

CINCO MINUTOS DE COHERENCIA CUÁNTICA

Five minutes of quantum coherence

Omar Peña Grau

RESUMEN

Este artículo desarrolla un modelo de imaginación autoorganizativa, que permite formas de acceso consciente a la conciencia cuántica, con sus propiedades de coherencia: superposición y entrelazamiento cuántico, rebatiendo la idea de la imposibilidad de percibir conscientemente efectos cuánticos en el nivel macro y de otras particularidades del proceso de coherencia cuántica. El modelo está sustentado en la teoría unificada de la conciencia que integra aspectos cuánticos, complejos y clásicos, describiendo sus características y, por último, se presenta dos técnicas de acceso a la coherencia cuántica y diversas experiencias sobre las mismas.

Palabras clave:

Imaginación Autoorganizativa, coherencia, decoherencia, complejidad,

Summary

This article develops a model of self-organizing imagination, which allows forms of conscious access to quantum consciousness, with its coherence properties: quantum superposition and entanglement, refuting the idea of the impossibility of consciously perceiving quantum effects at the macro level and other particularities of the quantum coherence process. The model is supported by the unified theory of consciousness that integrates quantum, complex and classical aspects, describing their characteristics and, finally, two techniques of access to quantum coherence and various experiences about them are presented.

Keywords:

Self-organizing Imagination, coherence, decoherence, complexity,

INTRODUCCIÓN

De acuerdo a la teoría unificada de la conciencia (TUC) el proceso de la conciencia ocurre en etapas cuánticas, complejas y clásicas que están sujetas, en esos niveles, a Coherencia cuántica, en el nivel cuántico, criticidad autoorganizada en el nivel complejo y por último decoherencia cuántica en el nivel clásico.

Una de las críticas que se le hace a la coherencia cuántica es que no es posible percibirla de forma consciente y que requiere de temperaturas cercanas al cero absoluto, que ocurre en niveles micro (atómicos) y de un total aislamiento del entorno, en períodos muy cortos, de nanosegundos.

Últimamente, hay descubrimientos e investigaciones que rebaten esas propiedades de la coherencia cuántica, propiedades como la superposición (la capacidad de estar en muchos lugares al mismo tiempo) y el entrelazamiento (la posibilidad de que dos partículas muy alejadas estén conectadas). Se tiene conocimiento que lo cuántico, también opera a niveles macro en nivel fractal (invarianza de escala) a temperaturas normales, como sucede en la fotosíntesis y en la proteína ferritina, cuyas estructuras adoptan funcionalidad de conductor y aislante simultáneamente. También la operación cuántica se presenta en las aves que se orientan con el espectro magnético de la Tierra. Otra propiedad, como la operatividad cuántica en tiempos infinitesimales también se ha encontrado que existen operaciones cuánticas en milésimas de segundo e incluso en períodos de segundos. Por último, también la coherencia cuántica se manifiesta en aislamiento parcial y no requiere de un aislamiento total del medio ambiente como sucede en los procesos autoorganizativos.

De las infinitas posibilidades (energía libre) en estado de coherencia cuántica (función de onda) se elige la más adecuada al contexto, intención y memoria, colapsando la función de onda en proceso de decoherencia (en la observación) y emergiendo la partícula o material esperada.

La corriente de la conciencia, que sigue la dirección desde el origen de la conciencia cuántica (coherencia) hacia la conciencia clásica (decoherencia), tiene la particularidad de actuar en la incertidumbre, y es necesario cambiar el sentido de la corriente de la conciencia, desde la conciencia clásica (decoherencia) hacia la conciencia cuántica (coherencia), de modo de conectarse o aproximarse al mundo cuántico sin producirle un cambio a la onda-partícula permitiéndole, con ello, extraer información implicada en ella. Para poder conectar la conciencia con la onda-partícula bloqueando el colapso de onda, aislándose de las variables de decoherencia (del medio ambiente y de las memorias), se debe “atraer” un objetivo utilizando para ello un atractor (intención) mantenida por un tiempo determinado hasta que emerja el despliegue de la realidad cuántica, impreso en el espacio cuántico.

TEORÍA UNIFICADA DE LA CONCIENCIA

La base de la investigación del funcionamiento de la percepción se efectuó siguiendo tres orientaciones: las Teorías de Selección de Grupos Neuronales TSGN, desarrollada por Gerald Edelman y difundidas por Oliver Sacks, los

estudios de la conciencia de Antonio Damásio y las propuestas del funcionamiento cerebral de Penrose-Hameroff. El enfoque de esta investigación incorpora elementos contemplados en la percepción, tales como las estructuras disipativas, procesos autoorganizativos, inteligencia del enjambre, sistemas dinámicos no lineales y realidades múltiples, entre otros elementos, y otros factores incidentes en la percepción. Se modeló el proceso de niveles de microsegundos de la percepción ordinaria y de los procesos de los grandes grupos neuronales en sincronía neural. Con todo este conjunto de elementos, se generó un “proceso autonómico”, que replica el proceso de la percepción ordinaria de forma consciente, dando acceso a una inmersión virtual a diferentes niveles de conciencia.

De la observación de los planteamientos de Edelman, Penrose-Hameroff y Damásio (Cornwell, 1997) podemos concluir, que ellos señalan la existencia de más de una forma de conciencia en el proceso de la percepción. Edelman nos muestra que en el proceso evolutivo la conciencia pasó desde una conciencia primaria a una conciencia secundaria o superior. Tanto Penrose como Hameroff sostienen la existencia bajo la conciencia sensorial de una conciencia cuántica y por último Damásio nos muestra la existencia anterior a la actual de una conciencia sensorial, sin respaldo corporal. Todos ellos sostienen, que a pesar de haber evolucionado nuestra conciencia aún persiste la acción de esa otra conciencia interior, en nuestras percepciones y podríamos acceder a esa conciencia primaria, cuántica o metayó, como la denominan, en un caso vivir la presencia sin ego, o eliminando la medición de nuestros sentidos o, por último, en la descripción e interconexión de los estímulos. Esto se consigue, conscientemente, con el despliegue de la dinámica de la percepción, como sistema complejo en un proceso de meditación.

Roger Penrose y Stuart Hameroff (Cornwell, 1997) 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.

Dado que se sostiene que poseemos nanoestructuras internas (microtúbulos) que operan a nivel cuántico, Roger Penrose (Cornwell, 1997) 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, estructuras disipativas, etc.

CARACTERÍSTICAS DE LA TEORÍA UNIFICADA DE LA CONCIENCIA

El desarrollo de la teoría unificada de la conciencia contempla las diez características siguientes:

1. Privada

Como seres vivos, permanecemos como un sistema cerrado autopoietico donde opera la percepción personal subjetiva que mantienen su estructura o patrón de organización en un proceso de autonomía en la organización o, como se conoce, autoorganización de los sistemas complejos. Es un proceso de identificación de uno mismo con el entorno.

2. Coherencia

El origen cuántico de la percepción, requiere de la coherencia inicial de la función de onda, que permita mantener los principios de la superposición y entrelazamiento cuántico, hasta el momento en que se produzca la decoherencia, por el colapso de la función de onda.

3. Temporal

Las variables de tiempo y espacio, definidos en el nivel clásico, es el resultado del proceso de decoherencia que transforma la unión de todos los tiempos-espacio (presente eterno) en la línea del tiempo (pasado-presente-futuro).

4. Unidad

La unidad o integración holística, se manifiesta al considerar que todas las variables que determinan la percepción unificada (formas, colores, movimientos, etc.) se presentan reunidos en un resultado coherente para su percepción y no pueden separarse en partes independientemente simples. Cada escena o imagen integra todos sus componentes de forma inconscientemente autoorganizada. A su vez, se mantiene la unidad entre los niveles cuántico, complejo y clásico.

5. Continua

Esta propiedad no refleja la realidad de la conciencia, pues en el nivel clásico, se percibe que estamos conscientes en todo el proceso de la percepción. Sin embargo, hay momentos inconscientes que opera los niveles cuántico y complejo y solo percibimos el nivel clásico. Esta discontinuidad es así, porque todo ocurre en un tiempo de milésimas de segundo, que no es posible diferenciar el nivel en que nos encontremos en ese instante. No vemos los cambios de nivel, como sucede en el cine donde no observamos las diferentes imágenes del rollo de películas, sino que percibimos una continuidad.

6. Atención

La atención es esencial para lograr, en el proceso de la percepción, alcanzar la transformación de la fase del nivel clásico al nivel cuántico, durante el momento de transición de fase por la desatención de los sentidos en el momento de acceso al túnel de criticalidad autoorganizada.

7. Organización

Esta propiedad, fundamental para operar en el nivel clásico, es un obstáculo para que funcionen los procesos autoorganizativos del nivel complejo y acercarse al nivel cuántico de forma consciente. De ahí que, en el proceso de la percepción, se intenta que operen los mecanismos autoorganizativos con ayuda de la siguiente propiedad sensorial que facilita el acceso a la realidad cuántica.

8. Sensorial

Esta propiedad, en el nivel clásico, nos permite relacionarnos con el mundo en forma objetiva por la estimulación externa percibiendo las cosas separadas de nosotros. Es fundamental para la supervivencia porque considera las sensaciones que sean importantes para el sujeto, y contribuye a una limitación de la conciencia al restringir los sentidos solo a un número limitado de sensaciones. Sin embargo, por sobrecarga sensorial se accede a otras realidades transpersonales, más allá de la conciencia clásica al momento de entrar en el punto de transición de fases.

9. Memoria

En cada momento que percibimos la realidad clásica, está operando la memoria local que nos permite encontrarle sentido a lo que percibimos, y produce en el cerebro la sincronía neural. Por ello, si hay algo que no tiene

sentido para nosotros no habrá comprensión de lo que estamos recibiendo por nuestros órganos sensoriales. Podemos acceder, en el nivel cuántico, a una memoria no local (akásica) que contiene información del inconsciente colectivo.

10. Intencional

Esta propiedad, del nivel clásico, puede considerarse como el estímulo primordial generador del proceso de la conciencia que orienta y se dirige hacia algo, donde se ponga la atención, los sentidos, la memoria, para llegar a una respuesta coherente con esa intención. Todo esto se moviliza solo si se presenta en un contexto de acuerdo con las intenciones.

FORMA DE ACCESO CONSCIENTE A LA COHERENCIA CUÁNTICA

La percepción normal ocurre en etapas inconsciente y posteriormente conscientes:

Primero, la acción inconsciente cuántica disponible en el universo, segundo la acción inconsciente compleja con sus propiedades recursivas, dialógicas, hologramáticas y de autoorganización, y tercero, la acción consciente clásica materialista de definición del cuerpo, del tiempo y del espacio.

El proceso de imaginación autoorganizativa contribuye a experimentar la integración de las tres formas de percibir la realidad, un proceso que permite la creación consciente de escenas complejas en conciencia primaria. Este proceso de modificación de la percepción ocurre en sentido inverso a la percepción normal. Es la manifestación de una visión interior.

La "Visión Interior", un proceso de imaginación autoorganizativa, no es más que una forma sencilla de hacer consciente el inconsciente, y consiste básicamente en que relajadamente, sin llegar a quedarse dormido, debemos con los ojos cerrados, "ver" lo que ocurra al interior de nosotros mismos, sin ningún tipo de deseos y búsquedas, ni prejuicios y análisis de los acontecimientos. Después de un cierto período de tiempo, (2 a 5 minutos) existe la probabilidad de comenzar a experimentar ilusiones perceptibles, como emergencia del inconsciente (complejas y cuánticas) que no están relacionados con la memoria normal, sino que se parecen más a las imágenes nítidas de sueños.

El proceso de meditación autoorganizativa, probablemente puede resumirse del siguiente modo: En condiciones normales el individuo permanentemente cambia su atención desde un órgano sensorial a otro, estableciendo simultáneamente con ello una limitación de la conciencia al no dar lugar a que ésta se libere de la prisión sensorial. La concentración de la atención en un estímulo inhibe la acción de los órganos sensoriales que están fuera del campo de atención. En algún

instante de la meditación se produciría una especie de desatención del estímulo meditativo y, dado que los demás sentidos están inactivos, no es posible producir un cambio de percepción sensorial, sino que se obtiene un estado de “vacío mental” transitorio, de contemplación, de aislamiento sensorial, de inhibición del pensamiento que facilitan la expresión del sí mismo y de las potencialidades interiores del Ser.

En el estado meditativo llega un momento en que se produce un efecto de unión sujeto-objeto y ya no existe conciencia de atención sensorial, sino que se presenta una situación de “conciencia de la conciencia” o “conciencia del sí mismo”. Todo esto nos lleva a concluir que, si bien se utiliza la atención como un medio de lograr el estado meditativo, se intenta alcanzar un estado de desatención sensorial que permita obtener la ansiada liberación de la conciencia. Es una transición de fases.

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”.

Uno de los procesos de investigación de la física, es lo que se conoce como transiciones de fases o puntos críticos entre dos fases. Por ejemplo, entre el hielo y agua o entre ésta y el gas por aumentos o disminuciones de temperatura, como también sucede en el modelo de Ising en el proceso de magnetización de una barra de hierro. También se le denomina Criticalidad autoorganizada y se presenta un aumento de la complejidad al borde, entre un estado de orden y otro de caos o desorden, entre un estado de atención y otro de sobrecarga de atención. En otras palabras, entre un mundo clásico y cuántico.

Nivel cuántico

En este nivel de la conciencia, se dan dos propiedades que mantienen la coherencia de este nivel: superposición y entrelazamiento cuántico.

La superposición cuántica describe cómo una partícula puede estar en diferentes estados a la vez, manteniendo su coherencia, hasta el momento en que se efectúe la medición u observación en el mundo clásico, produciéndose así la

decoherencia. El entrelazamiento cuántico describe cómo dos partículas tan separadas como se desee pueden estar correlacionadas de forma tal que, al interactuar con una, la otra se entera. Este nivel cuántico, según Penrose-Hameroff, se produciría en los microtúbulos de acuerdo a su teoría cuántica de reducción objetiva orquestada.

Nivel complejo

El nivel complejo de la conciencia se manifiesta en todo el proceso posterior al nivel cuántico, de modo de autoorganizar inconscientemente las interacciones neuronales por estimulación externa-interna, que pasan por los sentidos y memorias de acuerdo a las intenciones privadas de las personas que se modulan con sus creencias, aprendizajes, cultura, hábitos, etc. Todas estas variables requieren de un proceso complejo dialógico, recursivo, hologramático, que permita la emergencia de la percepción de las formas del nivel clásico.

Nivel clásico

Este nivel consciente, es el resultado del proceso derivado de los otros dos niveles anteriores inconscientes (complejo y cuántico). Se manifiesta en dos fases, al inicio de la funcionalidad de la conciencia en la operación intencional y al término del proceso consciente en la emergencia de las formas de la percepción. En el punto crítico entre estas fases opera el sistema complejo (fractal) que autoorganiza el proceso de la conciencia.

Pareciera, entonces, que el buscar la unidad suprema del Ser hace necesario experimentar una fragmentación de la conciencia. Sin embargo, la conciencia de unidad es la conciencia de la totalidad del Ser o conciencia universal, en donde no existe separación alguna, ya sea de estados de conciencia, de formas de educación, de medios de actuación grupal y de los procesos de cambio; no existe división espacio temporal; el Ser en conciencia de unidad trasciende todo lugar y todo tiempo, toda persona y toda cosa, por lo tanto, no se siente identificado y separado en diversos egos.

De todo esto, puede concluirse que para alcanzar la plena expresión de sí mismo debe buscarse la desidentificación del ego, es decir, experimentar la vida no como un fragmento de la conciencia, ni satisfacer las necesidades del ego, externas e internas al individuo, sino que por sobre todo se deberá percatar de que él forma parte de la totalidad de la conciencia. Por lo tanto, intentar desidentificarse del ego en todas sus formas y características específicas, es una condición para acceder a una experiencia de iluminación y creación.

El proceso de evolución de la conciencia puede considerarse como el retorno a la desidentificación del proceso de identificación: la vuelta al origen, donde se une el principio y el fin, alfa y omega.

En sus comienzos, la conciencia emerge de un estado de completa desidentificación, de vacío mental, de conciencia pura; esto puede verificarse en las experiencias del niño, donde no existen fragmentaciones ni fronteras entre el infante y su medio. Paulatinamente, a medida que vaya creciendo el niño, empieza a establecer una conciencia de separación: identificación de sí mismo, de las cosas, personas, animales, etc. Percibe con el tiempo, a su cuerpo separado de su mente y de todo lo demás; sus pensamientos son solamente suyos; su memoria lo mantiene sujeto al pasado. Se puede decir que la vida del individuo es la historia del proceso de identificación y que existen innumerables elementos que contribuyen a este proceso de sumisión identificatorio de la conciencia, de tal modo, que creemos que sólo existe esta forma de percibir la realidad. Sin embargo, en situaciones especiales, como en el sueño, concentración de la atención, meditación, hipnosis, estados alterados de conciencia, imaginación autoorganizativa, etc., se presentan formas de desidentificación en el cual el individuo trasciende los modos habituales de percepción de la realidad.

Hay dos experiencias de imaginación autoorganizativa relacionadas con coherencia cuántica que comprende los principios de superposición y entrelazamiento cuántico. Se trata de las prácticas de transformación de identidad y de viajes espacio-temporales.

En las prácticas de transformación de identidades, se presenta la superposición cuántica al asumir el sujeto simultáneamente diversas identidades (animales, insectos, vegetales, minerales, etc.).

Las prácticas de viajes espacio-temporales se relacionan con procesos de entrelazamiento cuántico, pues el sujeto percibe lo que está más allá del entorno inmediato y del tiempo pasado o futuro. Todo está presente en esta experiencia.

EXPERIENCIAS DE IMAGINACIÓN AUTOORGANIZATIVA

Antes de presentar las diversas experiencias de transformación de identidades y viajes espacio-temporales, obtenidas en procesos de imaginación autoorganizativa, es necesario comprender que sucesos como los que describe Carl Rogers en su escrito ¿Necesitamos una realidad? serían formas de conectarse a otras realidades, similares a las obtenidas en los procesos de imaginación autoorganizativa.

En su artículo, Rogers nos describe ampliamente diversas realidades que escapan a la percepción ordinaria: que la materia está vacía; que el mundo está en continuo movimiento a elevadísimas velocidades; que existen fenómenos de comunicación transpersonales; que existen otras realidades apartes; de la

ignorancia por saber de dónde vienen los sueños, las intuiciones de los animales, etc.

Rogers nos muestra fenómenos que se pueden explicar, por ejemplo, solo con las propiedades de entrelazamiento y superposición cuántica:

“la mujer...sintió de pronto miedo...algo había ocurrido en aquella carretera tan conocida de su hermana. Telefoneó, pues, a la policía y afirmó: “Se produjo un accidente en tal carretera...¿Cómo lo sabía?”.

“¿Y don Juan, el indio yaqui, sin edad, que abrió mundos totalmente nuevos a Carlos Castañeda, antropólogo obstinadamente escéptico? Mundos de acontecimientos mágicos, de revoloteos por los aires, de un diálogo con un coyote, de una realidad no ordinaria en que la muerte no difiere de la vida, en la que el hombre con conocimiento tiene un espíritu adicional donde se vivencia lo imposible.”

Una realidad que despliega la ilusión de lo sólido de la materia, de la inmovilidad de los planetas y galaxias, del origen de los sueños, de realidades apartes de Juan de Castañeda, de los fenómenos paranormales, de los estados alterados de conciencia, etc. Y Rogers concluye que “No solo se trata de que la conciencia humana creara el mundo objetivo, sino de que cada conciencia humana, cada persona crea su propio mundo de existencia objetiva y significado”.

1. ENCUENTROS CON FORMAS ANIMALES

La identificación con aves, peces y animales es una experiencia muy enriquecedora por la desaparición de los límites de la trascendencia de la conciencia. La identificación con un animal nos hace ver y sentir la importancia de la cercanía de nuestra conciencia con la de otras especies. Esta experiencia, es similar al tercer estadio del trance del chamán, la identificación con un humano-animal o theriantropo.

Las siguientes experiencias describen estas actitudes.

Veía con los ojos el nivel de la superficie del agua y me di cuenta de que el caimán que flotaba en el agua era yo.

Me encontraba en la selva con mucho temor. De pronto se me fue el miedo. Me había convertido en tigre.

Venía volando como un pájaro en el mar. Divisé unas ballenas y me convertí en ellas.

Primero me convertí en caballo. Después empecé a volar como un Pegaso hacia el sol.

Sufrió una transformación; de águila me convertí en delfín y después en mariposa.

Me veía caminando y comienzan a caer estacas del cielo. Como esto me daba miedo, observo un pequeño chanchito de tierra y me convierto en él. Me siento pequeño, con un caparazón y me cuesta moverme. De pronto escucho un gemido de alguien y me convierto en un tigre en la selva para ir en su ayuda.

A medida que continuó la meditación tuve una visión de una clínica (insecto) que posteriormente se acercó a una jirafa. Las manchas de la clínica se integraron en las manchas de la jirafa. Esta fue a beber agua y con burbujas saliendo de su cuerpo se transformó en caballito de mar.

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.

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.

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, y nuevamente mi familia conmigo, en tranquilidad; los lugares eran todos conocidos.

Me vi en un prado verde amplísimo; vi un árbol frondoso en el medio y yo dirigiéndome hacia allí mientras un perro blanco jugando, saltando en mi alrededor; visión clara, pero breve.

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.

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.

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, imagen que perdí rápidamente.

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 por unos cambios de la música me desconcentraban, pero estoy consciente de que recorrí varias partes. La vaca estaba en el campo. Al primer cambio de la música, me estaba quedando dormida y de ahí me desperté un poco.

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.

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 distinto a la selva, pero muy lleno de vegetación, con todo verde y pájaros cantando y una cascada de agua y sólo quería quedarme allá.

Primero todo negro, luego una imagen de perro pequeño jugando en el pasto; después veo 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.

En realidad, empecé siendo un caballo que salía de la partida del club hípico y corría por un camino que a mí desde chico andaba (casa de abuelo) pero de pronto me veía dando vueltas por el cielo dando círculos igual como un cometa, pero en cosas de segundos vi que iba hacia un paisaje verde, cosa que era nueva, pero en ese momento trataba de averiguar ¿Cuál era ese

lugar? Y reaccionaba; hubo varios lapsos de lugares que no conocía, pero al tratar de buscar o saber qué lugar era, me desconcentraba, pero era agradable la 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.

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 vi como un perrito coker spanish, que salía de 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 sentí mucha pena). Luego de recorrer millones de Km. Siempre corriendo y feliz, volví a mi casa muy contenta de estar nuevamente ahí. Terminé relajada, cansada y contenta.

Vi un tigre; no partí de ningún lugar, sino que inmediatamente 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.

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.

Vi un pájaro que volaba por campos y selvas amazónicas, todo verde, lleno de vegetación y ríos, luego me convertí en un caballo salvaje que corría y estaba con una manada por lugares más conocido como campo de la zona central; finalmente me convertí en 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.

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 pronto me sentí volando, era un ave y miraba mientras volaba muchos bellos paisajes, bosques entre cerros y agua (ríos). De pronto 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.

Partí de Punta de Tralca, siendo una tonina. 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 ras de la arena. Estaba muy iluminado y era arena blanca; veía escenas con sirenas coloridas que pasaban entre ramas del suelo del agua. No volví sino hasta que se terminó la música.

2. ENCUENTROS DE VIAJES ESPACIO-TEMPORALES

El viaje a otros tiempos y lugares es una experiencia extraordinaria. Aprendemos de las costumbres, vestuario, ambientes y formas de comportamientos desconocidos por nosotros. Esta vivencia provoca cambios que trascienden explicaciones racionales.

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.

PRÁCTICAS DE IMAGINACIÓN AUTOORGANIZATIVA

A continuación se presentan dos prácticas que se desarrollan en no más de 7 minutos

VIAJE DE TRANSFORMACIÓN DE IDENTIDADES (superposición cuántica)

Ahora, en posición de meditación, cerremos nuestros ojos y comencemos a viajar. Imaginémosnos que somos un AVE, PEZ O UN ANIMAL que más afinidad tengamos con aquel. Entonces, elijamos un lugar de partida conocido por nosotros. Dejemos que ese ser imaginario se deslice libremente por tierras conocidas o desconocidas. Quizás en sus comienzos nuestra imagen se mueva por nuestra propia voluntad, pero a medida que nos vayamos relajando parecerá que adquiere libertad para moverse sin nuestro control voluntario. Dejemos vagar la imaginación y veamos donde nos lleva. Asistiremos a una fantasía de un verdadero viaje por ese continente perdido de la imaginación. Después de un proceso de varios minutos, imaginemos que nuestro amigo, ave, pez o animal regresa al lugar de partida y despertamos felices de nuestro viaje. (Música) Lentamente vamos volviendo poco a poco a nuestro cuerpo. Movemos lentamente los dedos de nuestras manos y de nuestros pies. Movemos lentamente la cabeza y nos conectamos con nuestra respiración. Podemos abrir nuestros ojos. Estamos despiertos, la meditación ha terminado.

VIAJES ESPACIO-TEMPORALES (entrelazamiento cuántico)

Ahora, para VIAJAR A TIEMPOS LEJANOS estamos en un lugar de partida en otra época diferente de la actual. A medida que nos vayamos relajando, y continúe la música, imaginaremos que las pausas de respiración escuchadas, corresponden a entradas o puertas hacia otros tiempos. Si deseamos cruzar estas entradas, bastará pedir permiso para

ello, y contar hasta tres. Si en cualquier momento deseamos terminar la regresión, antes que finalice la música, imaginaremos que regresamos al lugar de partida y, contando hasta cinco, relajadamente termina la meditación. (Música) Lentamente vamos volviendo poco a poco a nuestro cuerpo. Movemos lentamente los dedos de nuestras manos y de nuestros pies. Movemos lentamente la cabeza y nos conectamos con nuestra respiración. Podemos abrir nuestros ojos. Estamos despiertos, la meditación ha terminado.

REFERENCIAS

Fernández, E. (2024). Vivimos un espejismo cuántico: Usan simulaciones numéricas para modelar cómo emerge “nuestra realidad “ desde las probabilidades del mundo cuántico. Revista Muy Interesante.

Lahey, S. (2024). Unos científicos afirman que tu conciencia puede conectar con todo el universo. Popular Mechanics.

Peña, O. (2006). Cambio de Sentido. Mago Editores. Santiago de Chile.

- (2024). Teoría unificada de la conciencia. Amazon: Kindle Direct Publishing.

Rogers, C. y Rosenberg, R. (1981). La persona como centro. Barcelona: Editorial Herder.