



**Nivelacion**

**Período 7**

## CALENDARIO Y PROGRAMA DE TRABAJO

PERIODO 7	AUTOLIBERACIÓN - OPERATIVA	
<u>SEMANA 24</u>	Lección 30. Autoliberación. Sondeo transferencial	Intercambio entre pares
	Psicología IV. Espacialidad y temporalidad de los fenómenos de conciencia	Estudio Psicología. Lectura e intercambio entre participantes
<u>SEMANA 25</u>	Lección 31. Autoliberación. Sondeo transferencial	Intercambio entre pares
	Psicología IV. Estructuras de conciencia. Estructuras, estados y casos no habituales	Estudio Psicología. Lectura e intercambio entre participantes
<u>SEMANA 26</u>	Lección 32. Autoliberación. Transferencia de imágenes	Intercambio entre pares
	Psicología IV. Fenómenos accidentales y fenómenos deseados. El desplazamiento del yo. La suspensión del yo.	Estudio Psicología. Lectura e intercambio entre participantes
<u>SEMANA 27</u>	Lección 33. Autoliberación. Transferencia de climas.	Intercambio entre pares
	Estudio de Psicología. Lectura e intercambio entre participantes	
<u>SEMANA 28</u>	Lección 34. Autoliberación. Elaboración post-transferencial	

### Observaciones:

- Intercambio (entre pares) – Auto-organizado entre los grupos. La sala del zoom del Parque Navas estará disponible, así como el Parque durante los fines de semana.

- Se recomienda intercambiar en grupo periódicamente todos los trabajos y especialmente los ejercicios y las revisiones (si hay posibilidad, de forma presencial)
- Se recomienda hacer síntesis mensual de los trabajos realizados
- Se recomienda una síntesis final del trabajo realizado durante el proceso de nivelación, en la que se fija lo aprendido, se resalta lo más significativo y pueden aclararse las dudas. Para ello, efectuar en forma activa y rápida:
  - Revisión de Relajación
  - Revisión de Psicofísica
  - Revisión de Autoconocimiento
  - Revisión de Operativa

## **SEMANA 24**

### **AUTOLIBERACIÓN**

#### **PRÁCTICAS DE TRANSFERENCIA.**

## **LECCION 5 (o 30 según edición). Sondeo transferencial**

Con las explicaciones dadas en las lecciones anteriores, se está en condiciones de encarar estudios de cierta profundidad respecto de los símbolos y alegorías en el campo de la producción individual (en sueño, semisueño y vigilia) y también en el terreno de la producción colectiva (en cuentos, leyendas, mitos, arte, religión, etcétera).

Conductas individuales o grupales pueden, también, ser estudiadas desde el punto de vista simbólico y sígnico.

Pero ahora vamos a utilizar esos conocimientos como simples auxiliares de las técnicas transferenciales.

Recordemos que en este curso de operativa estamos trabajando con técnicas catárticas, con el objeto de producir descargas de tensiones que sería imposible de lograr por otros medios. También debemos operar con técnicas transferenciales que nos permitan desfijar e integrar contenidos psíquicos.

Damos por sentado que se sabe en qué circunstancias debe operarse con unas u otras técnicas.

### **I. Indicadores.**

Las racionalizaciones, ocultamientos, olvidos y bloqueos en general, indican resistencias a la abreacción catártica. Vencer esas resistencias, permitiendo que se expresen las tensiones hacia la periferia como descarga, es un problema técnico.

Asimismo, los contenidos fijados ofrecen resistencia cuando se trata de movilizarlos e integrarlos al proceso de la conciencia. En principio, los indicadores de resistencia son los mismos que aparecen al aplicar las técnicas catárticas pero, además, existen otros ligados estrechamente a la configuración y dinámica de las imágenes.

Para toda la operativa (catarsis, transferencia y autotransferencia), vale el mismo principio: detectar y vencer resistencias. Habrá que comprender cuáles son los indicadores de resistencia y cuáles los indicadores de que se han superado dichas resistencias. En el caso de la catarsis han sido suficientemente estudiados; en el de la transferencia pasamos a su explicación.

### **II. Indicadores de resistencia.**

Una de las primeras condiciones que se debe cumplir en el proceso transferencial, es que el sujeto asocie libremente y, en lo posible, con imágenes visuales. Para que esta condición se dé con soltura, se procurará trabajar buscando el nivel de semisueño activo, en el cual el sujeto irá describiendo al guía sus escenas mentales, mientras éste se limitará a dar dirección a las imágenes.

No se trata de que el guía sugiera imágenes (con lo cual trasladaría sus propios contenidos al sujeto), sino que dadas las escenas que el sujeto relata, el guía debe ocuparse en dar dirección hacia distintas profundidades y alturas del espacio de representación, operando transformismos, contracciones y ampliaciones de imágenes cuando aparecen indicadores de resistencia.

Veamos los principales indicadores.

1º. Resistencias de racionalización, ocultamiento, olvido y bloqueo. Indican fuertes tensiones. En tales casos, el guía procede con un sondeo catártico de realimentación hasta que se produzca la superación de esas resistencias. Si las dificultades continúan, la catarsis deberá ser profunda.

2º. Dificultad en los desplazamientos verticales. Ocurre cuando el sujeto no puede ascender hacia las "alturas", o descender a las "profundidades". Habrá que lograrlo repitiendo y proporcionando al sujeto ayudas alegóricas de conectivas o determinados atributos. Estas ayudas que frecuentemente utilizará el guía estarán siempre referidas a vencer resistencias y serán más o menos armónicas dentro de las escenas del sujeto, de manera que pueda evitarse la infiltración de

contenidos propios del guía.

3º. Dificultad en los desplazamientos horizontales. Ocurre cuando el sujeto no puede avanzar o retroceder en su escena. Será necesario repetir, suministrando ayudas alegóricas.

4º. Dificultad en las expansiones o contracciones. Ocurre cuando el sujeto no puede hacer "crecer" o "empequeñecer" su propia imagen u otra puesta por el mismo sujeto como dificultosa, peligrosa, etcétera. El guía dará ayudas alegóricas, hasta que se venza la resistencia.

5º. Dificultad en los transformismos. Ocurre cuando el sujeto no puede cambiar su ropaje o su aspecto, o bien, roles, edades, niveles, etcétera. También, cuando no puede operar inversiones de imágenes que crean climas negativos, en imágenes positivas. El guía apelará a recursos alegóricos de ayuda.

6º. Dificultad en la adhesión de un clima a imágenes. El guía deberá pedir al sujeto que busque imágenes hasta que el clima "encaje" en una escena recordada o ficticia. La dificultad estará superada únicamente cuando el sujeto experimente la real correspondencia entre clima e imágenes. Es decir, si el registro emergente de esas operaciones es artificioso, habrá que continuar el trabajo hasta que se produzca un "encaje" realmente sentido como tal por el sujeto.

7º. Dificultad en la disociación entre imagen y clima. El guía sugerirá trasladar el clima a otras imágenes, hasta que las originales pierdan fuerza emotiva.

8º. Irrupción catártica en el proceso transferencial. Será necesario permitir al sujeto que se exprese plenamente, pero habrá de suspenderse el proceso transferencial hasta que el sujeto esté nuevamente en condiciones de seguir las direcciones que le proponga el guía. Este caso es diferente de las expresiones catárticas que acompañan a la transferencia, pero que no interrumpen el proceso de dirección que lleva el guía.

9º. Exceso de velocidad en los desplazamientos. El sujeto pasa de una escena a otra o entre imágenes tan velozmente, que no alcanza a percibir plenamente de qué se trata obstruyendo de ese modo, la descripción. Habrá que enlentecer el proceso, haciendo que el sujeto coloque los objetos que visualiza a grandes distancias entre sí, de manera que el "recorrido" de unos a otros obligue a una mayor demora. Otro recurso es el de pedir al sujeto que dé numerosos detalles de cada objeto que se le presenta.

10º. Rebote de altura. En un ascenso o descenso, el sujeto se encuentra súbitamente relatando escenas del plano opuesto. El guía deberá retomar el proceso y utilizar ayudas alegóricas en el momento en que puede producirse el rebote.

11º. Rebote de nivel. Ocurre cuando por presión de contenidos oprimentes, sobresalto, u otros factores accidentales, el sujeto continúa el proceso, pero con un marcado cambio hacia la racionalización. También, cuando el sujeto bloquea la secuencia. El guía deberá suspender y comenzar nuevamente el trabajo.

12º. Dificultad en la visualización de imágenes. De todas maneras, el guía emprenderá el trabajo. El sujeto trabajará entonces con aquel sistema de imágenes que le resulte afín.

Vistos los indicadores y la forma de tratarlos, se comprende cómo lo estudiado en simbólica y alegórica puede ser utilizado de un modo auxiliar por el guía, al proponer ayudas no racionales (alegorías por ejemplo) para que el proceso se desarrolle evitando los rebotes de nivel que ocurrirían si el sujeto irrumpiera en un sistema de ideación crítico y autocrítico.

Repetimos que la simbólica y alegórica en materia de transferencia, juega un papel eminentemente auxiliar más que interpretativo como ocurre en otros campos.

**Ejercicio de sondeo transferencial de resistencia.**

El guía pide al sujeto que cuente un chiste. Luego le solicita que se represente a sí mismo como el personaje central del chiste (o como uno de los personajes según el caso), procediendo a ejercitar: ascensos y descensos; avances y retrocesos; expansiones (agrandamiento de imagen) y contracciones (reducciones de imagen). En todos los casos, será necesario que el sujeto relate todo lo que sucede en las escenas, explayándose sobre los climas que las acompañan. El guía tomará nota de todos los indicadores de resistencia que vayan apareciendo. En este ejercicio, no tratará de vencer ninguna de las resistencias que observe.

Terminado el sondeo de resistencias, sujeto y guía discutirán el significado de las resistencias encontradas, tratando de relacionarlas con conductas cotidianas o con hechos biográficos. Podrá intentarse, además, una simple reducción simbólica de los encuadres generales y una corta síntesis de temas y argumentos. Posteriormente, guía y sujeto cambiarán los roles.

## ESPACIALIDAD Y TEMPORALIDAD DE LOS FENÓMENOS DE CONCIENCIA<sup>4</sup>.

En vigilia activa, el yo se ubica en las zonas más externas del espacio de representación, "perdido" en los límites del tacto externo, pero si hago apercepción de algo que veo, el registro del yo sufre un corrimiento. En ese momento puedo decirme a mí mismo: "Veo desde mí al objeto externo y me registro adentro de mi cuerpo". Aunque estoy conectado con el mundo externo por medio de los sentidos, existe una división de espacios y es en el interno donde me emplazo yo. Si posteriormente apercibo mi respiración, podré decirme a mí mismo: "Experimento desde mí el movimiento de los pulmones, estoy adentro de mi cuerpo pero no adentro de mis pulmones". Está claro que experimento una distancia entre el yo y los pulmones, no solamente porque al yo lo registro en la cabeza que está alejada de la caja torácica sino porque en todos los casos de percepción interna (como ocurre con un dolor de muelas o un dolor de cabeza), los fenómenos estarán siempre a "distancia" de mí como observador. Pero aquí no nos interesa esta "distancia" entre el observador y lo observado, sino la "distancia" desde el yo hacia el mundo externo y desde el yo hacia el mundo interno. Por cierto que podemos destacar matices muy sutiles en la variabilidad de las posiciones "espaciales" del yo, pero acá estamos resaltando las ubicaciones diametrales del yo en cada caso mencionado. Y, en esta descripción, podemos decir que el yo se puede ubicar en la interioridad del espacio de representación pero en los límites táctiles kinestésicos que dan noción del mundo externo y, opuestamente, en los límites táctiles cenestésicos que dan noción del mundo interno<sup>5</sup>. En todo caso, podemos usar la figura de una película bicóncava (como límite entre mundos), que se dilata o contrae y con ello focaliza o difumina el registro de los objetos externos o internos. La atención se dirige, más o menos intencionadamente, hacia los sentidos externos o internos en la vigilia y pierde el manejo de su dirección en el semisueño, el sueño y aun en la vigilia de los estados alterados, ya que en todos esos niveles y estados la reversibilidad es afectada por fenómenos y registros que se imponen a la conciencia. *Es muy evidente que en la constitución del yo intervienen no solamente la memoria, la percepción y la representación, sino la posición de la atención en el espacio de representación. No se está hablando, por consiguiente, de un yo substancial sino de un epifenómeno de la actividad de la conciencia.*

Este "yo-atención" parece cumplir con la función de coordinar las actividades de la conciencia con el propio cuerpo y con el mundo en general. Los registros del transcurrir y de la posición de *los fenómenos mentales se imbrican en esta coordinación a la que se independiza de la misma coordinación*. Y así, la metáfora del "yo" termina por cobrar identidad y "substancialidad" independizándose de la estructura de funciones de la conciencia.

Por otra parte, los reiterados registros y reconocimientos de la acción de la atención se van configurando en el ser humano muy tempranamente, a medida que el niño dispone de direcciones más o menos voluntarias hacia el mundo externo y el intracuerpo. Gradualmente, con el manejo del cuerpo y de ciertas funciones internas, se va robusteciendo la presencia puntual y también una copresencia en la que el registro del propio yo se constituye en concentrador y trasfondo de todas las actividades mentales. Estamos en presencia de esa gran ilusión de la conciencia a la que llamamos "Yo".

Debemos considerar ahora al emplazamiento del yo en los distintos niveles de conciencia. En vigilia el yo ocupa una posición central dada por la disponibilidad de la atención y de la reversibilidad. Esto varía considerablemente en el semisueño, cuando los impulsos que provienen de los sentidos externos tienden a debilitarse o fluctuar entre el mundo externo y una cenestesia generalizada. Durante el sueño con imágenes, el yo se internaliza. Es, por último, durante el sueño vegetativo cuando el registro del yo se esfuma<sup>6</sup>. Las transformaciones de los impulsos en los ensueños vigílicos aparecen en las secuencias de asociaciones libres con numerosas traducciones alegóricas, simbólicas y sígnicas, que conforman el especial lenguaje de imágenes de la cenestesia. Por cierto, nos estamos refiriendo a las secuencias imaginarias sin control, propias de las vías asociativas y no

a las construcciones imaginarias que siguen un desarrollo más o menos premeditado<sup>7</sup>, o a las traducciones de los impulsos canalizados en las vías abstractivas que también se manifiestan como imágenes simbólicas y sígnicas. Los impulsos, transformándose en distintos niveles, también hacen variar el registro del yo en la profundidad o superficialidad del espacio de representación. Usando una figura, podemos señalar que los fenómenos psíquicos se registran siempre entre coordenadas "espaciales" x e y, pero también con respecto a z, siendo "z" la profundidad del registro en el espacio de representación. Desde luego, el registro de cualquier fenómeno se experimenta en la tridimensionalidad del espacio de representación (en cuanto a altura vertical, lateralidad horizontal y profundidad de los impulsos, conforme mayor externalidad o mayor interioridad), cosa que podemos comprobar al percibir o representar impulsos provenientes del mundo externo, del intracuerpo, o de la memoria.

Sin complicarnos con descripciones propias de la Fenomenología, debemos considerar ahora algunos tópicos estudiados exhaustivamente por ella<sup>8</sup>. Así, decimos que en vigilia los *campos de presencia y copresencia* permiten ubicar los fenómenos en sucesión temporal, estableciéndose la relación de hechos desde el momento actual en el que estoy emplazado, con los momentos anteriores de los que proviene el *fluir* de mi conciencia y con los posteriores hacia los que se lanza ese *fluir*. En todo caso, el instante presente es la barrera de la temporalidad y si bien no puedo dar razón de él porque al pensarlo sólo cuento con la *retención* de lo ocurrido en la dinámica de mi conciencia, su aparente "fijeza" me permite ir hacia el "atrás" de los fenómenos que ya no son, o hacia el "adelante" de los fenómenos que todavía no son. Es en el *horizonte de la temporalidad* de la conciencia donde se inscribe todo acontecimiento. Y en el horizonte restringido que fija la presencia *de actos y objetos*, siempre estará actuando un campo de copresencia en el que se conectarán todos ellos.

A diferencia de lo que ocurre en el transcurrir del mundo físico, los hechos de conciencia no respetan la sucesión cronológica sino que regresan, perduran, se actualizan, se modifican y se futurizan, alterando al instante presente. El "instante presente" se estructura por el entrecruzamiento de la retención y de la protensión. Ejemplificando: un acontecimiento doloroso imaginado a futuro, puede actuar sobre el presente del sujeto desviando la tendencia que llevaba su cuerpo en dirección a un objeto previamente querido. Así, las leyes que se cumplen en la espacio-temporalidad del mundo físico sufren un desvío considerable en los objetos y los actos mentales. Esta independencia del psiquismo, por "desviación" de las leyes físicas, hace recordar la idea de "*clinamen*" que presentara Epicuro para introducir la libertad en un mundo dominado por el mecanicismo<sup>9</sup>.

Dando por comprendida la estructuralidad de la conciencia en la relación entre los "aparatos" y las diferentes vías por las que circula el impulso, podemos considerar a éste en sus distintas transformaciones como el "átomo" básico de la actividad psíquica. Sin embargo, tal átomo no se presenta aislado sino en "trenes de impulsos", en configuraciones que dan lugar a la percepción, al recuerdo y a la representación. De este modo, la inserción de lo psíquico en la espacialidad externa comienza por los impulsos que, convertidos en protensiones de imágenes kinestésicas, se desplazan hacia el exterior de la tridimensionalidad del espacio de representación moviendo al cuerpo. Es claro que las imágenes cenestésicas y las correspondientes a los sentidos externos actúan de modo auxiliar (como "señales compuestas"), en todo fenómeno en el que se va seleccionando y regulando la dirección e intensidad motriz. En definitiva, en ese *fluir* de impulsos relativos al tiempo y al espacio de conciencia, ocurren los primeros eventos que terminarán modificando al mundo.

No es ociosa aquí una reflexión general sobre los hechos en los que el psiquismo actúa desde y hacia su externidad. Para comenzar, observamos que los objetos materiales se presentan como espacialidad a la captación "táctil" de los sentidos externos que diferencian el corpúsculo, la onda, la molécula, la presión, la termicidad, etc. Para terminar, decimos que estas "impresiones", o impulsos externos al psiquismo, ponen en marcha un sistema de interpretación y respuesta que no puede operar sino en un espacio interno.



Estamos afirmando del modo más amplio que por variación de impulsos entre “espacios”, el psiquismo es penetrado y penetra al mundo. No estamos hablando de circuitos cerrados entre estímulos y respuestas, sino de un sistema abierto y creciente que capta y actúa por acumulación y protensión temporal. Por otra parte, *esta “apertura” entre espacios no ocurre por franquear las barreras de una mónada<sup>10</sup> sino porque la conciencia, ya en su origen, se constituye desde, en y para el mundo.*

## SEMANA 25

### AUTOLIBERACIÓN

**PRACTICAS DE TRANSFERENCIA.**

**LECCION 6 (o 31 según edición). Sondeo transferencial**

**Las tres técnicas principales de transferencia son: niveles, transformismos y expansiones.**

## I. Técnica de niveles.

Trabaja con distintos niveles del espacio de representación, en sentido vertical. Estos niveles espaciales no deben confundirse con los niveles de conciencia. En efecto, en sueño por ejemplo, el durmiente puede "ascender" o "descender" en su espacio interno, sin por ello despertar.

Cuando se trabaja esta técnica, el guía comienza por sugerir al sujeto que se represente a sí mismo en un plano que podríamos llamar "medio". Ese plano, es más o menos correspondiente al de percepción habitual.

Una vez que el sujeto se visualiza a sí mismo, el guía le sugiere descender. Allí surge la primera dificultad, pues el sujeto tendrá que descubrir cómo hacerlo. Conociendo los indicadores de resistencia y sus soluciones, el guía intervendrá cada vez que aparezcan dificultades.

Si la regla general de toda transferencia indica que debe vencerse toda resistencia para que las cargas se desplacen, subsiste el cómo hacerlo. En general, debe operarse de manera que el sujeto se enfrente con toda dificultad que aparezca, siempre que cuente con posibilidades de vencerla. Es decir, que si una resistencia fuera más fuerte que el sujeto, éste terminaría en una frustración que aumentaría la resistencia posteriormente.

En transferencia se habla de "persuasión" de las resistencias, queriendo indicar con ello que se las debe acometer frontalmente si ellas no superan al sujeto, pero en caso contrario el guía debe intervenir apoyando la escena con algunos recursos alegóricos o, en ocasiones, invitando al sujeto a buscar una vía más fácil para llegar nuevamente a la resistencia, pero desde una perspectiva más favorable.

Siguiendo la idea de la persuasión de la resistencia, es siempre preferible antes que una lucha violenta que el guía sugiera la reconciliación con un defensor que impide agresivamente una entrada. Otro recurso similar en esos casos, es el del pago o trueque alegórico para persuadir al que dificulta el acceso.

En los descensos aparecen, frecuentemente, seres extraños que el guía puede convertir en aliados para que el sujeto continúe sus desplazamientos.

Casi siempre, a medida que se desciende, el espacio de representación se va oscureciendo, siguiéndose con ello un sistema de asociación propio de la vigilia y de la experiencia cotidiana, en el sentido de que en las profundidades está lo oscuro sea terrestre o marítimo. Vale lo opuesto en la dirección ascendente, ya que en las alturas están el sol, el cielo puro (más allá de las nubes de tormenta, por ejemplo), etcétera. Pero existe otro fenómeno que coincide con la percepción del mundo externo, sin por ello ser dependiente de aquélla. En general, sucede que a medida que el sujeto desciende en su espacio, se aleja de sus centros ópticos, oscureciéndose la escena y apareciendo en "pantalla", representaciones traducidas o deformadas del intracuerpo (cavernas con animales, como representación de la propia boca, lengua y dientes; tubos de caída, como alegorización del esófago; globos o seres alados que se mueven rítmicamente como representación de los pulmones; barreras que remedan el diafragma; seres tentaculares, laberintos y pasadizos en relación con distintas partes del aparato digestivo; cavernas cálidas o asfixiantes, a veces iluminadas por fuegos mortecinos como deformación y traducción de registros cenestésicos sexuales; texturas acuáticas, barrosas o viscosas, como representación de humores o sustancias que operan en el intracuerpo, etcétera.).

A medida que el sujeto asciende el espacio se va aclarando mientras la respiración se va haciendo alta, produciéndose traducciones pulmonares con nuevos seres alados, esta vez luminosos como ángeles, aves, etcétera.

Existe cierta profundidad límite, más allá de la cual no es posible descender... allí todo queda oscurecido. En las alturas, por encima del cielo iluminado, del sol y las estrellas, ocurre el mismo

fenómeno: todo queda oscurecido. El oscurecimiento final, tanto en los ascensos como en los descensos, coincide con los límites del propio cuerpo. Por cierto que tales límites son difíciles de tocar, por cuanto se producen frecuentes rebotes, pero que sirven a la continuación de las escenas.

En la técnica de niveles no debe confundirse la luz que depende de un determinado foco (luces subterráneas, fuegos volcánicos, ciudades iluminadas bajo las aguas, etcétera. Inversamente: el sol, la luna, las estrellas, las ciudades de la luz, los objetos cristalinos o radiantes, etcétera.), con la iluminación general del espacio, que es la que delata el nivel de la representación.

Sintetizando la técnica de niveles decimos que se comienza en el plano medio, se desciende hasta límites aceptables de visualización y movilidad de imágenes, desandando luego el camino por el que se descendió hasta llegar al plano medio. Desde allí, se asciende hasta límites también aceptables y se desciende haciendo el mismo recorrido hasta llegar al plano medio.

Siempre se comienza y concluye en el plano medio, sacando al sujeto al final, de sus escenas más o menos irracionales hasta un sistema de representación cotidiano. En él, las asociaciones libres comienzan a ceder frente a la racionalización que sugiere el guía. Se pretende que la sensación de la "salida" del proceso transferencial, sea gradual y reconfortante.

En ningún caso, se debe sugerir la salida de un modo abrupto o de un plano que no sea el medio.

## **II. Técnica de transformismos.**

Trabaja manteniéndose en el plano medio de representación. Como de costumbre el sujeto se representa a sí mismo. El guía lo invita a que se desplace hacia "adelante" como si se viera caminando en cualquier escena que ha propuesto el sujeto para comenzar el trabajo.

Cuando la escena cobra la soltura típica de los procesos de asociación libre, el guía va proponiendo cambios en las vestimentas del sujeto, luego cambios en las distintas imágenes que van apareciendo, hasta detectar resistencias. Cada resistencia que se detecta debe ser superada adecuadamente.

A veces sucede que los transformismos no ofrecen mayores resistencias, pero sí el pasar de un ámbito a otro, el salir o entrar a un recinto, etcétera. Todo ello deberá vencerse con las ayudas alegóricas del caso, o transformando unas imágenes en otras.

El trabajo continúa, efectuándose el regreso al punto inicial. Desde allí se procede a sacar al sujeto, mediante racionalizaciones de la escena y siempre de un modo amable y gradual.

## **III. Técnica de expansiones.**

Trabaja tanto en el nivel vertical (técnica de niveles), como en el horizontal (técnica de transformismos). Opera siempre que en los temas o argumentos se producen encierros, obstrucciones o incompatibilidades por cuestiones de tamaño. Existen desproporciones de tamaño entre la imagen del propio sujeto y un objeto a través del cual se quiere pasar (pasadizos que se cierran, ojos de cerradura, escalones demasiados separados o altos para el paso, etcétera.). También puede darse el caso de desproporciones con respecto a objetos que se desea hacer pasar al interior del sujeto (una fruta que se desea comer aparece demasiado grande o demasiado pequeña). Se producen también dificultades en la relación entre seres por el mismo motivo (gigantes y enanos), o desproporciones en la misma figura (cabeza descomunal y miembros muy finos), etcétera.

Cuando se presentan dificultades del tipo de las citadas, el guía sugiere expansiones o contracciones de las imágenes afectadas, hasta que se proporciona la escena. A veces, es necesario apoyarse en recursos alegóricos, para facilitar la integración de imágenes en un argumento dado.

¿Cuándo aplicar cada una de las técnicas?

En general, se trabaja dando al sujeto dirección según la técnica de niveles, pero a medida que ésta se desarrolle, aparecerán resistencias que estarán referidas a los desplazamientos horizontales o a los tamaños de las imágenes. Por lo tanto, las técnicas de transformismos y expansiones se utilizarán en el momento en que se detecten las resistencias correspondientes dentro de la técnica general de niveles. Sólo en el caso en que, por anteriores sesiones, esté claro que el problema fundamental del sujeto se refiere a resistencias en los transformismos o en las expansiones, se procederá directamente con esas técnicas prescindiendo de los desplazamientos por niveles verticales.

### **Ejercicios de sondeo y desplazamiento transferencial.**

El guía pide al sujeto que cuente un chiste. Luego le solicita que se presente a sí mismo como el personaje principal del chiste (o como uno de los personajes, según el caso), procediendo a ejercitar la técnica de niveles. Cada vez que se encuentre una resistencia, el guía llevará al sujeto a vencerla y, según los casos, usará técnicas de transformismo y expansión.

Será necesario que el sujeto relate todo lo que va sucediendo en las escenas, explayándose sobre los climas que las acompañan.

Terminando el sondeo y vencimiento de resistencias, sujeto y guía discutirán el significado de las resistencias encontradas y las dificultades de vencimiento, tratando de relacionarlas con conductas cotidianas o con hechos biográficos. Podrá intentarse, además, una simple reducción simbólica de los encuadres generales y una corta síntesis de temas y argumentos.

Posteriormente, guía y sujeto cambiarán de roles.

El sondeo transferencial es una práctica que no requiere de mayores preparaciones ni requisitos previos. Puede ejercitarse aún a nivel vigílico, siempre que el sujeto pueda colocarse en un estado de no racionalización y en el cual fluyan las asociaciones libremente.

Podemos resumir diciendo que con sólo dos procedimientos: el de sondeo catártico de realimentación y el de sondeo transferencial, un guía experimentado puede llevar a un sujeto a descargas o a traslados de cierta profundidad, según sea el caso. Y todo ello podrá realizarse aún con sujetos que no tienen preparación alguna en estos temas. Desde luego que para acometer procesos catárticos y transferenciales más profundos, el sujeto necesitará un bagaje de información semejante al del guía.

## **APUNTES DE PSICOLOGIA**

### **PSICOLOGÍA IV**

## **ESTRUCTURAS DE CONCIENCIA.**

Los diferentes modos de estar el ser humano en el mundo<sup>11</sup>, las diferentes posiciones de su experimentar y hacer, responden a estructuraciones completas de conciencia. Así: la "conciencia desdichada", la "conciencia angustiada", la conciencia emocionada", la "conciencia asqueada", la "conciencia nauseada", la "conciencia inspirada", son casos relevantes que han sido descritos convenientemente<sup>12</sup> Es aquí pertinente anotar que tales descripciones se pueden aplicar a lo personal, a lo grupal y a lo social. Por ejemplo, para describir una estructura de conciencia en pánico, se debe arrancar de una situación colectiva, como se reconoce en los orígenes (legendarios e históricos) de la palabra "pánico" que designa un especial estado de conciencia. Con el paso del tiempo, el vocablo "pánico" se usó cada vez más frecuentemente para explicar una alteración de conciencia individual<sup>13</sup>.

Ahora bien, los casos anteriormente citados pueden ser entendidos individualmente o en un conjunto (en atención a la intersubjetividad constitutiva de la conciencia). Siempre que ocurran variaciones en esas estructuraciones globales, ocurrirán también variaciones en los fenómenos concurrentes, tal es el caso del yo. Así, en plena vigilia pero en estados de conciencia diferentes, registramos al yo ubicado en distintas profundidades del espacio de representación.

Para comprender lo anterior, debemos apelar a las diferencias entre niveles y estados de conciencia. Los niveles clásicos de vigilia, semisueño, sueño profundo paradójico y sueño profundo vegetativo, no ofrecen dificultades de comprensión. Pero en cada uno de esos niveles tenemos la posibilidad de reconocer posiciones variables de los fenómenos psíquicos. Poniendo ejemplos extremos: decimos que cuando el yo mantiene contacto sensorial con el mundo externo pero se encuentra perdido en sus representaciones o evocaciones, o se tiene en cuenta a sí mismo sin intereses relevantes sobre su acción en el mundo, estamos en presencia de una *conciencia vigilica en estado de ensimismamiento*. El cuerpo actúa externamente en una suerte de "irrealidad" que, profundizándose, puede llegar a la desconexión y la inmovilidad. Se trata de un "corrimiento" del yo hacia una presencia constante de los registros de evocación, representación o percepción táctil-cenestésica y, por tanto, la distancia se "alarga" entre el yo y el objeto externo. En el caso opuesto, el yo perdido en el mundo externo, se desplaza hacia los registros táctil-kinestésicos sin crítica ni reversibilidad sobre los actos que realiza. Estamos ante un caso de *conciencia vigilica en estado de alteración* como puede ocurrir en la llamada "emoción violenta". En este caso, la importancia que cobra el objeto externo es decisiva, acortándose la distancia entre el yo y el objeto percibido.

### **□ Estructuras, estados y casos no habituales.**

Llamamos "no habituales" a los comportamientos que muestran anormalidades respecto a parámetros del individuo o del grupo que se esté considerando. Es claro que si la población de un país o un grupo humano enloquecen, no dejamos de considerar a esos casos dentro de los comportamientos "no habituales" por el hecho de contar con numerosos representantes. En todo caso, ese conjunto humano debe ser comparado con situaciones estables en las que ha vivido y en las que la reversibilidad, el sentido crítico y el control de sus actos, tiene características previsibles. Por otra parte, hay casos "no habituales" que son fugaces y otros que parecen arraigarse o aun desplegarse a medida que pasa el tiempo. No es de nuestro interés tipificar esas conductas sociales desde el punto de vista del Derecho, de la Economía, o de la Psiquiatría. Tal vez encontraríamos más motivos de reflexión sobre estos casos en la Antropología y en la Historia...

Si nuestro interés por los comportamientos "no habituales" nos lleva al campo de lo personal, o a lo sumo de lo interpersonal inmediato, seguirán siendo válidos los criterios de reversibilidad, sentido crítico y control de los propios actos en relación con esa historia personal o interpersonal. Aquí

también es aplicable lo comentado anteriormente con respecto a los casos “no habituales” fugaces y los que parecen arraigarse o aún desplegarse en su anormalidad a medida que pasa el tiempo.

Llevemos pues nuestro estudio sobre los comportamientos “no habituales” fuera del terreno de la patología para concentrarnos, dentro de nuestra Psicología, en dos grandes grupos de estados y casos a los que hemos llamado el grupo de la “conciencia perturbada” y el grupo de la “conciencia inspirada”

### □ La “conciencia perturbada”.

Existen diametrales posiciones del yo entre estados alterados que van desde la actividad cotidiana a la emoción violenta y estados ensimismados que van desde la calma reflexiva hasta la desconexión con el mundo externo. Hay, sin embargo, otros estados alterados en los que las representaciones se externalizan proyectivamente, de tal modo que realimentan a la conciencia como “percepciones” provenientes del mundo externo y otros, de ensimismamiento, en los que la percepción del mundo externo se internaliza introyectivamente.

Hemos escuchado y leído historias e informes seriamente controlados, sobre las alucinaciones que padecen quienes se encuentran en situaciones de compromiso en las altas montañas, en las soledades polares, en los desiertos y en los mares. El estado físico de fatiga, anoxia y sed; el estado psíquico de abandono en la monotonía del silencio y la soledad; las condiciones ambientales térmicas extremas, son elementos que han llegado a conformar casos de alteraciones alucinatorias y mucho más frecuentemente, casos de alteraciones ilusorias puntuales.

Por otra parte, del lado del ensimismamiento introyectivo, la sensación externa llega a la conciencia pero la representación correspondiente opera desconectada del contexto general perceptivo realimentando a la conciencia que interpreta y registra el fenómeno como interioridad “significativa”, como representación que parece “dirigirse” a la interioridad del sujeto de modo directo. En un ejemplo: las luces coloreadas de los semáforos de una gran ciudad, comienzan de pronto, a los ojos de un angustiado peatón, a “enviar” misteriosos códigos y claves. El sujeto, a partir de ese momento, se considera como la única persona capaz de “recibir” y comprender el significado de esos mensajes.

*Los estados alterados proyectados y los estados ensimismados introyectados corresponden a transitorias o permanentes perturbaciones de la conciencia vigílica que mencionamos acá como casos de emplazamientos diametrales en la ubicación del yo. Por lo demás, debemos mencionar también a los estados de alteración y ensimismamiento en el nivel de sueño con imágenes y en el semisueño.*

En Psicología III pasamos revista a numerosos casos de perturbaciones transitorias de conciencia<sup>14</sup>. Se mencionó la situación de alguien que proyecta sus representaciones internas y queda fuertemente sugestionado por ellas, de modo parecido a lo que ocurre en pleno sueño cuando se padece la sugestión de las imágenes oníricas. Se trata de alucinaciones que también ocurren por estados febriles intensos; por acción química (gases, drogas y alcohol); por acción mecánica (giros, respiraciones forzadas, opresión de arterias); por supresión de sentidos externos (cámara de silencio) y por supresión de sentidos internos (ingravidéz en cosmonautas).

Debemos considerar también las perturbaciones accidentales cotidianas. Estas se manifiestan en los cambios de humor súbito, tales como los accesos de cólera y las explosiones de entusiasmo que en mayor o menor medida, nos permiten experimentar el desplazamiento del yo hacia la periferia mientras cae la reversibilidad y el estado se hace más alterado. Observamos lo contrario frente a un peligro súbito, ante el cual el sujeto se contrae o huye tratando de poner distancia entre él y el objeto amenazante. En todo caso, el desplazamiento del yo es hacia la interioridad. También podemos comprobar, en la misma dirección, ciertas conductas infantiles curiosas. En efecto, los niños suelen utilizar juguetes monstruosos con los que “frenan” o “combaten” a otros monstruos que están al acecho, o se acercan en la noche... Y, cuando esa tecnología no da resultado, siempre queda el

recurso de las sábanas que ocultan el cuerpo ante las atroces amenazas. Es claro, en estos casos, que el yo se ensimisma e introyecta.

### □ **La “conciencia inspirada”.**

La conciencia inspirada es una estructura global, capaz de lograr intuiciones inmediatas de la realidad. Por otra parte, es apta para organizar conjuntos de experiencias y para priorizar expresiones que se suelen transmitir a través de la Filosofía, la Ciencia, el Arte y la Mística.

En orden a nuestro desarrollo, podemos preguntar y responder un tanto escolarmente: ¿Es la conciencia inspirada un estado de ensimismamiento o de alteración? ¿Es la conciencia inspirada un estado perturbado, una ruptura de la normalidad, una extrema introyección, o una extrema proyección? Sin duda que la conciencia inspirada es más que un estado, es una estructura global que pasa por diferentes estados y que se puede manifestar en distintos niveles. Además, la conciencia inspirada perturba el funcionamiento de la conciencia habitual y rompe la mecánica de los niveles. Por último, es más que una extrema introyección o una extrema proyección ya que alternativamente se sirve de ellas, en atención a su propósito. Esto último es evidente cuando la conciencia inspirada responde a una intención presente o, en algunos casos, cuando responde a una intención no presente pero que actúa copresentemente.

En la Filosofía no son de importancia los sueños inspiradores, ni las inspiraciones súbitas, sino la intuición directa que aplican algunos pensadores para aprehender las realidades inmediatas del pensamiento sin intermediación del pensar deductivo o discursivo. No se trata de las corrientes "intuicionistas" en Lógica y en Matemáticas, sino de pensadores que privilegian la intuición directa como en el caso de Platón con las Ideas, de Descartes con el pensar claro y distinto, descartando el engaño de los sentidos y de Husserl con las descripciones de las noesis, "en la suspensión del juicio" (epojé)<sup>15</sup>

En la historia de la Ciencia se rescatan ejemplos de inspiraciones súbitas que permitieron avances importantes. El caso más conocido, aunque dudoso, es el de la famosa “caída de la manzana de Newton”<sup>16</sup>. Si así hubiera ocurrido, deberíamos reconocer que la súbita inspiración fue motivada por una lenta pero intensa búsqueda orientada hacia el sistema cósmico y la gravedad de los cuerpos. A modo de ejemplo, podemos tener en cuenta otro caso como el ocurrido al químico Kekulé<sup>17</sup> Éste soñó una noche con varias serpientes entrelazadas que le sirvieron de inspiración para desarrollar las notaciones de la química orgánica. Sin duda que su preocupación constante por formular los enlaces entre sustancias siguió actuando aun en el nivel de sueño paradójal, para tomar la vía de la representación alegórica.

En el Arte hay muchos ejemplos de sueños inspiradores. Tal el caso de Mary Shelley<sup>18</sup>. Ésta había declarado ante sus amigos, que sentía esa “...vacía incapacidad de invención que es la mayor desdicha del autor”, pero esa noche vio en sus sueños al horrendo ser que motivó su novela de “Frankenstein o el Prometeo moderno”. Otro tanto ocurrió con el sueño de R. L. Stevenson<sup>19</sup> que puso en marcha su relato fantástico “El extraño caso del doctor Jekyll y Mr. Hyde”. Por cierto que las inspiraciones vigílicas de escritores y poetas son las más abundantemente conocidas del campo de las artes. Sin embargo, por otros medios hemos llegado a conocer inspiraciones de pintores como Kandinsky<sup>20</sup> que en "Lo espiritual en el arte", describe la necesidad interior que se expresa como inspiración en la obra artística. Artistas plásticos, literatos, músicos, danzarines y actores, han buscado la inspiración tratando de colocarse en ambientes físicos y mentales no habituales. Los diferentes estilos artísticos, que responden a las condiciones epocales, no son simplemente modas o modos de generar, captar e interpretar la obra artística, sino maneras de "disponerse" para recibir y dar impactos sensoriales. Esta "disposición" es la que modula la sensibilidad individual o colectiva y es, por tanto, el predialógico<sup>21</sup> que permite establecer la comunicación estética.

En la Mística encontramos vastos campos de inspiración. Debemos señalar que cuando hablamos de "mística" en general, estamos considerando fenómenos psíquicos de "experiencia de lo sagrado" en sus diversas profundidades y expresiones. Existe una copiosa literatura que da cuenta de los sueños<sup>22</sup>, las "visiones" del semisueño<sup>23</sup>, y las intuiciones vigílicas<sup>24</sup> de los personajes referenciales de religiones, sectas y grupos místicos. Abundan, además, los estados anormales y los *casos extraordinarios de experiencias de lo sagrado que podemos tipificar como Éxtasis o sea, situaciones mentales en que el sujeto queda absorto, deslumbrado dentro de sí y suspendido; como Arrebato, por la agitación emotiva y motriz incontrolable, en la que el sujeto se siente transportado, llevado fuera de sí a otros paisajes mentales, a otros tiempos y espacios; por último, como "Reconocimiento" en que el sujeto cree comprenderlo todo en un instante*. En este punto estamos considerando a la conciencia inspirada en su experiencia de lo sagrado que varía en su modo de estar frente al fenómeno extraordinario, aunque por extensión se han atribuido también esos funcionamientos mentales a los raptos del poeta o del músico, casos en que "lo sagrado" puede no estar presente.

Hemos mencionado estructuras de conciencia a las que llamamos "conciencia inspirada" y las hemos mostrado en grandes campos conocidos como la Filosofía, la Ciencia, el Arte y la Mística. Pero en la vida cotidiana, la conciencia inspirada actúa con frecuencia en las intuiciones o en las inspiraciones de la vigilia, del semisueño y el sueño paradójal. Ejemplos cotidianos de inspiración son los del "pálpito", del enamoramiento, de la comprensión súbita de situaciones complejas y de resolución instantánea de problemas que perturbaron durante mucho tiempo al sujeto. Estos casos no garantizan el acierto, la verdad, o la coincidencia del fenómeno respecto a su objeto, pero los registros de "certeza" que los acompañan, son de gran importancia.



### AUTOLIBERACIÓN

#### **PRÁCTICAS DE TRANSFERENCIA.**

#### **LECCION 7 (o 32 según edición). Transferencia de imágenes.**

Con los sondeos transferenciales (así como con los sondeos catárticos), puede trabajarse en numerosas situaciones de la vida diaria, sin que el sujeto necesite de conocimientos especiales.

Cuando se quiere realizar transferencias profundas, las cosas cambian ya que el sujeto debe tener suficientes datos sobre estos temas. El motivo principal radica en que toda sesión transferencial profunda se cierra con una discusión vigílica entre guía y sujeto, siendo este último quien, en definitiva, interpreta y ordena su propio proceso.

La discusión vigílica exige especiales conocimientos por parte del sujeto, ya que de otro modo las interpretaciones del guía concluirán en la proyección de sus propios contenidos. Además, ocurre un fenómeno posterior: el de la elaboración postransferencial, en el cual el sujeto integra verdaderamente los contenidos movilizados en el trabajo anterior. En esa elaboración, el sujeto debe contar con recursos como para disponer de ellos sin ayuda del guía.

¿En qué casos se apela a la transferencia profunda?

Cuando interesa comprender mecanismos complejos de conciencia.

Cuando se desea superar problemas biográficos que continúan presionando sin resolverse en la situación actual. Cuando se quiere provocar desplazamientos e integraciones de importancia.

¿En qué casos no se apela a la transferencia profunda?

Cuando el sujeto muestra síntomas de anormalidad síquica.

Cuando el sujeto considera al trabajo como un sistema terapéutico.

Cuando el sujeto pretende resolver problemas que deberían estar superados por el ejercicio de prácticas anteriores. Cuando el sujeto se encuentra en la situación previa de resolver problemas catárticamente.

#### **Pasos de la sesión transferencial.**

1º Preparación. Resuelto el interés del sujeto en torno a por qué desea acometer un proceso transferencial, el guía tomará nota de las fallas orgánicas y sensoriales del sujeto, a las que tendrá siempre en cuenta como posibles productoras de señales. En un ambiente adecuado, guía y sujeto se sentarán cómodamente, uno al lado del otro.

Será necesario que la iluminación sea suave y, en lo posible, difusa.

Se pedirá al sujeto un relax completo y profundo.

2º Entrada. Se pedirá al sujeto que proponga un hecho biográfico, un sueño, o una imagen de su interés. Se recomendará la sensación de "caída" (propia de la entrada al sueño, a fin de eliminar las racionalizaciones y permitir el acceso al semisueño asociativo activo), siguiendo a la imagen propuesta.

3º Desarrollo. El guía sugerirá las direcciones del caso, partiendo siempre desde el plano medio y en base a la imagen dada por el sujeto. Allí donde aparezcan resistencias, el guía ayudará a vencerlas del modo ya estudiado. En el desarrollo, seguramente se apelará a las tres técnicas conocidas de niveles, transformismos y expansiones. El guía tomará nota de aquellas resistencias que no han sido vencidas satisfactoriamente en la sesión, o bien que aparecen transformadas en diferentes escenas, mostrando su mismo origen.

4º Salida. Habiendo llegado al punto inicial luego de desandar todos los recorridos del caso, el guía promoverá un clima de reconciliación del sujeto consigo mismo, apelando a imágenes agradables. A partir de ese momento, comenzará a racionalizar progresivamente, hasta que el sujeto recupere su nivel vigílico habitual.

5º Discusión vigílica. Una vez recuperado el sujeto, comenzará la discusión en base al material recogido. El sujeto deberá reconsiderar todo el trabajo efectuado resumiendo las dificultades encontradas, las resistencias y los vencimientos producidos. Allí donde queden puntos olvidados, el guía los destacará.

Sujeto y guía efectuarán una reducción simbólica y una agrupación alegórica, intentando una síntesis interpretativa. Esta síntesis tendrá mayor éxito a lo largo de varias sesiones transferenciales, cuando se tenga material suficiente de todo un proceso. De cualquier manera, será conveniente al finalizar cada sesión, que se produzca la síntesis.

6º Elaboración postransferencial. Terminada la sesión y habiendo acordado los detalles de la próxima, el sujeto quedará sin guía en ese lapso. Será conveniente, entonces, que tenga en cuenta sus sueños nocturnos, sus ensueños cotidianos, sus cambios de enfoque respecto de la problemática interna y sus cambios de conducta. Convendrá que vuelque sus observaciones a escrito y las lleve a las próximas sesiones como material complementario.

7º Conclusión del proceso transferencial. No se puede fijar el número de sesiones necesarias para la conclusión de un proceso. Ello dependerá del tipo de interés manifestado al comienzo por el sujeto. De todas maneras, será evidente la terminación de un proceso cuando en las elaboraciones postransferenciales, el sujeto experimente registros de comprensión y "encaje" de contenidos, hasta ese momento no integrados. Un indicador decisivo será el cambio de conducta respecto de una situación concreta que se deseaba superar.

### **Observaciones.**

En esta forma de transferencia, los temas van coincidiendo con los argumentos. Ello facilita las cosas, ya que al ir modificando los temas de una escena, también se van operando transformaciones de los climas que pudieran ser negativos.

Sucede, a veces, que no puede trasladarse un clima ya que la resistencia es muy grande. Se procederá entonces gradualmente, desde el tema fuertemente asociado a la carga negativa, hacia un tema próximo, a fin de que el segundo cobre las connotaciones del primero (por ejemplo: aparece un pariente vestido de cierta manera, con una determinada actitud y en una escena desagradable. Si la resistencia a los transformismos de esa imagen fuera muy grande, habrá que hacer participar a otra persona y rodearla de los atributos de la primera, a fin de que el clima se transfiera. De la segunda se pasará a una tercera, etcétera.).

Recordemos acá lo dicho anteriormente respecto de la "persuasión" de las resistencias. En primer término, el guía nunca promoverá la irrupción súbita de imágenes que el sujeto experimente como peligrosas. Guiará en sentido opuesto a las resistencias, con prudencia y sin violencias. No dejará desarmado al sujeto frente a imágenes que no pueda sobrellevar. Eludirá la confrontación directa, a favor de persuasiones (o retrocesos), si el clima se hiciera angustiante. Cuando comprenda que no puede resolver una dificultad, postergará el trabajo a las próximas sesiones tomando adecuada nota.

### **Ejercicio de transferencia de imágenes**

Antes de comenzar, se recomienda releer los ejercicios de sondeo transferencial de resistencias y de sondeo y desplazamiento transferencial.

Se efectuará una práctica pedagógica, en la que uno de los presentes será guía y otro sujeto. El

resto de los partícipes tomará notas. La discusión y el aporte final serán conjuntos.

Realizada la práctica, los interesados podrán iniciar por su cuenta (y sólo de a dos personas) un proceso transferencial de varias sesiones. Guía y sujeto cambiarán sus roles, de manera que el dominio de las técnicas por parte de ambos sea equilibrado.

# APUNTES DE PSICOLOGIA

## PSICOLOGÍA IV

### □ Fenómenos accidentales y fenómenos deseados.

La conciencia puede estructurarse en distintas formas variando por acción de estímulos puntuales (internos y externos), o por situaciones complejas que operan de modo no querido, de modo accidental. La conciencia es "tomada"<sup>25</sup> en una situación en que la reversibilidad y la autocrítica quedan prácticamente anuladas. En el caso que nos ocupa, la "inspiración" irrumpe en mecanismos y niveles, actuando a veces, de un modo menos evidente como "trasfondo" de conciencia. Por otra parte, también la angustia, la náusea, el asco y otras configuraciones pueden manifestarse súbitamente o mantenerse como trasfondo mental más o menos prolongado. Ejemplificando: cuando accidentalmente, levanto una piedra y en ella descubro el bullir de minúsculos insectos que pueden pegarse a mi mano, que me pueden invadir, experimento repulsión hacia esa vida informe que me acomete. También registro una sorda aversión cuando percibo algo pegajoso, húmedo y tibio que avanza hacia mí. Pero la reacción inmediata va más allá del reflejo motriz que responde a lo peligroso, ya que me compromete visceralmente provocando un rechazo que puede terminar en el reflejo de asco, en la arcada, en la salivación excesiva de mi boca y en el extraordinario registro de la distancia que se ha "acortado" entre yo y el objeto, o entre yo y la situación asquerosa. Ese acortamiento del espacio en la representación, pone al objeto en un tipo de existencia que le permite "tocarme" e "introducirse" en mí, suscitando la arcada como rito de expulsión desde mi intracuerpo. Es tan poco real el "acercamiento" mencionado, como el reflejo de arcada que le corresponde. Por eso, la relación entre el objeto asqueroso y la respuesta de la arcada toman características propias fuera de los objetos reales en juego. Se convierten en un ritual en el que objeto y acto forman una estructura particular, la estructura del asco. También ocurre esa configuración accidental de conciencia ante un objeto moral o estéticamente repugnante, como es el caso de una novela plagada de ingeniosidad artificiosa, de juegos de palabras, de sensiblería tibia, dulzona y cargada de vitalidad difusa. Todo eso termina provocando la defensa visceral que evita una "invasión" profunda de mi cuerpo. Estas estructuras de conciencia comprometen mi unidad, afectando no solamente ideas, emociones, o reacciones motrices, sino mi totalidad somática.

Creo oportuno hacer aquí una pequeña digresión. Es posible considerar configuraciones de conciencia avanzadas en las que todo tipo de violencia provocará repugnancia con los correlatos somáticos del caso. Tal estructuración de conciencia no violenta podría llegar a instalarse en las sociedades como una conquista cultural profunda. Esto iría más allá de las ideas o de las emociones que débilmente se manifiestan en las sociedades actuales, para comenzar a formar parte del entramado psicosomático y psicosocial del ser humano.

Volviendo a nuestro cauce. Hemos reconocido estructuras de conciencia que se configuran accidentalmente. También observamos que ocurren configuraciones que responden a deseos, o a planes de quien se "pone" en una particular situación mental para hacer surgir el fenómeno. Desde luego, tal cosa a veces funciona y a veces no, como ocurre con el deseo de inspiración artística, o con el deseo de enamoramiento. La conciencia inspirada, o mejor aún, la conciencia dispuesta a lograr inspiración se muestra en la Filosofía, en la Ciencia, en el Arte, y también en la vida cotidiana con ejemplos variados y sugestivos. Sin embargo, es en la Mística especialmente donde la búsqueda de inspiración ha hecho surgir prácticas y sistemas psicológicos que han tenido y tienen desparejo nivel de desarrollo.

Reconocemos a las técnicas de "trance"<sup>26</sup> como pertenecientes a la arqueología de la inspiración mística. Así, al trance lo encontramos en las formas más antiguas de la magia y la religión. Para

provocarlo, los pueblos han apelado a la preparación de bebidas<sup>27</sup> de vegetales más o menos tóxicos y a la aspiración de humos y vapores<sup>28</sup>. Otras técnicas más elaboradas, en el sentido de permitir al sujeto controlar y hacer progresar su experiencia mística, se han ido depurando a lo largo del tiempo. Las danzas rituales, las ceremonias repetitivas y agotadoras, los ayunos, las oraciones, los ejercicios de concentración y meditación han tenido considerable evolución.

## □ **El desplazamiento del yo. La suspensión del yo.**

La sibila de Cumas, no queriendo ser tomada por la terrible inspiración se desespera y retorciéndose, grita: "¡Ya viene, ya viene el dios!". Y al dios Apolo le cuesta poco bajar desde su bosquecillo sagrado hasta el antro profundo, en donde se apodera de la profetiza<sup>29</sup>. En este caso y en diferentes culturas, la entrada al trance ocurre por interiorización del yo y por una exaltación emotiva en la que está copresente la imagen de un dios, o de una fuerza, o de un espíritu, que toma y suplanta la personalidad humana. En los casos de trance, el sujeto se pone a disposición de esa inspiración que le permite captar realidades y ejercitar poderes desconocidos para él en la vida cotidiana<sup>30</sup>. Sin embargo, leemos a menudo que el sujeto hace resistencia y hasta lucha con un espíritu o un dios tratando de evitar el arrebató en unas convulsiones que hacen recordar a la epilepsia, pero eso es parte de un ritual que afirma el poder de la entidad que doblega la voluntad normal<sup>31</sup>.

En Centroamérica, el culto del Vudú haitiano<sup>32</sup> nos permite comprender técnicas de trance que se realizan con danzas apoyadas con pócimas producidas en base a un pez tóxico<sup>33</sup>. En Brasil, la Macumba<sup>34</sup> nos muestra otras variantes místicas del trance logradas mediante danzas y apoyadas con una bebida alcohólica y tabaco.

No todos los casos de trance son tan vistosos como los citados. Algunas técnicas indias, las de los "yantras", permiten llegar al trance por interiorización de triángulos cada vez más pequeños en una figura geométrica compleja que ocasionalmente, termina en un punto central. También, en la técnica de los "mantrams", por repetición de un sonido profundo que el sujeto va profiriendo, se llega al ensimismamiento. En esas contemplaciones visuales o auditivas, muchos practicantes occidentales no tienen éxito porque no se preparan afectivamente limitándose a repetir figuras o sonidos sin interiorizarlos con la fuerza emotiva o devocional que se requiere para que la representación cenestésica acompañe al estrechamiento de la atención. Estos ejercicios se repiten tantas veces como sea necesario hasta que el practicante experimente la sustitución de su personalidad y la inspiración se haga plena.

El desplazamiento del yo y la sustitución por otras entidades pueden ser verificados en los cultos mencionados y hasta en las más recientes corrientes Espíritas. En estas, el "médium" en trance es tomado por una entidad espiritual que sustituye a su personalidad habitual.

No ocurre algo tan diferente con el trance hipnótico cuando el sujeto interioriza profundamente las sugerencias del operador, llevando la representación de la voz al "lugar" que normalmente ocupa el yo habitual. Desde luego, para ser "tomado" por el operador, el sujeto debe ponerse en un estado receptivo de "fe" y seguir sin dudar las instrucciones recibidas<sup>35</sup>. Este punto muestra una característica importante de la conciencia. Estamos diciendo que mientras se realiza una operación vigílica atenta, aparecen ensueños que a veces pasan inadvertidos o terminan por desviar la dirección de los actos mentales que se llevaban a cabo. El campo de copresencia actúa siempre aunque los objetos de conciencia presentes se muestren en el foco atencional. La gran cantidad de actos automáticos que se realizan en vigilia muestra esta aptitud de la conciencia para realizar diferentes trabajos simultáneos. Ciertamente, la disociación puede alcanzar cotas patológicas pero también se puede manifestar con fuerza en casi todos los fenómenos de inspiración. Por otra parte, el desplazamiento del yo puede no ser completo en el trance espírita o la hipnosis, como se comprueba en la llamada "escritura automática" que se efectúa sin tropiezos aunque la atención del sujeto esté puesta en el

diálogo o en otras actividades. Con frecuencia, encontramos esta disociación en la “criptografía” en que la mano dibuja mientras el sujeto desarrolla una conversación telefónica muy concentrada.

Avanzando hacia el ensimismamiento, podemos llegar a un punto en que los automatismos queden superados y ya no se trate de desplazamientos ni sustituciones del yo. Tenemos a mano el ejemplo que nos da la práctica de la “oración del corazón” realizada por los monjes ortodoxos del monte Athos<sup>36</sup>. La recomendación de Evagrio Pontico<sup>37</sup>, resulta muy adecuada para eludir la representaciones (por lo menos las de los sentidos externos): “No imagines la divinidad en ti cuando oras, ni dejes que tu inteligencia acepte la impresión de una forma cualquiera; mantente inmaterial y tú comprenderás”. En grandes trazos, la oración funciona así: el practicante en retiro silencioso se concentra en su corazón y tomando una frase corta inhala suavemente llevando la frase con el aire hasta el corazón. Cuando ha terminado la inhalación, “presiona” para que llegue más adentro. Después va exhalando muy suavemente el aire viciado sin perder la atención en el corazón. Esta práctica era repetida por los monjes muchas veces al día hasta que aparecían algunos indicadores de progreso como la “iluminación” (del espacio de representación). Siendo precisos, hemos de admitir el pasaje por el estado de trance en algún momento de las repeticiones de las oraciones usadas. El pasaje por el trance no es muy diferente al que se produce en los trabajos con los yantras o mantrams, pero como en la práctica de la “oración del corazón”, no se tiene la intención de ser “tomado” por entidades que reemplacen la propia personalidad, el practicante termina superando el trance y “suspendiendo” la actividad del yo. En este sentido, en las prácticas del Yoga se puede pasar también por distintos tipos y niveles de trance, pero se debe tener en cuenta lo que nos dice Patanjali<sup>38</sup> en el Sutra II del Libro I: “El yoga aspira a la liberación de las perturbaciones de la mente”, La dirección que lleva ese sistema de prácticas va hacia la superación del yo habitual, de los trances y de las disociaciones. En el ensimismamiento avanzado, fuera de todo trance y en plena vigilia se produce esa “suspensión del yo” de la que tenemos indicadores suficientes. Es evidente que ya desde el principio de su práctica, el sujeto se orienta hacia la desaparición de sus “ruidos” de conciencia amortiguando las percepciones externas, las representaciones, los recuerdos y las expectativas. Algunas prácticas del yoga<sup>39</sup> permiten aquietar la mente y colocar al yo en estado de suspensión durante un breve lapso.

### AUTOLIBERACIÓN

#### **PRACTICAS DE TRANSFERENCIA.**

#### **LECCION 8 (o 33 según edición). Transferencia de climas**

En relajación se trabajó convirtiendo imágenes cotidianas tensas e imágenes biográficas. Fue una tarea adecuada para aquel nivel. De un modo limitado, allí estaba planteado el trabajo transferencial en el sentido de disociar climas negativos referidos a ciertas imágenes, tratando ulteriormente de positivizar las emociones.

Cuando hablamos de transferencia de climas, nos estamos refiriendo a una forma particular de trabajo que es necesario acometer siempre que en un sujeto no se pueda disociar una imagen de un clima, ni se pueda transferir esa carga a otros contenidos, ni se la pueda positivizar, por cuanto existe solamente el clima pero sin referencia a temas o argumentos visualizables.

Si un sujeto experimenta un clima negativo ligado a temas biográficos, cotidianos o aún imaginarios, la transferencia de imágenes rendirá sus mejores frutos ya que, teniendo imágenes por base, será relativamente fácil de conducir el traslado de cargas. Pero, ¿qué sucede cuando alguien experimenta un clima de depresión, o temor, o inseguridad, o angustia en general? ¿Qué pasa cuando no hay una fobia referida a objetos precisos; una imagen obsesiva definida; una compulsión hacia objetos o hechos ciertos, sino una desazón profunda, general y difusa?

Respondemos a esas preguntas diciendo que estamos en presencia de climas sin imágenes visuales (ya que sin duda operan imágenes cenestésicas, kinestésicas y de diferentes sentidos externos), y que estamos en condiciones de transferir, modificar e integrar, únicamente si logramos asociarlos con imágenes previas. Esa es la tarea que se emprende en la transferencia de climas.

#### **Requisitos.**

Si fuera el caso de un sujeto que experimenta un clima pesado (no ocasional), negativo y difuso, antes de proceder con las sesiones transferenciales, será importante saber si existen fallas orgánicas que puedan afectarlo de un modo general (por ejemplo: fallas glandulares, circulatorias, etcétera.).

Son muchos los casos en los que la falla que produce tales climas es netamente física y, de ningún modo, síquica. El tratamiento médico, al corregir el problema, puede solucionar la dificultad. Los problemas físicos producen impulsos difusos como los mencionados más arriba y también imágenes que, en las transferencias normales, aparecen repitiéndose deformadamente, pero en "lugares" idénticos del espacio de representación.

Si bien la dificultad física no puede corregirse por medios transferenciales, el sujeto puede llegar a redimensionar el problema, a enfocarlo de un modo nuevo y, por último, a integrarlo, si es que no hubiera solución médica para su situación.

Es, pues, un requisito importante (ya mencionado anteriormente), que el sujeto sometido a la presión de esos climas difusos determinantes, apele al examen médico.

Otro requisito consiste en que trate de encontrar su origen en el tiempo (para lo cual podrá recurrir a su material autobiográfico, producido anteriormente). Detectado el comienzo del problema, el guía podrá orientarse mejor en el proceso.

Por último, es requisito saber si el sujeto no puede asociar esos climas a imágenes visuales en razón de que no trabaja con ellas. En tal caso, se podrá apelar a la transferencia de climas, pero el

sujeto hará por su cuenta las prácticas recomendadas en su momento para corregir el defecto.

### **Tratamiento de los climas sin imágenes visuales.**

Paso 1º Preparación. Del mismo modo que en la transferencia de imágenes.

Paso 2º Entrada. Del mismo modo que en la transferencia de imágenes, sólo que buscando el clima que se desea adherir. A continuación se pedirá al sujeto que busque situaciones biográficas o ficticias en las que el clima "encaje" adecuadamente y sin sensación de artificiosidad. Luego, el sujeto tratará de "encajar" el clima en otras imágenes, buscando siempre la ligazón óptima.

Toda la sesión podría estar ocupada con ese trabajo, sin lograrse buenos resultados. En tal caso, se realizará en sesiones siguientes nuevamente la preparación y la entrada, hasta que se encuentre un buen "encaje". Independientemente del número de sesiones invertidas en el "encaje", una vez logrado se pedirá al sujeto que perfeccione las imágenes hasta que el clima cobre toda su fuerza sugestiva.

No se seguirá adelante hasta tanto el clima quede fuertemente adherido a temas y argumentos precisos. La etapa de asociación del clima a las imágenes estará completada cuando el sujeto al concentrarse en la escena obtenga registros "verdaderos" del clima en cuestión.

A menudo, en el intento repetido de adecuar imágenes al clima difuso, el sujeto recuerda la escena que realmente marcó el comienzo del problema. En tales casos, se trabaja siguiendo los pasos de la transferencia de imágenes.

Logrados el "encaje" y la fuerte asociación, ya se puede continuar con los siguientes pasos, que son los mismos de la transferencia de imágenes.

### **Observaciones.**

A fuerza de trabajar con un clima y de reforzar su registro, el sujeto puede desencadenar una abreacción catártica que baje el potencial necesario para la asociación con una imagen dada. Se dejará, de todas maneras, que se produzca la descarga con plenitud suspendiendo posteriormente la sesión. Está claro que se habrá ganado en el alivio de tensiones, pero será necesario sacar consecuencias de tal hecho, en diálogo con el sujeto.

Es importante para el guía obtener algunos datos biográficos del sujeto y, en lo posible, material de ensueños, sueños y alegorizaciones, para que la orientación sea más fácil.

A veces, el clima difuso está confundido con tensiones permanentes, diferentes a las que dan origen al mismo, pero que impiden que el sujeto entre en el nivel de semisueño activo necesario. Considerando tal posibilidad, puede intentarse un sondeo catártico de realimentación. Puede ocurrir, por ejemplo que producida una catarsis, el clima cese de operar o se manifieste con las imágenes correspondientes que, habitualmente, se encontraban amortiguadas por el sistema de tensiones permanentes.

### **Ejercicio de transferencia de climas.**

Se efectuará una práctica pedagógica en la que alguno de los presentes pueda disponer de un clima difuso, aún cuando no sea de gran importancia, a los efectos de trabajar en el "encaje" y asociación a imágenes.

El trabajo posterior entre dos personas estará dependiendo de que se presente el caso en que exista un clima negativo decisivo, sin imágenes. De manera que no se procederá artificialmente con sujetos cuyos climas estén referidos a imágenes definidas.

### **Ejercicio de transferencia negativa.**

Un trabajo muy útil que pueden realizar los interesados, es el de asociar un clima inhibitorio a la imagen de un hábito nocivo (uso de tabaco, alcohol, etcétera.).



Primeramente el guía procederá hasta que el sujeto logre una buena imagen de sí mismo, realizando el acto habitual nocivo. Inmediatamente se evocará una imagen que produzca un clima inhibitorio (por ejemplo, algo repugnante), haciéndola entrar en la primera escena. Se cuidará que las imágenes que ahora configuran esa escena compleja, se relacionen del modo más estrecho posible.

Se trabajará posteriormente en producir el traslado y "encaje" del clima inhibitorio en la imagen del hábito nocivo. Será necesario repetir varias sesiones, hasta que al evocar la imagen del hábito nocivo surja fuertemente asociado a él, el clima inhibitorio.

Para acelerar el proceso de "encaje" y asociación, el sujeto podrá repetir por su cuenta y varias veces al día, todo el trabajo, hasta la próxima sesión. Si se actúa con ese sistema de refuerzo, bastará con dos o tres sesiones solamente para obtener la transferencia negativa.

Si al evocar el hábito en cuestión, el sujeto experimenta el fuerte clima inhibitorio, entonces el guía le solicitará el abandono definitivo del hábito a partir de ese momento.

Esa técnica obtendrá excelentes resultados, siempre que:

- 1º el sujeto tenga buenas y claras razones para intentar el abandono del hábito;
  - 2º desee verdaderamente desembarazarse de él como asunto de importancia vital;
  - 3º la propuesta sea definitiva. O sea, no de abandono gradual, escalonado, o con plazo tentativo.
- Será conveniente, en las sesiones de transferencia negativa, respetar los pasos 1 y 2 de toda transferencia profunda.

### AUTOLIBERACIÓN

#### **PRACTICAS DE TRANSFERENCIA.**

#### **LECCION 9 (o 34 según edición). Elaboración post-transferencial**

En otras lecciones se comentaron los pasos de la elaboración postransferencial y de conclusión del proceso transferencial, teniendo en cuenta determinados indicadores. Tales eran el cambio de enfoque del sujeto respecto de sus problemas, la modificación positiva de la conducta referida a situaciones concretas y los registros de comprensión y "encaje" de contenidos hasta ese momento no integrados.

Existen otros muchos indicadores de que el proceso transferencial ha podido cumplirse exitosamente, pero, desde luego, que ellos deberán estar en función de la propuesta inicial del sujeto. Así, si el interés expreso fue el de adquirir técnicas o mayores conocimientos sobre el trabajo de la conciencia, parece extraño que tenga que producirse un cambio de conducta como consecuencia de ese trabajo transferencial.

Otro tanto puede decirse del que se interesa por desfijar y trasladar un determinado clima y espera, posteriormente, consecuencias no formuladas al guía, de tal manera que éste resulta ajeno a sus expectativas y no puede conducir el proceso adecuadamente.

No obstante lo anterior, será bueno aclarar que si bien el guía se irá orientando al tener en cuenta los intereses formulados por el sujeto, también lo hará en base a los indicadores de resistencia y, por este hecho, podrán producirse descargas y desplazamientos no previstos que pueden llegar a modificar el planteo inicial.

La elaboración postransferencial, del mismo modo que la sesión transferencial, pueden producir una integración y reordenamiento en cadena, y el proceso continuar desarrollándose bastante tiempo después de concluido el trabajo guiado. En tal caso, el sujeto experimentará que "algo" sigue cambiando en él.

A veces se integran contenidos fijados a etapas muy antiguas de la biografía, no en las sesiones, sino después, en el proceso postransferencial. Imaginemos a una persona adulta en la que reconocemos rasgos infantiles muy marcados. Esa persona termina un proceso habiendo realizado modificaciones de cierta importancia. Pero en cuanto a los rasgos anotados, no observamos ningún cambio. Poco a poco, sin embargo, empezamos a observar que el sujeto va omitiendo aquellas características y en su reemplazo comienzan a aparecer roles cada vez más maduros, propios de su edad. Ese tipo de caso ocurre con frecuencia, aunque tiempo después de haber concluido con las sesiones.

Un fenómeno curioso puede ocurrir en el momento en que por acción del proceso postransferencial se acelere el desgaste del núcleo de ensueño y se transfiera su energía en otra dirección. De todas maneras, el cambio radical que habrá de operarse será positivo, por cuanto marchará en la línea progresiva de la integración de contenidos.

#### **Recomendación.**

Reléase todas las lecciones referidas a transferencia y efectúense los ejercicios que fueron trabajados incorrectamente.

