conscientemente al campo implicado e ilimitado de la memoria no-local. Es lo que hacían nuestros antepasados y lo que hacen los niños en sus primeros años. Es un nuevo paradigma, de la memoria como archivo del universo de experiencias de la humanidad. Es una visión holográfica de la realidad u Holovisión de la realidad⁷.

Las dos visiones, señaladas en los párrafos anteriores, son complementarias. Con ellas aprendemos, sanamos, creamos, vivimos y somos. Podríamos decir, que la primera, la Egovisión, corresponde a una visión fragmentaria del hemisferio izquierdo, donde existe una conciencia de separación: identificación de sí mismo, de las cosas, personas, animales, etc. Incluso percibe a su cuerpo separado de su mente y de todo lo demás; sus pensamientos son solamente suyos; su memoria lo mantiene sujeto al pasado. Es un sistema o forma de vida imperante en nuestra actual sociedad en donde los elementos que la sostienen y le dan su “razón” de existencia son básicamente la causalidad, la competencia y apropiación de objetivos del prójimo, incentivar el egoísmo, fragmentación de la educación y cultura, adoración del poder y la riqueza, del dinero, posición social, impulsar el consumismo y mantener al individuo en un estado latente de sumisión y programación, causantes de la tensión nerviosa o estrés. La segunda visión, la Holovisión, en cambio, corresponde a una visión holística del hemisferio derecho de nuestro cerebro. Como la primera forma de percibir la realidad es la que hemos venido desarrollando, en la mayor parte de nuestra vida, este libro está orientado, principalmente, a la segunda forma de usar la memoria, LA HOLOVISION O MEMORIA NO-LOCAL DEL NUEVO MILENIO.

Sin embargo, para darnos una idea de los ámbitos en que se desarrolla cada una de estas visiones, haremos una síntesis de los elementos que contemplan cada una de ellas.

⁷ Corresponde a la memoria akáshica de los antiguos o memoria cuántica de A. Goswami que está “escrita en el vacío...en ninguna parte”.

La EGOVISION (Memoria condicionada) comprende:

- Una situación de pasividad
- Un carácter de “autoridad” adoptando el individuo un carácter recíproco de “sumisión” a ese poder.
- Las percepciones y pensamientos están condicionados por los “sistemas de sumisión”
- Una búsqueda de la verdad en todos los campos que guardan relación con el “objeto” de nuestra investigación.
- La separación entre los diversos estados de conciencia
- Estar sometido a un esquema rígido.
- Un estado de reflexión y planificación.
- Asegurar una completa objetividad permanente de los sucesos en el tiempo.
- El principio de causalidad.
- La dimensión espacio-tiempo.
- La visión espacial está limitada a la aproximación de sus órganos sensoriales.
- Inquietud, temor, angustia o sufrimiento.
- Cada uno de nosotros tiene sus propias percepciones, pensamientos y actitudes, en una palabra, su propia realidad.
- La dificultad de comunicar situaciones de “experiencias cumbres”, de lo inexpresable en el lenguaje común de estas realidades superiores.
- La información mediante un análisis lógico y comprensible al lenguaje formal y estructurado.
- Vivir una cultura de explotación.
- El supuesto básico que sostiene este mundo, es que cada elemento de él es objetivo e independiente. Cada cosa existe por sí misma.
- Un estado de identificación.
- Desde el punto de vista cuántico, la realidad observada y separada del objeto, emerge a la conciencia, por el colapso de la función de onda⁸.

Perspectivas de la HOLOVISION (Memoria No-local):

- Un fuerte impulso (motivación) orientado a encontrar una respuesta satisfactoria.
- El sentido que orienta la visión de saber al menos hacia dónde vamos.
- Percibir y sentir que posee en su interior potencialidades manifestadas exteriormente a través de su comportamiento individual y social.
- Una “unidad de conciencia”.
- Una actitud de silenciosa vigilancia.
- Un estado de vacío de la mente.

⁸ De acuerdo a la teoría de Amit Goswami, “la conciencia es la sustancia básica del universo y existe tanto como la energía. Cuando está en juego una decisión, cuando se realiza una observación, *la función de onda colapsa* en la conciencia y surge materia, de modo análogo a lo que sucede en la teoría estándar de la dualidad onda/partícula. Su aportación es que hay un solo observador y que es una conciencia universal, no dividida. Afirmo que los cerebros han producido un mecanismo especial para “captar” la conciencia, de modo que cuando la conciencia interactúa con procesos cerebrales la onda de probabilidad colapsa, por una parte, produciendo el objeto externo y, por otra, la experiencia subjetiva del objeto.”

- Liberación del ego.
- Adquirir nuevos modos de lenguaje, percepción, pensamiento y actuación en su vida.
- Adquisición de nuevos enfoques y conceptos de la ciencia.
- Un principio de finalidad.
- Coexistencia de dos o más mundos paralelos.
- Hacer algo en su conciencia.
- Modificar su forma de percibir, de pensar y de actuar en todas las actividades.
- Continuar evolucionando.
- Nuevo modo de vida.
- La identidad suprema del Ser.
- La necesidad de búsqueda incesante de la verdad del conocimiento.
- La importancia de los valores y normas éticas.
- La aceptación del modo de percepción intuitivo.
- Encontrarle un sentido a la vida.
- Hacia una conciencia ecológica.
- Experimentar el proceso de trascendencia de identidad, del espacio y del tiempo.
- experimentar la sensación de una metamorfosis de identidades (aves, animales, peces, vegetales, minerales).
- Experiencia de trascender el espacio y el tiempo “viajando” a otros lugares y a otras épocas.
- Identificarse conscientemente con otra persona y acceder a sus pensamientos, sentimientos, sensaciones físicas o recuerdos.
- Conocimiento directo de estas experiencias (lugares, vestuario, costumbres, comportamiento).
- Estamos permanentemente conectados o comunicados con las diferentes formas de la naturaleza: vegetal, animal, mineral y con los diferentes espacios y tiempos de la naturaleza.
- Alcanzar la iluminación.
- Desde el punto de vista cuántico, la probabilidad de multiplicidad de realidades del observador-participante, emerge a la conciencia, si no hay colapso de la función de onda.

DEL CAPÍTULO VI: TÉCNICAS DE EXPLORACIÓN.

Herramientas de acceso

Del texto de Buhlman:

Las técnicas extracorporales las divide en seis categorías independientes: visualización, conversión de los sueños, afirmaciones, hipnosis, sonido y el ritual.

1. Visualización: El sujeto debe concentrar la atención en una persona, lugar u objeto real conocido y significativo para él y mantener la atención permanente. Otra forma

de visualización es incorporar varios objetos en un lugar específico y examinarlos detalladamente en sus aspectos y texturas, colores, peso, irregularidades, etc. Una variante más es visualizar un espejo con su imagen reflejada en él y “ver” los movimientos que realice en su imaginación.

2. Conversión de los sueños: Debemos cambiar actitud hacia los sueños. Llevar registro de ellos. Desear claridad en estas experiencias. Afirmar antes de dormir que se permanecerá consciente en ellos.
3. Afirmaciones: Deben hacerse en tiempo presente en forma positiva. Pueden hacerse en forma silenciosa, en voz alta o escribirlas. Son importantes hacerlas antes del sueño. Pueden combinarse con visualizaciones.
4. Hipnosis y autohipnosis: Son técnicas que pueden ayudar a experimentar viajes extracorporales.
5. Sonidos: Cantos, Mantras y campanas son métodos eficientes en la concentración necesaria para estas prácticas.
6. Rituales: Favorecen la predisposición a iniciarse en estas técnicas. Son procesos que determinan un contexto para el trance y fijan la atención expectante repetitiva de lograr la experiencia buscada.

De mis obras:

*Oliver Sacks*⁹, describiendo la teoría del Darwinismo neural, de Gerald Edelman, señalaba, respecto de la distinción de la conciencia primaria sobre la conciencia superior:

La conciencia primaria es el estado de ser mentalmente consciente de los objetos en el mundo, de tener imágenes mentales en el presente. Pero esto no va acompañado por ningún sentido de (ser) una persona con un pasado y un futuro. En cambio, la conciencia superior involucra el reconocimiento por un sujeto pensante de sus propios actos y afectos. Personifica un modelo de lo personal, y del pasado y futuro así como del presente... Es lo que los humanos tenemos además de la conciencia primaria...

Así mismo, Antonio Damasio¹⁰ planteaba:

En un principio, no existía el tacto, o la vista, o el oído, o el movimiento por sí mismos. En lugar de eso había una sensación del cuerpo a medida que éste tocaba, veía, oía o se movía. La percepción de cualquier estímulo externo (visual, auditivo, táctil, etc.) es dual, pues contiene simultáneamente tanto una estimulación corporal (ojo, oído, piel, etc.) como una señal de una función no corporal (visión, audición, tacto, etc.).

El proceso de ver-hacer la realidad, habitualmente, no es posible conocer cuando se está generando una respuesta frente a un estímulo. Sin embargo, A. Damasio señala, que existe un proceso llamado “metayó” que puede conocer esa realidad a condición de que, primero, frente al estímulo (imagen) el cerebro describa la perturbación del organismo; segundo, que dicha descripción genere una imagen del proceso de perturbación; tercero, interconexión de

⁹ Una nueva visión de la mente de Oliver Sacks, capítulo siete del texto *La imaginación de la naturaleza: las fronteras de la visión científica* de John Cornwell (editor).

¹⁰ El error de Descartes. A. Damasio.

la imagen (estímulo) con la imagen de la perturbación del yo. En el proceso no participa el lenguaje. Propone que la subjetividad emerge cuando el cerebro está produciendo no sólo imágenes de un objeto, no sólo imágenes de las respuestas del organismo al objeto, sino un tercer tipo de imagen, el de un organismo en el acto de percibir un objeto y responder a él.

Durante casi toda nuestra vida somos dominados por el cerebro sensorial (de los cinco sentidos). Es muy difícil escapar a su influjo. La única experiencia habitual en que se adormecen estos sentidos, es cuando dormimos o meditamos. Entonces, se abre un espacio de la mente que trasciende la realidad ordinaria.

Por otra parte, Roger Penrose y Stuart Hameroff, postulan que la mente y el cerebro son dos entidades separables y a través de sus estudios sobre los microtúbulos y el citoesqueleto celular, especialmente en las neuronas, tratan de explicar sucesos difíciles de entender a través de las neurociencias convencionales, y para ello se apoya en aspectos revisados de la teoría cuántica, así como la existencia de un fenómeno físico, inédito hasta ahora, que parece darse en el interior de las neuronas cuando la función de onda cuántica se colapsa por sí misma. Los dispositivos cuánticos, como el láser y maser son generadores y amplificadores de luz coherente que se producen en fenómenos ondulantes y vibratorios. El sistema nervioso, contiene en su parte interior unos microtúbulos, que aparentemente presentan particularidades cuánticas ondulatorias, y bajo ciertas circunstancias, adoptarían las propiedades características de los generadores cuánticos de luz coherente.

Dado que se sostiene que poseemos nanoestructuras internas (microtúbulos) que operan a nivel cuántico, Roger Penrose se pregunta cuál es la razón de que no podemos ver entonces la operación cuántica. Su respuesta tiene que ver en que la operación cuántica ocurre en un nivel de nanopartículas llegando a transformarse en una operación clásica, en el proceso de la medición, a un nivel macroscópico y esto por influencia del medio ambiente, en este caso nuestra percepción (visual, auditiva, táctil, etc.). Así, para reducir y/o eliminar las influencias medioambientales y observar directamente la operación cuántica un mecanismo es acceder a las propiedades del campo cuántico, similares a los sistemas complejos: incertidumbre, autoorganización, caos, no linealidad, atractores, bifurcaciones, etc.

En condiciones normales las personas, con ayuda de sus sentidos, se encuentran en un estado de conciencia superior, es decir, se identifican en un espacio físico y tiempo (pasado, presente y futuro) aunque se requiere y no deja de funcionar, de forma inconsciente, su conciencia primaria que, bajo ciertas condiciones, puede accederse, en un limitado tiempo, y contemplar la riqueza de la **creación de escenas virtuales complejas**, un proceso autónomo y subjetivo de trascendencia de identidad espacio-temporal. Este proceso, contempla en su desarrollo el rol y emergencia de los sistemas complejos, como herramientas de acceso a una realidad fenomenológica de la percepción que en condiciones normales permanece oculta.

La técnica utilizada o proceso autonómico involucrado en los viajes de desidentificación y transformación de la conciencia, para lograr la trascendencia de la identidad y del espacio-tiempo, contempla una combinación de elementos visuales, auditivos, corporales y

cognitivos que integra las técnicas señaladas anteriormente. Así, primeramente hay una participación verbal (afirmaciones) y visualización del contexto de la experiencia; una predisposición (ritual) preparativo inicial para el acceso transpersonal; una visualización y selección del contenido de la experiencia; una predisposición de la salida del proceso; Una perturbación del contenido de la experiencia con el sonido atractor mantenedor del proceso en un estado con los ojos cerrados, semidormido.

El proceso autonómico, contempla etapas de intencionalidad, reconocimiento, sincronización y respuesta, hay un período de tiempo (reconocimiento) en que tiene principal predominancia el elemento de la sensación, que actúa como reforzante del atractor de la intencionalidad inicial para el desarrollo continuo y autoorganizativo del sistema neurológico de la percepción. Entonces se busca, por una parte, un “objeto de reconocimiento” para que emerja un “reconocimiento del objeto” y por otra parte, un “objeto de sensación” para que emerja una sensación del objeto”. Para que se produzcan estas emergencias, el objeto de reconocimiento o sensación, debe tener esta una forma física o mental, más que tener un significado simbólico. Detrás de las sensaciones emergentes en la realidad ordinaria, realidad transpersonal y realidad compleja (cuántica), se encuentra el Testigo observador-participante. La puerta de entrada a las realidades de variada índole son las sensaciones en el proceso de reconocimiento de la percepción. La sensación participa de dos instancias: ver la realidad y hacer la realidad. La sensación emergente se va observando plenamente. Ser Testigo (estar presente) durante todo el proceso del despliegue de la experiencia de la realidad. Para la emergencia de sensaciones debemos hacer contacto entre elementos simples, bajo ciertas condiciones, que ayudan a crear una realidad esperada.

Para la generación de *emergencia de sensaciones* se requiere de la conexión de elementos simples de la conciencia siguientes: intención, visualización, reconocimiento, sentido y sensación.

- La *intención*, corresponde a la fijación de un objetivo general que puede ser expresado de forma abstracta. Es la primera etapa del proceso autonómico. Debe quedar bien clara la definición de la intención para poder avanzar a la siguiente etapa.
- La *visualización*, comprende el sustento permanente de fijación de la atención. Es un elemento material o mental que identifica la categoría específica a la cual se pretende alcanzar en el momento de la emergencia de la realidad buscada.
- El *reconocimiento*, emerge cuando en otra instancia se vuelve a conectar o acoplar el objeto material o mental con el sentido que estaba interactuando simultáneamente en el sistema.
- Uno de los *sentidos* que se acciona para conectarse con el objeto material o mental y producir una sensación.

- La interacción del objeto material o mental con el sentido al cual se conecta produce la emergencia de una *sensación*, que mantenida en el tiempo genera un proceso recursivo permanente de sensaciones.

Es importante la generación de sensaciones en el proceso autonómico para producir interferencias visual-auditivas-táctiles en el módulo de interferencias peri-transverbales. Las emergencias del reconocimiento de imágenes visuales con las sensaciones de la estimulación acústica, genera interferencias de impulsos nerviosos visuales y acústicos, provocando un holograma de interferencias que genera percepciones de imágenes virtuales.

CONCLUSIÓN

Podemos concluir, que ahora, desde aquí, comienza para cada uno de nosotros un mundo de una realidad cambiante; una nueva forma de ver y hacer la realidad; un complemento de nuestra forma de percibir y actuar en este mundo; una forma de aprender a aprender; un control responsable de la salud; un sentido en nuestra labor cotidiana; una relación con todo lo que nos rodea; un caminar con una visión de la ciencia; un amor a la vida y todo lo que engloba; la belleza en lo pequeño y la grandeza de lo simple. Hoy, ya no estaremos sometidos a una sola forma de percibir el mundo, sino que, desde ahora, tenemos la opción de ver y sentir la esencia de la realidad. Las potencialidades de la mente ya están “a la vuelta de la esquina”. Partimos de nosotros y llegamos a nosotros. Lo que andábamos buscando, ya lo teníamos. Entonces, con nosotros hemos terminado la búsqueda. Hemos encontrado la libertad. Disfrutemos de la naturaleza de la realidad de la mente, comenzando a tomar verdaderamente las riendas de nuestra vida. Nadie lo hará por nosotros.

Bibliografía

Buhlman, W. (2001). Aventuras fuera del cuerpo. Buenos Aires. Editorial Sirio S.A.

Peña, O. (2015). Espacios de la mente. Amazon: Edición CreateSpace.

(2016). Explorando el cambio de conciencia. Amazon: Edición CreateSpace.

(2016). Psicología de la complejidad. Amazon: Edición CreateSpace.

(2017). Creación de escenas virtuales en la conciencia primaria. Monografías.com