

Taller de estudio y experimentación acerca de “EI ESPACIO DE REPRESENTACION, Definición; Función; Utilidad y Posibles aplicaciones del concepto para el trabajo personal y la Sicoterapia

Tiempo: un día completo de 10:00 a 20:00

Estructura del taller

I.- Definición

II.- Experimentación simple

III.-Lectura experiencial

- ▢ *Ejercicios, lectura e intercambios*
- ▢ *Intercambio....¿Qué querrá decir con que la conciencia es un modo global de estar en el mundo?*
- ▢ *Intercambio: ¿la estructura percepción-imagen es un comportamiento de la conciencia en el mundo, cuyo sentido es la transformación de ese mund.?*

IV.-Reflexión de consecuencias e implicancias: trabajo personal y grupal

- ▢ *En qué se podría aplicar el concepto de espacio de representación para nuestro trabajo personal y/o terapéutico, es decir para qué sirve*
- ▢ *Intercambio ¿Por qué cambiando al mundo cambio yo?*

V.-La importancia de la apertura a nuevas zonas del espacio de representación

- ▢ *Experiencia de Fuerza*
- ▢ *Intercambio acerca de la utilidad que tiene ampliar el espacio de representación*
- ▢ *Recomendaciones de ejercicios e imagerías para ampliar el espacio*

VI.-Experiencia El Viaje

I. Definición

ESPACIO DE REPRESENTACION. *Especie de "pantalla mental" en la que se proyectan las imágenes, formada a partir de los estímulos sensoriales, de memoria y de la actividad misma de la conciencia como imaginación. En sí mismo y además de servir de pantalla de proyección, está formada por el conjunto de representaciones internas del propio sentido cenestésico, por lo que corresponde exactamente a las señales del cuerpo y se lo registra como la sumatoria de ellas , como una especie de "segundo cuerpo" de representación interna. El espacio de representación tiene gradaciones en dos planos y, además, volumen y (profundidad) siendo esto precisamente lo que permite ubicar, según el emplazamiento de la imagen, si los fenómenos han partido del mundo interno o externo produciéndose, a veces, la ilusión de que la representación es externa al espacio de representación (siempre interno). A medida que se desciende de nivel de conciencia, aumenta en dimensión, profundidad y volumen, coincidentemente con el aumento del registro del intracuerpo y, a medida que se asciende a vigilia, tiende a aplanarse tomando distintas características según los niveles actuantes. El espacio de representación está sometido también a los ciclos o biorritmos que regulan a toda la estructura humana. No existe espacio de representación vacío de contenidos y es gracias a las representaciones que en él se formalizan, que se tiene registro de sus actividades.*

ESPACIO DE REPRESENTACION, función del. Esta representación interna del espacio mental que corresponde a las traducciones internas de las ensaciones del cuerpo, es la que permite la conexión entre las producciones de la conciencia y el cuerpo mismo. Esta intermediación es necesaria para que el cuerpo funcione en alguna dirección, ya que cuando algún sistema de impulsos llega a él (desde sentidos, memoria o imaginación), es convertido en imagen en él y colocada en alguna franja y profundidad al igual que cuando esa imagen se traduce en algún punto y profundidad para efectuar actividad sobre centros, variando el centro actuante según el lugar y profundidad del emplazamiento

Cuando decimos “espacio de representación”, tal vez alguien piense en una suerte de “continente” en cuyo interior se dan determinados “contenidos” de conciencia. Si, además, cree que esos “contenidos” son las imágenes y que éstas operan como meras copias de la percepción, tendremos que sortear algunas dificultades antes de ponernos de acuerdo. En efecto, quien así piensa, se ubica en la perspectiva de una psicología ingenua tributaria de las ciencias naturales, que parte sin discusión de una visión orientada al estudio de los fenómenos psíquicos en términos de materialidad.

Desde ya es oportuno advertir que nuestra ubicación respecto al tema de la conciencia y sus funciones, no admite el presupuesto comentado. Para nosotros, la conciencia es *intencionalidad*. Algo por cierto inexistente en el fenómeno natural y totalmente ajeno al estudio de las ciencias ocupadas en la materialidad de los fenómenos.

En este trabajo pretendemos dar cuenta de la imagen como un modo *activo* de estar la conciencia en el mundo, como un modo de estar que *no puede ser independiente de la espacialidad* y como un modo en el que las numerosas funciones con que cumple, dependen de la *posición* que asume en esa espacialidad.

II.- Experiencias

El orientador del taller antes de realizar las imagerías debe explicar con gestos y claridad qué es profundidad y altura según sea el caso. Si no se logra comprender se puede repetir el ejercicio. Se va experimentando e intercambiando.

Experimentar la profundidad

Imaginar un triángulo blanco sobre un fondo negro.....dónde lo veo, lo imagino o lo siento.....

Ahora quiero ver una pirámide y quiero ver sus cuatro caras.....

Imagino una circunferencia plana ...y ahora una esfera quiero observar la esfera en todas sus dimensiones....

Intercambio....qué tuve que hacer en mi espacio para ver las figuras en volumen

Experimentar la altura

Me imagino en un lugar amable neutro, comienzo a descender....deciendo....cada vez más....si encuentro obstáculos trato de sortearlos hasta descender lo mas posible... atiendo a mis registros...observo la luminosidad de ese paisaje....tomo conciencia de mis movimientos oculares y sigo descendiendo

Ahora comienzo a ascender, vuelvo a donde partí y comienzo a subir, subo lo que mas puedo, si encuentro obstáculos los resuelvo para seguir subiendo.... atiendo a mis registros...observo la luminosidad de ese paisaje.... tomo conciencia de mis movimientos oculares y sigo ascendiendo....y vuelvo

Intercambio: cómo era el paisaje en la medida que descendía, luz, ojos, registros y qué ascendía?

Experimentar la ubicación de Registros

Registrar el cuerpo....conectar con lo peor de mi e imaginarlo en un espacio...ubiquenlo bien....y vea qué sucede al imaginar eso peor en otro espacio....en un pie por ejemplo.....o mas arriba de lo que imaginaron....

Ahora conéctense con l mejor de ustedes...dónde está.... vea qué sucede al imaginar eso mejor en otro espacio....en un hombro.....o mas abajo de lo que imaginaron....en sus víceras?

Intercambio: Dónde ubicaron lo mejor, dónde lo peor y qué pasaba al intentar imaginarlo en espacios más altos lo mejor y mas bajos lo peor....

Experimentar el cambio de registros de acuerdo a la profundidad

Imaginar una dificultad cotidiana, o un problema que me complica. Observarlo e ir haciendo retroceder la mirada más atrás...hasta ubicar el problema lo más adelante y la mirada registrando la nuca....sientan su nuca, respiren profundo y observen el problema y los registros que tienen de él....luego vayan acercándose al problema y vuelvan a alejarse. Tomen conciencia del cambio interno

Se puede repetir el ejercicio colocando una situación de peligro, me alejo y registro, luego me acerco.

Intercambio : Qué cambiaba a medida que se alejaba la mirada

Experimentar el cambio de registros de acuerdo a la altura

Tomen el mismo problema u otro, y ahora lo van a desplegar en su palnatlla y ustedes van a empezar a subir un cerro mientras el problema queda abajo...van a ir lo más alto

posible...se van a sentar y van a observar desde ahí el problema...si quieren pregunten cómo solucionarlo, atiendan a los registros con respecto al problema

Intercambio: Qué fue pasando en la medida que se ascendía

III. Lectura experiencial Psicología de la Imagen

Los ejercicios en negritas se realizan a modo de imagerías

Capítulo I. El problema del espacio en el estudio de los fenómenos de conciencia

1. Antecedentes

Se ha creído que el espacio era sólo válido para la "realidad" externa, no para la conciencia, por cuanto ésta frecuentemente lo deformaba en sus imágenes, en sus sueños, en sus alucinaciones.

Para el estudio de la conciencia convertida en conducta, buscamos antecedentes encontrándonos con varios estudiosos y pensadores entre los cuales sobresale Descartes, quien en una singular epístola enviada a Cristina de Suecia habla del punto de unión entre pensamiento y movilidad del cuerpo. Casi trescientos años después, Brentano introduce en la Psicología el concepto de intencionalidad que en su momento había rescatado la escolástica al comentar a Aristóteles. Pero es con Husserl que el estudio de la intencionalidad se hace exhaustivo, particularmente en sus Ideas Relativas a una Fenomenología Pura y una Filosofía Fenomenológica. Este autor, al poner en duda los datos del mundo externo y aún los del mundo interno, siguiendo la mejor tradición de la reflexión estricta, abre el camino de la independencia del pensar respecto de la materialidad de los fenómenos, pensar que hasta ese momento se encontraba asfixiado en la pinza que por un lado representaba el idealismo absoluto hegeliano y por otro las ciencias físico naturales, a la sazón en rápido proceso de desarrollo. Con referencia a la espacialidad de la representación en general, habrá de considerarla como una forma de la cual los contenidos no pueden ser independientes. Con distinta amplitud, comprobará que el color en toda imagen visual es no independiente de la extensión. Y este punto es de importancia capital porque instala a la forma de la extensión como condición de toda representación. Es allí donde este aserto es tomado por nosotros como la base teórica de la formulación de la hipótesis del espacio de representación

2. Distinciones entre sensación, percepción e imagen

Sensación como el registro que se obtiene en la detección de un estímulo proveniente del medio externo o interno y que hace variar el tono de trabajo del sentido afectado.

Percepción como una estructuración de sensaciones efectuada por la conciencia, referida a un sentido o a un conjunto de ellos.

Imagen que se trata de una re- presentación estructurada y formalizada de las sensaciones o percepciones que provienen o han provenido del medio externo o interno y que, precisamente por la estructuración que efectúan, no pueden ser consideradas como meras "copias" pasivas de

las sensaciones según creyó la Psicología ingenua. La imagen pues, no es “copia” sino síntesis, intención y, por tanto, tampoco es mera pasividad de la conciencia.⁴

Algunos psicólogos creyeron ver en la imagen una mala "copia" de la percepción y, en suma, un error de la conciencia. Para nosotros, la imagen cumple con numerosas funciones. Y una de las más importantes funciones de la imagen es la de llevar impulsos al aparato de respuesta. Así es que cuando surge una imagen, tiende a movilizarse una respuesta. Cuando surge una abstracción no necesariamente se moviliza una respuesta.

Ejercicio 1 “La Nevera” Puedes XX ir al refrigerador a traer bebida?.....Y Bárbara puedes ir tú?.....Por qué le costó a una más que a otra? Qué hay que hacer para ir hacia allá.....

Una persona experimenta hambre en su casa y va inmediatamente a la nevera. Cualquiera diría que frente al estímulo, obra esa respuesta. ¡Así de fácil!. ¿Pero, cómo es esto que al "estímulo – hambre", corresponda la "respuesta - ir a la nevera?". ¿Por qué, por ejemplo, cuando a una persona le da hambre, no va al baño?. ¿Cómo hace ella para que aparezca la nevera y no aparezca el baño?. Es que seguramente ha pasado algo muy veloz que él ni siquiera alcanzó a visualizar pero que actuó. Es de suma importancia comprender la función con que cumple la imagen porque esta es la que prepara el tono corporal y finalmente mueve al cuerpo en una dirección. Al decir que "la imagen lleva cargas psíquicas a niveles físicos" estamos a mucha distancia de lo que pensaban los psicólogos que suponían a la imagen como una percepción degradada.

Ejercicio 2 “Los Glóbulos Rojos” Relacionemos el trabajo de las imágenes con el de los glóbulos rojos. Imaginemos que nuestras imágenes son glóbulos rojo. Estos glóbulos de la sangre llegan hasta los pulmones y se cargan de oxígeno; desde allí se trasladan por el torrente a descargar el oxígeno en distintos puntos del cuerpo; cuando lo hacen, se cargan de gases viciados y entonces vuelven a los pulmones para desechar su carga en ellos....

Así también, estas conectivas del trabajo psíquico (las imágenes), toman cargas de un lado; las llevan a otro; las descargan; vuelven a tomar cargas y así van haciendo ese traslado de energía psicofísica. Las imágenes van trasladando impulsos que en ocasiones son tensiones, que en ocasiones son irritaciones, en ocasiones son datos de percepción, en ocasiones son datos de memoria. Se van traduciendo estos impulsos en imágenes que al manifestarse se lanza hacia los centros de respuesta. Entonces los centros se mueven, o defendiendo al cuerpo y provocando huida, o acercándose hacia las cosas placenteras. Y es gracias a estas imágenes que los registros de lo placentero y de lo doloroso pueden convertirse en actividad del cuerpo

3. La idea de “estar la conciencia en el mundo” como recaudo descriptivo frente a las interpretaciones de la psicología ingenua

Hemos de rescatar la idea de que todas las sensaciones, percepciones e imágenes, son formas de conciencia y, por tanto, sería más correcto hablar de “conciencia de la sensación, conciencia de la percepción y conciencia de la imagen”. Y aquí no estamos ubicándonos en la posición aperceptiva (en la que se tiene conciencia de un fenómeno psíquico). Estamos diciendo que es la conciencia misma la que modifica su modo de estar o, mejor, que la conciencia no es sino un modo de estar p.ej., “emocionada”, “expectante”, etc. Cuando estoy imaginando un objeto, no está la conciencia ubicada ajenamente, descomprometida y neutra frente a tal operación; la conciencia es en este caso un compromiso que se refiere a ese algo que se

imagina.

Por lo anterior, queda claro que no hay conciencia sino de algo y que ese algo se refiere a un tipo de mundo. Así es que muy poco favor se hace a la comprensión con estudiar un estado de miedo al peligro, por ejemplo, dando por supuesto que se está investigando un tipo de emoción que no interesa a otras funciones de la conciencia, en una suerte de esquizofrenia descriptiva. Las cosas son de muy diferente manera, porque en el miedo al peligro, toda la conciencia está en situación de peligro y aún cuando pueda reconocer otras funciones como la percepción, el raciocinio y el recuerdo, todas ellas aparecen en esa situación como traspasadas en su accionar por la situación de peligro, en función del peligro. **De manera que esa conciencia es un modo global de estar en el mundo y un comportamiento global frente al mundo.**

Intercambio....¿Qué querrá decir con que la conciencia es un modo global de estar en el mundo?

4. El registro interno del darse la imagen en algún “lugar”

Ejercicio 3 “El Teclado”:

Poner un teclado delante...

Este teclado que tengo ante mis ojos, en el accionar de cada tecla va imprimiendo un carácter gráfico que visualizo en el monitor conectado a él. Asocio el movimiento de mis dedos a cada letra y automáticamente las frases y las oraciones discurren, siguiendo mi pensamiento.

Cierro los párpados y así, dejo de pensar en el discurso anterior para concentrarme en el teclado. De algún modo lo tengo “ahí adelante”, representado en imágenes visuales, casi calcado de la percepción que tenía antes de ocluir los ojos. Abro los ojos.

Me levanto de la silla, camino algunos pasos en dirección contraria al teclado , cierro nuevamente los párpados y recuerdo el teclado, lo imagino...dónde está ahora?...en mis espaldas. Y si quisiera observarlo tal cual se presentó anteriormente a mi percepción, debo ponerlo en posición “ante mis ojos”, ponlo ante de tus ojos. Para ello, o giro mentalmente mi cuerpo, o “traslado” del “espacio externo” a la máquina, hasta emplazarla enfrente de mí. La máquina ahora está “ante mis ojos”, abro los párpados , qué hay frente a mí... he producido una dislocación del espacio

Se me ha hecho evidente que la ubicación del objeto en la representación, se emplaza en un “espacio” que puede no coincidir con el espacio en el que se dio la percepción original.

Cerramos los ojos, ahora vamos a aumentar el tamaño del teclado o y ahora a disminuir el tamaño; también puedo deformar el teclado , también puedo cambiarlo de color.

Ahora intento imaginar el teclado sin coloraciónAbro los ojos.

No puedo, por ejemplo, imaginar esos objetos sin coloración por más que los “transparente”, ya que esa “transparencia” marcará contornos o diferencias precisamente de color o acaso “sombreados” distintos. Pero descubro algunas imposibilidades

Es claro que estoy comprobando que la extensión y el color son contenidos no independientes y por ello, no puedo imaginar tampoco un color sin extensión. Y esto es, precisamente, lo que me hace reflexionar en torno a que *si no puedo representar el color sin extensión, la extensión de la representación denota también la “espacialidad” en la que se emplaza el objeto representado.* Es esta espacialidad, la que nos interesa.

CAPÍTULO II. UBICACIÓN DE LO REPRESENTADO EN LA ESPACIALIDAD DEL REPRESENTAR

1. Diferentes tipos de percepción y representación

A las sensaciones correspondientes a los sentidos externos, agregaremos aquellas que corresponden a sentidos difusos como las kinestésicas (de movimiento y posicionamiento corporal) y las cenestésicas (registro general del intracuerpo y de temperatura, dolor, etc., que aún explicadas en términos de sentido táctil interno, no pueden reducirse a él).

Es desafortunado que se haya limitado tan frecuentemente la representación a las imágenes visuales⁶ y además, que la espacialidad esté referida casi siempre a lo visual cuando las percepciones y representaciones auditivas denotan también a las fuentes de estímulo localizadas en algún "lugar", así como ocurre con las táctiles, gustativas, olfatorias y desde luego con las referidas a la posición del cuerpo y los fenómenos del intracuerpo.⁷

2. Interacción de imágenes referidas a diferentes fuentes perceptuales

En el automatismo que fue mencionado en nuestro ejemplo, se habló de una conexión entre el discurrir en palabras y el movimiento de los dedos que tecleando en la máquina iban imprimiendo caracteres gráficos en el monitor.

Está claro que se ha podido asociar precisas posiciones espaciales a registros kinestésicos y que de no existir espacialidad en éstos últimos, tal asociación hubiera sido imposible. Pero, además, es interesante comprobar cómo el pensamiento en palabras se traduce en movimiento de los dedos asociados a posiciones de las teclas. Esta "traducción" es por demás frecuente y ocurre con las representaciones que tienen por base a percepciones de diferentes sentidos.

Para ejemplificar: basta cerrar los párpados y escuchar diferentes fuentes sonoras y, al hacerlo, comprobar cómo los globos oculares tienden a desplazarse en la dirección de la percepción acústica. O bien, al imaginar un aire musical, comprobar cómo los mecanismos de fonación tienden a acomodarse (sobre todo en los agudos y en los graves).

Ejercicio 4 "El Concierto"

Eso que recuerdan en cuanto a olfato, o sonido, se da en "alguna parte" de la representación. Desde luego que ustedes van a distinguir, en cuanto a ubicación del fenómeno de representación auditiva, entre el sonido que llega desde afuera y el sonido que ustedes representan o imaginan. Este último no sólo está "adentro" (y eso ya les marca un espacio de representación), sino que ese "adentro" está ubicado en algún "lugar". Este lugar no necesariamente es visto, pero es experimentado y es sentido.

Ustedes cierran los ojos, imaginen ahora están en un concierto, tienen a la orquesta adelante, están muy atentos a lo que va pasando con los instrumentos. Ustedes escuchan

a un instrumento a la izquierda. Están escuchando un hermoso violín a la izquierda. Escuchan luego a un piano a la derecha. Pongan atención al movimiento de sus ojos junto a la tensión de los oídos. Nuevamente imaginen violín a la izquierda...piano a la derecha...

Si se fijan en sus propios ojos van a ver que cuando escuchan a la izquierda, los ojos se mueven hacia la izquierda y cuando escuchan al instrumento de la derecha, los ojos se mueven hacia la derecha. De esta manera ustedes van siguiendo no exactamente a la música, sino a las fuentes productoras del sonido también con el movimiento de los ojos. De ahí infieren ustedes (en un caso más de la tonicidad), que allá donde va la atención sobre el fenómeno, aunque no sea visual, también los ojos van siguiendo a esa fuente.

Ejercicio 5 “Sonidos Altos y Bajos”

**Cantar con los ojos cerrados un do...donde se ubica
Cantar un sí dónde se ubica ¿más arriba o más abajo?**

Imagina que vas a cantar un do, imagínate cantando un do...observa tus cuerdas vocales, observa tus ojos mientras cantas el do

Ahora imagina que cantas un sí, observa tus cuerdas vocales, observa tus ojos mientras cantas el sí

**Escuchar un sonido alto...dónde se ubica
Escuchar un sonido bajo dónde se ubica ¿más arriba o más abajo?**

De tal manera que, aunque el ojo nada tenga que ver con la música y el oído nada tenga que ver con el sonido, el ojo va siguiendo en el espacio a los estímulos que van llegando al oído. Es más, se dice de un sonido que es "alto" o que es "bajo" porque también (si observan lo que sucede con la representación de esos sonidos y observan el registro del movimiento del ojo), comprobarán que a medida que se aguzan los sonidos, el ojo tiende a moverse hacia arriba. A medida que los sonidos se hacen graves el ojo tiende a moverse hacia abajo. Aparentemente, el ojo y el oído no tienen conexión. Pero como todos los sentidos producen su representación y esta representación está dada en un espacio mental, este espacio pone un ámbito en el que se emplazan las representaciones que han provenido de distintas fuentes perceptuales. Este espacio no es sino el conjunto de representaciones internas del propio sistema cenestésico.

Este fenómeno de “verbigeración” es independiente de que el aire musical haya sido imaginado como cantado o “tarareado” por el sujeto, o bien que la representación se haya efectuado teniendo por base una orquesta sinfónica. Y es la mención de los sonidos agudos como “altos” y los graves como “bajos” la que delata espacialidad y posicionamiento del aparato de fonación asociado a los sonidos.

Pero también existe interacción entre otras imágenes correspondientes a diversos sentidos y, en estos temas, el decir popular informa mejor que numerosos tratados. Desde el “dulce” amor y el “amargo” sabor de la “derrota”, hasta las palabras “duras”, las ideas “sombrias”, los “grandes” hombres, los “fuegos” del deseo, los pensamientos “agudos”, etc.

No resulta pues extraño que numerosas alegorizaciones que se dan en los sueños, en el folklore, en los mitos, en las religiones y aún en el ensoñar cotidiano, tengan por base esas traducciones de un sentido a otro y por consiguiente de un sistema de imágenes a otro. Así, cuando en un sueño aparece un gran fuego y el sujeto despierta con una fuerte acidez estomacal, o cuando un enredo de piernas en las sábanas dicta imágenes de hundimiento en arenas movedizas, lo más adecuado parece una investigación exhaustiva de los fenómenos que nos ocupan en lugar de agregar a esas dramatizaciones, nuevos mitos para interpretar lo inmediato.

3. La aptitud de transformismo de la representación

Ejercicio 6 “El Teclado Transformer” *Imaginamos nuevamente el teclado, lo voy modificando hasta quedar convertido en piedra....Lo miro, eso es una piedra o un teclado convertido en piedra...cómo lo se? Si, finalmente, nuestro teclado queda convertido en una piedra (así como el príncipe en sapo), aún cuando todas las características en nuestra nueva imagen sean las de una piedra, para nosotros esa piedra será el teclado convertido... Tal reconocimiento será posible gracias al recuerdo, a la historia que mantenemos viva en nuestra representación. De modo que la nueva imagen visual ha de ser una estructuración no ya visual sino de otro tipo. Es, precisamente, la estructuración en la que se da la imagen la que nos permite establecer reconocimientos, climas y tonos afectivos, que hacen al objeto en cuestión aunque éste haya desaparecido o se encuentre severamente modificado.*

Nos encontramos en un mundo en el que la percepción parece informarnos sobre sus variaciones al tiempo que la imagen, actualizando memoria, nos lanza a reinterpretar y a modificar los datos que provienen de ese mundo. De acuerdo a esto, a toda percepción corresponde una representación que indefectiblemente modifica los datos de la “realidad”. **Dicho de otro modo: la estructura percepción-imagen es un comportamiento de la conciencia en el mundo, cuyo sentido es la transformación de ese mundo.**

Intercambio ¿?

4. Imagen de la percepción y percepción de la imagen

A toda percepción corresponde una imagen, dándose este hecho en estructura. En cuanto a la afectividad y al tono corporal, advertimos que no pueden ser ajenos a esa globalidad de la conciencia.

Ejercicio 8 “Teclado e Imagen Trazadora”:

Coloco un teclado dibujado, un papel frente a mi. Así pues, frente al teclado cierro los párpados, extendiendo mis dedos y me aproximo a él siguiendo la imagen que, en este caso, obrará como “trazadora” de mis movimientos. Abro los ojos y compruebo. Cierro los ojos, emplazo la imagen hacia el costado izquierdo del espacio de representación, mis dedos seguirán el “trazado” hacia la izquierda y es claro que no coincidirán con el teclado externo. Abro los ojos. Ahora los cierro e , “internalizo” la imagen hacia el centro del espacio de representación, colocando la imagen del teclado “adentro de mi cabeza imagino el teclado al interior , qué pasa con mis dedos...siente tus dedos...¿tienden a irse al teclado o mas bien tienden a inhibirse? el movimiento de mis dedos tenderá a inhibirse. Akora “externalizo” la imagen varios metros adelante, imaginen el teclado afuera de ustedes y lejos de ustedes, imaginen que lo están tocando, ahí cómo a un metro de ustedes, observen la tendencia de sus dedos sino y de su cuerpo, en esa dirección.

Si las percepciones del mundo “externo” se corresponden con imágenes “externalizadas” (“afuera” del registro cenestésico-táctil de la cabeza, “dentro” de cuyo límite permanece la “mirada” del observador), las percepciones del mundo “interno”, se corresponden con representaciones “internalizadas” (“dentro” de los límites del registro cenestésico-táctil, que a su vez es “mirado” también desde “adentro” de dicho límite, pero desplazado de su posición central que ahora ocupa lo “mirado”). Esto muestra una cierta “externalidad de la mirada” que observa o experimenta cualquier escena. Extremando el caso, puedo observar la “mirada”, en cuyo caso el “observar” como acto se hace externo respecto de la “mirada” como objeto que ahora ocupa el lugar central. Esta “perspectiva” evidencia que a más de la “espacialidad” de lo representado como contenido no independiente (según explicara Husserl), existe “espacialidad” en la estructura objeto-mirada.

Algunos psicólogos han advertido esa “mirada” referida a la representación y la han confundido ora con el “yo”, ora con el “foco atencional”, ¿?

Ejercicio 9 “Conciencia en Peligro”

Ojos abiertos, ante un peligro inminente, p.ej. el tigre que se abalanza hacia los barrotes de la jaula al frente mío, ¿ qué pasó con el espacio que en realidad hay entre yo y el tigre...? Preguntá

Mis representaciones se corresponden con el objeto que, además, reconozco como peligroso. Las imágenes que corresponden al reconocimiento de “lo peligroso” externo, se estructuran con las percepciones posteriores (y, por ende con las representaciones) del intracuerpo que cobran especial intensidad en el caso de la “conciencia en peligro” modificando la perspectiva desde la que se observa el objeto, con lo cual se obtiene el registro de “acortamiento del espacio” entre yo y lo peligroso. De este modo, la acción de las imágenes en distintos emplazamientos del espacio de representación modifican muy claramente (y como ya viéramos respecto de las imágenes “trazadoras”) la conducta en el mundo.

Dicho de otro modo: el peligro exalta la percepción y las imágenes correspondientes del propio cuerpo, pero esa estructura está directamente referida a la percepción-imagen de lo peligroso (exterior al cuerpo), con lo cual la contaminación, la “invasión” del cuerpo por lo peligroso está asegurada. Toda mi conciencia es, en este caso, conciencia-en-peligro dominada por lo peligroso. Sin frontera, sin distancia, sin “espacio” externo por cuanto siento el peligro en mí, para-mí (adentro mío), en el “interior” del espacio de representación, dentro del registro cenestésico-táctil de mi cabeza y de mi piel. Y mi respuesta más inmediata, más “natural” es la de huir del peligro, huir de mí mismo en peligro (mover imágenes trazadoras desde mi espacio de representación en dirección opuesta a lo peligroso y hacia “afuera” de mi cuerpo). Si, en este caso por un proceso de autoreflexión, decidiera permanecer enfrentando a lo peligroso, debería hacerlo “luchando conmigo mismo”, rechazando lo peligroso de mi interior, poniendo distancia mental entre lo compulsivo de la huida y el peligro por medio de una nueva perspectiva. Tendría, en suma, que modificar el emplazamiento de las imágenes en la profundidad del espacio de representación y, por tanto, la percepción que de ellas tengo.

CAPÍTULO III. CONFIGURACIÓN DEL ESPACIO DE REPRESENTACIÓN

Haremos una lectura hasta el punto tres intentando meditar en las consecuencias y las posibles aplicaciones terapéuticas y para el trabajo personal de lo que aquí se va aclarando....

1. Variaciones del espacio de representación en los niveles de conciencia

Habitualmente se acepta que durante el sueño, la conciencia abandona sus intereses cotidianos desatendiendo los estímulos de los sentidos externos y responde a éstos, excepcionalmente, cuando los impulsos sobrepasan un determinado umbral o cuando rozan un "punto de alerta".

Sin embargo, durante el **sueño con ensueños**, la profusión de imágenes revela una enormidad de percepciones correlativas que tienen lugar en tal situación. Por otra parte, los estímulos externos no solamente son amortiguados sino transformados en función de la conservación de ese nivel.

Esta forma de estar la conciencia en el sueño no es, por cierto, una forma de no estar en el mundo, sino una particular manera de estar en él y de actuar aunque esta acción sea dirigida al mundo interno.

A su vez, en **vigilia**, la imagen no sólo contribuye al reconocimiento de la percepción sino que tiende a lanzar la actividad del cuerpo hacia el mundo externo.

Según hemos visto, las imágenes en su referencia a la exterioridad o interioridad, para operar deben emplazarse en distinta profundidad del espacio de representación.

Ejemplo Sueño 10

Durante el sueño puedo ver las imágenes como si las estuviera observando desde un punto ubicado en la escena misma (como si yo estuviera en la escena y viera desde "mí" sin verme desde "afuera"). Desde tal perspectiva, debería creer que no veo "imágenes" sino la misma realidad perceptual (por cuanto no tengo el registro del límite en el que se da la imagen como ocurre en vigilia conforme cierro los ojos). Y es lo que sucede. Creo que veo con los párpados abiertos lo que ocurre "afuera" mío. Sin embargo, las imágenes trazadoras no movilizan tonicidad corporal ya que la escena está realmente emplazada en el espacio de representación aunque crea que percibo la "exterioridad". Los globos oculares siguen el desplazamiento de las imágenes pero el movimiento corporal está amortiguado, del modo en que están amortiguadas y traducidas las percepciones que provienen de los sentidos externos. Tal caso es pues, similar al alucinatorio con la diferencia que en éste (como veremos más adelante), el registro del límite cenestésico-táctil ha desaparecido por algún motivo, mientras que en el estado de sueño descrito tal límite no ha desaparecido, sino que sencillamente no puede existir.

Pero existe, por lo menos, otro caso diferente de emplazamiento en la escena onírica. Es aquel en que me veo "desde afuera", es decir, veo la escena en la que estoy incluido realizando acciones, desde un punto de observación "externo" a la escena. Este caso se asemeja al verme "desde afuera" en vigilia (tal cual sucede cuando represento, teatralizo o finjo una determinada actitud). La diferencia está, sin embargo, en que en vigilia tengo apercepción de mí mismo (regulo, controlo, modifico mi proceder) y que en el sueño "creo" que la escena se desarrolla según su presentación, situación en la que la autocrítica está disminuida. Por tanto, la dirección del sueño en su secuencia parece escapar a mi control.

A medida que se desciende de nivel de conciencia, el espacio de representación aumenta en dimensión, se hace "volumétrico". Esto sucede así por cuanto a medida que se desciende de nivel de conciencia disminuye el registro de los sentidos externos y aumenta el registro cenestésico interno. Así es que: a medida que se desciende de nivel, al aumentar el registro de las señales de todo el intracuerpo, aumenta también la traducción de la configuración de volumen del espacio mental. Este cobra dimensión y amplitud. A medida que se sube de nivel de conciencia las señales provenientes de la cenestesia se apagan, disminuyen y comienzan las

confrontaciones con los datos de las operaciones mentales y con los datos que provienen de sentidos externos. *Así es que, subida de nivel de conciencia significa “aplanamiento del espacio de representación”, falta de registro de las otras configuraciones que se hacen en los niveles más profundos.*

Desde luego que el espacio de representación está actuando en plena vigilia, pero este espacio, en lugar de cobrar volumen se "aplana" marcando las diferencias en la representación de los fenómenos internos y de los fenómenos externos. De todas maneras, también tiene su profundidad. Cuando en plena vigilia me represento a un fenómeno que está detrás de mí, lo represento en una suerte de espacio mental, que en este caso incluye la parte de atrás de mi cabeza, aunque ahí no haya ojos. Como los ojos y los otros sentidos externos están emplazados en la superficie externa y anterior del cuerpo, cuando ocurre un tipo de representación como la que hemos mencionado (ver lo que está detrás de mí), tengo referencias como para marcar diferencias entre los fenómenos externos de percepción y los internos de representación. Eso no sucede cuando se desciende de nivel y se observa al fenómeno en cualquier dirección, porque los registros cenestésicos provienen de todas las direcciones.

En el nivel vígilico se observa el mundo externo como no incluido en el espacio de representación y "uno mismo" queda identificado con el punto de mira que aparece en el otro extremo de la relación estando excluido del mundo del que provienen las percepciones, salvo en los casos alucinatorios en vigilia en los que el espacio de representación se modifica y los contenidos internos son "proyectados" al mundo externo y tomados, en consecuencia, como percepciones provenientes de los sentidos externos

2. Variaciones del espacio de representación en los estados alterados de conciencia

“Estado alterado” : Alguien podría, en vigilia, “proyectar” imágenes confundiéndolas con francas percepciones del mundo externo. De esa manera, creería en ellas como creía el durmiente del primer tipo, considerado en el párrafo anterior. En aquel caso, el soñante no distinguía entre el espacio externo y el interno porque la frontera cenestésico-táctil de la cabeza y los ojos no podía estar emplazada en ese sistema de representación. Es más, tanto la escena como la mirada del sujeto se ubicaban en el interior del espacio de representación sin noción de “interioridad”.

De acuerdo a lo anterior, si alguien en vigilia pierde la noción de “interioridad” es porque el registro divisorio entre lo “externo” y lo “interno”, por algún motivo, ha desaparecido. Pero las imágenes proyectadas hacia “afuera” conservarían su poder trazador impulsando la motricidad hacia el mundo. El sujeto en cuestión se encontraría en un peculiar estado de “soñar despierto”, de semisueño activo, y su conducta expresada en el mundo externo perdería total eficacia objetiva. Podría dialogar con personas inexistentes, podría acometer acciones no concordantes con los objetos y con otras personas...

Tal situación suele ocurrir en la hipnosis, el sonambulismo, los estados febriles y, a veces, al entrar o salir del sueño.

Seguramente, en los casos de intoxicación, acción de drogas y, por qué no, en determinadas perturbaciones mentales, el fenómeno que permite la proyección de imágenes es correlativo a ciertas “anestias” cenestésico-táctiles, ya que faltando estas sensaciones como referencias divisorias entre el espacio “externo” y el “interno”, las imágenes pierden “frontera”.

Algunas experiencias en cámara de supresión sensorial, muestran que los “límites” del cuerpo (flotando éste en una solución salina saturada y a temperatura de piel, a más de silencio y oscuridad) desaparecen y el sujeto tiene el registro de que sus dimensiones varían. Frecuentemente, advienen alucinaciones p. ej., de mariposas gigantes que aletean ante los ojos abiertos que el sujeto, posteriormente, reconoce como “originadas” en su trabajo pulmonar o en dificultades pulmonares. Se podrá preguntar, de cara al ejemplo: ¿por qué el sujeto tradujo y proyectó como “mariposas” a sus registros pulmonares; por qué otros sujetos en la misma

situación no padecen alucinaciones y por qué unos terceros proyectan “balones de gas” en ascenso? El tema de las alegorías correspondientes a impulsos del intracuerpo no puede estar desligado de la memoria personal, que es también sistema de representación. En el caso de las antiguas “cámaras de supresión” (esto es, cuevas solitarias a las que acudían los místicos de otras épocas), también se obtenían resultados satisfactorios, en cuanto a traducciones y proyecciones hipnagógicas, sobre todo si se observaba un régimen de ayuno, oración, sobrevigilia y otras prácticas que amplificaban el registro del intracuerpo.

Otro tanto ocurre, a veces, en las fronteras de la muerte. En esas ocasiones, las proyecciones se corresponden con las particularidades de cada sujeto pero, además, están relacionadas con elementos de sus propias culturas y de sus propias épocas. Aún en laboratorio, las experiencias realizadas con la mezcla de Meduna, o hasta con procedimientos de hiperventilación, presión carotídea y ocular, acción de estroboscopia, etc., determinan en muchas personas la aparición de imágenes hipnagógicas con sustrato personal y cultural.

Pero el punto importante, para nosotros, está en la conformación de esas imágenes, en la ubicación de la “mirada” y la “escena” en diferentes profundidades y niveles del espacio de representación. En tal sentido, el relato de sujetos sometidos a la acción de cámara de supresión sensorial es casi siempre concordante (aún cuando no se den alucinaciones) respecto a la dificultad de saber exactamente si estaban con los párpados abiertos o cerrados y, por otra parte, a la imposibilidad de percibir los límites del propio cuerpo y del ambiente en el que su cuerpo se encontraba, a más de sentirse “desubicados” respecto a la posición de sus miembros y cabeza.¹⁵

Pero debemos extraer consecuencias. Entre otras: un ensimismamiento de la representación motriz, o sea, el emplazamiento de la imagen más “adentro” del exigido para “trazar” (como en el ejemplo del teclado puesto “adentro” de la cabeza en lugar de “frente a mis ojos”), impide la acción hacia el mundo externo.¹⁶ Respecto de las “anestias”, la pérdida de sensación de “límite” entre espacio interno y externo, impide el correcto emplazamiento de la imagen que, en ocasiones “externalizándose”, produce efectos alucinatorios. En semisueño (“sueño despierto” y sueño paradójal), la internalización de imágenes actúa en el intracuerpo. También en situación de “conciencia emocionada” numerosas imágenes tienden a actuar hacia el intracuerpo.

3. Naturaleza del espacio de representación

Hemos dicho que la representación como tal no puede independizarse de la espacialidad sin afirmar por ello que la representación ocupe un espacio. De manera que ese “espacio de representación” es tal no porque sea un contenedor vacío que debe ser llenado por fenómenos de conciencia, sino porque su naturaleza es representación y cuando sobrevienen determinadas imágenes la conciencia no puede sino presentarlas bajo la forma de extensión

Subsiste, no obstante, una dificultad. Cuando decimos que el espacio de representación muestra distintos niveles y profundidades, ¿es que estamos hablando de un espacio volumétrico, tridimensional, o es que la estructura percepto-representativa de mi cenestesia se me presenta volumétricamente? Sin duda, se trata de lo segundo y es gracias a ello que las representaciones pueden aparecer arriba o abajo, a izquierda o a derecha y hacia adelante o hacia atrás, y que la “mirada” también se ubica respecto de la imagen en una perspectiva delimitada.

De tal modo que el espacio mental es una suerte de pantalla que reproduce los impulsos de la propia cenestesia. Así es que todo fenómeno de percepción que llega al aparato de coordinación, se emplaza en algún punto de la pantalla de representación. Se trate de un sonido, se trate de un

olor o se trate de un objeto que entra por vía visual, en todos los casos se emplaza en algún punto del espacio de representación. Este espacio no solamente tiene gradación en dos planos, sino que tiene profundidad, tiene volumen y reproduce, aproximadamente, al propio cuerpo. Se trata de un "cuerpo" de representación, o si se quiere, de un "trasfondo referencial espacial". Si se recuerda aquella orquesta del ejemplo, tal vez se recuerde también la música y la ubicación "espacial" en la que se emplazaban los distintos instrumentos y los distintos sonidos. Se podrá comprobar también que en los actos de recordar se verifica el movimiento del ojo en busca de la fuente productora de "sonido", localizando los "lugares" de donde proviene dicho "sonido". Cuando se recuerdan sonidos "lejanos y adelante", se los emplaza en una profundidad del espacio diferente a la de los recuerdos de los sonidos ubicados "cerca y adelante", y esa gradación de distancias internas está acompañada por la acomodación del ojo como si este percibiera fenómenos del mundo externo. Estos "lejos" y "cerca", combinados con las posiciones "adelante" y "atrás", "a derecha e izquierda", "arriba" y "abajo", nos muestran claramente la volumetría del espacio de representación. Si este espacio tiene por lo menos tres dimensiones, entonces todo fenómeno (aún táctil, gustativo u olfatorio), tendrá posibilidades de emplazarse en lo alto, en lo ancho y en lo profundo. Esta profundidad del espacio de representación es la que permite ubicar a los fenómenos, si han partido del mundo interno o si han partido del mundo externo.

Aquí es necesario precisar que la "barrera" separadora del mundo "interno" y "externo" es el tacto, desdoblado correspondientemente como tacto interno y externo. Una importante ubicación de la "barrera táctil" está en el rostro que es, precisamente, donde se encuentran concentrados en poco espacio la mayor parte de los sentidos externos.

Existe pues, un sistema de gradación en el espacio de representación que permite ubicar los fenómenos desde la fuente de donde provienen y además distinguir, en alguna medida, entre el mundo de la cenestesia y el mundo de los sentidos externos. Gracias a que existe ese espacio de representación, un sistema de impulsos llega a conciencia y se traduce en imagen, esta imagen se traduce nuevamente disparando actividad sobre un centro y este se activa en dirección a alguna franja y profundidad del mencionado espacio.

IV. Intercambio y Reflexiones en grupo: consecuencias y posibles aplicaciones terapéuticas y para el trabajo personal

Intercambio: en qué se podría aplicar el concepto de espacio de representación para nuestro trabajo personal y terapéutico, es decir para qué sirve,

Trabajo Individual : 15 minutos

Intercambio : 30 minutos

4. Copresencia, horizonte y paisaje en el sistema de representación

Podemos considerar al espacio de representación como la "escena" en la que se da la representación, excluyendo de ella a la "mirada".

Existe para cada estructura de representación un sinnúmero de alternativas que no se despliegan totalmente, pero que actúan co-presentemente mientras la representación se manifiesta en "escena".

Así pues, la noción de "escena" en que se dan las imágenes, corresponde aproximadamente a la idea de región, limitada por un horizonte, propio del sistema de representación actuante.

Veámoslo así: cuando represento el teclado, copresentemente actúan el ámbito y los objetos que lo rodean dentro de la región que, en este caso, podría llamar “habitación”. Pero compruebo que no solamente actúan alternativas de tipo material (objetos contiguos dentro de un ámbito), sino que aquellas se multiplican hacia distintas regiones temporales y substanciales y que su agrupamiento en regiones, no es del orden: “todos los objetos que pertenecen a la clase de...”.

Cuando percibo el mundo externo, cuando cotidianamente me desenvuelvo en él, no sólo lo constituyo por las representaciones que me permiten reconocer y actuar, sino que lo constituyo además por sistemas copresentes de representación. A esa estructuración que hago del mundo la llamo “paisaje” y compruebo que **la percepción del mundo es siempre reconocimiento e interpretación de una realidad, de acuerdo a mi paisaje. Ese mundo que tomo por la realidad misma, es mi propia biografía en acción y esa acción de transformación que efectúo en el mundo es mi propia transformación.** Y cuando hablo de mi mundo interno, hablo también de la interpretación que de él hago y de la transformación que en él efectúo.

Las distinciones que hemos hecho hasta aquí entre espacio “interno” y espacio “externo”, basadas en los registros de límite que ponen las percepciones cenestésico-táctiles, no pueden ser efectuadas cuando hablamos de esta globalidad de la conciencia en el mundo para la cual el mundo es su “paisaje” y el yo su “mirada”. *Este modo de estar la conciencia en el mundo es básicamente un modo de acción en perspectiva cuya referencia espacial inmediata es el propio cuerpo, no ya solamente el intracuerpo. Pero el cuerpo al ser objeto del mundo, es también objeto del paisaje y objeto de transformación. El cuerpo termina deviniendo prótesis de la intencionalidad humana.*

Si las imágenes permiten reconocer y actuar, conforme se estructure el paisaje en individuos y pueblos, conforme sean sus necesidades (o lo que consideren que sean sus necesidades), así tenderán a transformar el mundo.

Intercambio ¿Por qué cambiando al mundo cambio yo?

V.- La importancia de la apertura a nuevas zonas del espacio de representación.

1.- Experiencia de Fuerza

2.- Intercambio: ¿Qué utilidad podría tener ampliar el espacio de representación?

3.- Recomendaciones de ejercicios e imagerías para flexibilizar y ampliar el espacio (esto se recomienda, no se realiza, pueden leerse algunos trozos sólo para mostrar su utilidad)

EL DESCENSO

Estamos en un pequeño barco, mar adentro.

Vamos a levar ancla pero notamos que se ha trabado. Anuncio a mis compañeros que ire a ver que pasa. Bajo por una escalerilla entrando en el agua calma.

Al sumergirme, veo un cardumen de pequeños peces, el casco del barco y la cadena del ancla. Nado hacia ella y aprovechándola, desciendo.

Noto que puedo respirar sin dificultad, de manera que continuo bajando por la cadena hasta llegar al fondo, ya poco iluminado.

El ancla esta atascada en unos restos de metal. Me acerco, tirando fuertemente hacia arriba. El piso cede. He levantado una tapa que deja al descubierto cierto espacio cuadrado por el que me introduzco. (*)

Nado a mayor profundidad y al sentir una corriente submarina fría, sigo su dirección. Termino tocando una superficie lisa, cubierta a tramos por vegetales marinos. Ascendo sin alejarme de ella. A medida que refloto, percibo mayor claridad. (*)

Emerjo en un ojo de agua adentro de una caverna, difusamente iluminada. Subo a una especie de plataforma. Camino unos pasos y descubro escalinatas. Comienzo a bajar por ellas sigilosamente.

El pequeño pasadizo se estrecha cada vez más, mientras sigo descendiendo por la escalera ahora muy resbaladiza. Veo teas encendidas con regularidad. Ahora, la bajada se ha tornado casi vertical. El ambiente es húmedo y sofocante. (*)

Una reja oxidada, a modo de puerta, impide el paso. Empujo y se abre rechinando. La escalera ha terminado y ahora hay solo una rampa embarrada por la que me desplazo con cuidado. El olor es pegajoso, casi sepulcral. (*)

Una rafaga de aire amenaza apagar las antorchas. Al fondo, escucho el rugido de un mar embravecido azotando las rocas. Comienzo a experimentar dudas acerca de mi regreso.

El viento silba con fuerza, apagando la tea más baja. Entonces, empiezo a subir frenando todo impulso de sobresalto. Lentamente, ascendo por la rampa barrosa.

Llego a la puerta oxidada. Esta cerrada... La abro nuevamente y continuo subiendo fatigosamente por las escaleras casi verticales, mientras las antorchas siguen apagándose a mis espaldas.

La escalera de piedra esta cada vez más resbaladiza de manera que doy cuidadosos pasos.

He alcanzado la cueva. Llego a la plataforma y me sumerjo en el ojo de agua en el instante en que se apaga la última luz.

Desciendo hacia las profundidades, tocando la superficie lisa y vegetal. Todo esta a oscuras. (*)

Al sentir una corriente fría, nado en dirección opuesta con gran dificultad. (*)

Logro salir de la corriente. Ahora subo verticalmente, hasta que doy con un techo de piedra.

Busco en todas las direcciones para encontrar la apertura cuadrada. (*)

He llegado al lugar. Paso por el orificio. Ahora desengancho el ancla de su trampa y apoyo mis pies en ella mientras muevo la cadena para avisar a mis camaradas.

Desde arriba están izando el ancla conmigo como pasajero. Lentamente se va iluminando el espacio acuático, mientras observo un fascinante arco iris de seres submarinos.

Emerjo. Suelto la cadena y aferrándome a la escalerilla del barco, subo ante los vitores y bromas de mis amigos. (*)

EL ASCENSO

Es de día. Entro en una casa. Comienzo lentamente a subir por unos escalones. Llego a un primer piso. Continuo subiendo. Estoy en la azotea.

Observo una escalera de metal en espiral. No tiene barandas de protección. Debo ascender para llegar al tanque de agua. Lo hago con tranquilidad.

Estoy sobre el tanque. Su base es pequeña. Toda la estructura se mueve por las rafagas de viento. Estoy de pie. (*)

Me acerco al borde. Abajo veo la azotea de la casa. Me siento atraído por el vacío pero me repongo y continuo mirando. Luego, paseo la vista por el paisaje. (*)

Arriba mío hay un helicóptero. Bajan desde él una escalerilla de soga. Los travesaños son de madera. Tomo la escalera y apoyo los pies en el último barrote. El aparato sube lentamente. Allí abajo queda el tanque de agua cada vez más diminuto. (*)

Subo por la escalera hasta llegar a la compuerta. Trato de abrirla pero esta trancada. Miro hacia abajo. (*)

Han corrido la puerta de metal. Un joven piloto me tiende la mano. Entro. Subimos velozmente.

Alguien anuncia que hay una falla en el motor. Al poco tiempo escucho un sonido de engranajes rotos. La helice de sustentacion se ha atascado. Empezamos a perder altura cada vez mas rapidamente.

Se distribuyen paracaidas. Los dos tripulantes saltan al vacio. Estoy en el borde de la compuerta, mientras la caida se hace vertiginosa.

Me decido y salto. Voy cayendo de frente. La aceleracion me impide respirar. Tiro de una anilla y el paracaidas se proyecta como una larga sabana hacia arriba. Siento un fuerte tiron y un rebote. He frenado la caida.

Debo acertar al tanque de agua, de otro modo caere sobre los cables de alta tension o en los pinos cuyas puntas me esperan como afiladas agujas. Maniobro tirando del cordaje.

Afortunadamente, el viento me ayuda. (*)

Caigo sobre el tanque, rodando hasta el borde. El paracaidas me envuelve. Me desembarazo de el y veo como cae desordenadamente.

Estoy nuevamente en pie. Muy lentamente, comienzo a bajar la escalera en espiral.

Llego a la azotea, bajando luego hasta el primer piso.

Continuo descendiendo hasta llegar a la habitacion...lo hago sin apuro.

Estoy en la planta baja de la casa. Voy hasta la puerta, la abro y salgo.

LAS NUBES

En plena oscuridad, escucho una voz que dice: "Entonces no habia lo existente ni lo no-existente; no habia aire, ni cielo y las tinieblas estaban sobre la faz del abismo. No habia seres humanos, ni un solo animal; pajaros, pez, cangrejo, madera, piedra, caverna, barranco, hierba, selva. No habia galaxias ni atomos... tampoco habia alli supermercados. Entonces, naciste tu y comenzo el sonido y la luz y el calor y el frio y lo aspero y lo suave".

La voz se silencia y advierto que me encuentro subiendo en una escalera mecanica, dentro de un enorme supermercado.

He atravesado varios pisos y ahora veo que el techo del edificio se abre y la escalera sigue transportandome lenta y confortablemente, hacia un cielo despejado.

Veo el edificio alli abajo, muy pequeno. La atmosfera es profundamente azul. Con gusto siento como la brisa hace ondear mis ropas, entonces aspiro el aire con placidez.

Al cortar un suave estrato de vapor, me encuentro con un mar de nubes muy blancas.

La escalera se curva aplanandose de modo que me permite caminar sobre ella como en una vereda. Desplazandome hacia adelante, compruebo que estoy avanzando en un piso de nubes.

Mis pasos son muy armonicos. Puedo saltar largas distancias, ya que la gravedad es muy debil.

Aprovecho para hacer piruetas, cayendo sobre mis espaldas y rebotando hacia arriba nuevamente, como si una gran cama elastica me impulsara cada vez. Los movimientos son lentos y mi libertad de accion es total. (*)

Escucho la voz de una antigua amiga que me saluda. Luego, la veo acercarse en una maravillosa carrera. Al chocar conmigo en un abrazo, rodamos y rebotamos una y otra vez haciendo todo tipo de figuras, riendo y cantando. (*)

Finalmente, nos sentamos y entonces, ella saca de entre sus ropas una cana de pescar retractil que va alargando. Prepara los aparejos, pero en lugar de anzuelos coloca un iman en forma de herradura. Luego comienza a maniobrar con el carrete y el iman va atravesando el suelo de nubes...

Pasado un tiempo, la cana comienza a vibrar y ella grita: "Tenemos buena pesca!"

Inmediatamente, se pone a recoger los aparejos hasta que una gran bandeja va emergiendo adherida al iman. En ella hay todo tipo de alimento y bebida. El conjunto esta cuidadosamente decorado. Mi amiga deposita la bandeja y nos disponemos para el gran festin.

Todo lo que pruebo es de exquisito sabor. Lo mas sorprendente es que los manjares no disminuyen. En todo caso, aparecen unos en reemplazo de otros con solo desearlo, asi es que me pongo a elegir aquellos que siempre quise comer y los consumo con gran fruicion. (*)

Ya satisfechos, nos estiramos de espaldas sobre el blando colchon de nubes, logrando una estupenda sensacion de bienestar. (*)

Siento el cuerpo algodónoso y tibio, totalmente aflojado, mientras suaves pensamientos surcan mi mente. (*)

Compruebo que no experimento prisa, ni inquietud, ni deseo alguno, como si contara con todo el tiempo del mundo para mí. (*)

En ese estado de plenitud y bienestar, trato de pensar en los problemas que tenía en la vida diaria y experimento que puedo tratarlos sin tensión innecesaria, de manera que las soluciones se me aparecen desapasionadas y claras. (*)

Al tiempo, escucho a mi amiga que dice: "Tenemos que volver".

Me incorporo y, dando unos pasos, siento que estoy sobre la escalera mecánica. Suavemente, esta se inclina hacia abajo penetrando el piso de nubes. Percibo un tenue vapor, mientras comienzo el descenso hacia la tierra.

Estoy acercándome al edificio, por cuya parte superior entra la escalera mecánica.

Voy descendiendo por los distintos pisos del supermercado. Veo por todas partes, a la gente que preocupadamente escoje sus objetos de compra.

Cierro los ojos y escucho una voz que dice: "Entonces, no había ni temor, ni inquietud, ni deseo, porque el tiempo no existía." (*)

AVANCES Y RETROCESOS

En una habitación bien iluminada, camino unos pasos y abro una puerta. Avanzo despacio por un pasillo. Entro por otra puerta a la derecha y encuentro un nuevo pasillo. Avanzo. Una puerta a la izquierda. Entro y avanzo. Nueva puerta a la izquierda. Entro y avanzo. Nueva puerta a la izquierda, entro y avanzo.

Retrocedo lentamente por el mismo camino hasta volver a la habitación inicial. (*)

Hacia la derecha del cuarto hay un gran ventanal que deja ver un jardín. Desplazo el cristal. Salgo afuera. En el suelo hay preparado un aparato que tensa un alambre de acero y lo suspende a poca distancia del suelo. Sigue líneas caprichosas. Subo al alambre haciendo equilibrio. Primeramente, doy un paso. Luego, otro. Me desplazo siguiendo curvas y líneas rectas. Lo hago sin dificultad.

Ahora, de espaldas, efectúo el camino inverso hasta llegar al punto inicial. (*)

Bajo del alambre.

Vuelvo a la habitación. Veo un espejo hecho a mi medida. Camino hacia él pausadamente, mientras observo que mi imagen viene, lógicamente, en mi dirección. Así, hasta tocar el vidrio. Luego, retrocedo de espaldas mirando como mi imagen se aleja.

Me acerco nuevamente hasta tocar el vidrio, pero descubro que mi imagen retrocede y termina por desaparecer. Veo ahora que mi imagen viene caminando de espaldas. Se detiene antes de llegar al vidrio, gira sobre sus talones y avanza hacia mí.

Salgo a un patio de grandes baldosas. En un lugar central, hay un sofá emplazado exactamente sobre una baldosa negra. Todas las otras son blancas. Me explican que el asiento tiene la virtud de desplazarse siempre en línea recta y en todas direcciones, pero sin cambiar de frente. Me acomodo en él y digo: "Tres baldosas adelante". Entonces, el asiento se ubica donde he indicado.

Cuatro a la derecha. Dos hacia atrás. Dos a la izquierda. Una hacia atrás. Dos a la izquierda, terminando en la baldosa negra.

Ahora: tres atrás. Una a la derecha. Una atrás. Cuatro a la derecha. Cuatro hacia adelante. Cinco a la izquierda, llegando a destino.

Por último: tres a la izquierda. Dos hacia atrás. Una hacia adelante. Dos a la derecha. Tres hacia atrás. Una a la derecha. Cuatro hacia adelante, concluyendo en la baldosa indicada.

Me levanto y salgo de la casa. Estoy parado en medio de una gran carretera. No se desplaza ningún vehículo. Veo acercarse derechamente hacia mí, una persona a la que quiero mucho. Ha llegado tan cerca que casi está tocándome. (*)

Ahora retrocede alejándose cada vez más, hasta desaparecer. (*)

Veo que se acerca una persona que me suscita profundo desagrado. Ha llegado muy cerca mío. (*)

Ahora retrocede alejándose cada vez más, hasta desaparecer. (*)

Estoy sentado aquí. Recuerdo una escena sumamente difícil en la que estoy frente a otras personas. Me voy alejando de esas personas. (*)

Recuerdo una escena en la que me veo participando con mucho agrado. Me voy alejando de la situación. (*)

VI.- EL VIAJE

Sigo subiendo a pie por el camino montañoso. Me detengo un instante y miro hacia atrás. A la distancia, veo la línea de un río y lo que podría ser una arboleda. Mas lejos, un desierto rojizo que se pierde en la bruma del atardecer.

Camino unos pasos más, mientras la senda se estrecha hasta quedar borrada. Se que falta un último tramo, el más difícil, para llegar a la meseta. La nieve apenas molesta mi desplazamiento, así es que continuo el ascenso.

He llegado a la pared de roca. La estudio cuidadosamente y descubro en su estructura una grieta por la que podría trepar. Comienzo a subir engancho los borceguies en las salientes. Pego la espalda en un borde de la grieta, mientras hago palanca con un codo y el otro brazo. Subo.

La grieta se ha estrechado. Miro hacia arriba y hacia abajo. Estoy a mitad de camino. Imposible desplazarme en ninguno de los dos sentidos.

Cambio la posición, quedando pegado de frente a la resbaladiza superficie. Afirmando los pies y muy despacio, estiro un brazo hacia arriba. La roca me devuelve el jadeo húmedo de la respiración.

Palpo sin saber si encontrare una pequeña fisura. Estiro el otro brazo suavemente. Siento que me balanceo. Mi cabeza comienza a separarse lentamente de la piedra. Luego, todo mi cuerpo.

Estoy por caer de espaldas... Pero encuentro un pequeño hueco en el que aferro mis dedos. Ya afirmado, continuo el ascenso trepando sin dificultad en el asalto final.

Por fin llego arriba. Me incorporo y aparece ante mí, una pradera interminable. Avanzo unos pasos. Luego, cambio de frente. Hacia el abismo es de noche; hacia la llanura, los últimos rayos del sol fugan en tonalidades múltiples. Estoy comparando ambos espacios, cuando escucho un sonido agudo. Al mirar hacia lo alto, veo suspendido un disco luminoso, que luego, describiendo círculos a mi alrededor, comienza a descender.

Se ha posado muy cerca. Movido por una llamada interior, me acerco sin prevenciones. Penetro en su interior con la sensación de traspasar una cortina de aire tibio. Al momento, experimento que mi cuerpo se alivina. Estoy en una burbuja transparente, achatada en su base.

Como impulsados por un gran elástico, partimos rectamente. Creo que vamos en dirección a Beta Hydri o, tal vez, hacia NGC 3621(?).

Alcanzo a ver, fugazmente, el atardecer en la pradera.

Subimos a mayor velocidad, mientras el cielo se ennegrece y la Tierra se aleja.

Siento que aumenta la velocidad. Las limpidas estrellas van virando de color, hasta desaparecer en la oscuridad total.

Al frente, veo un único punto de luz dorado que se agranda. Vamos hacia él. Ahora se destaca un gran arco que se continua en larguísimo corredor transparente. En un momento, nos detenemos subitamente. Hemos descendido en un lugar abierto. Atravieso la cortina de aire tibio y salgo del objeto.

Estoy entre paredes transparentes que, al atravesarlas, producen musicales cambios de color.

Sigo avanzando hasta llegar a un plano en cuyo centro veo un gran objeto móvil, imposible de capturar con la mirada, porque al seguir una dirección cualquiera en su superficie, esta termina envuelta en el interior del cuerpo. Siento mareo y aparto la vista.

Encuentro una figura, al parecer, humana. No puedo ver su rostro. Me tiende una mano en la que veo una esfera radiante. Comienzo a acercarme y en un acto de plena aceptación, tomo la esfera y la apoyo en mi frente. (*)

Entonces, en silencio total, percibo que algo nuevo comienza a vivir en mi interior. Ondulaciones sucesivas y una fuerza creciente banan mi cuerpo, mientras brota en mí una profunda alegría.

(*)

Se que la figura me dice sin palabras: "Regresa al mundo con tu frente y tus manos luminosas."

(*)

Así pues, acepto mi destino. Luego, la burbuja y el aro y las estrellas y la pradera y la pared de roca. (*)

Por último, el camino y yo, humilde peregrino que regresa a su gente. (*)

Yo que vuelvo luminoso a las horas, al día rutinario, al dolor del hombre, a su simple alegría.

Yo que doy de mis manos lo que puedo, que recibo la ofensa y el saludo fraterno, canto al corazón que del abismo oscuro, renace a la luz del ansiado Sentido.

Materiales

El taller escrito

Un par de teclados

Algo para hacer un sonido alto y bajo

Hojas en blanco para dibujar los propios teclados