

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"²⁵ 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 comprometo 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"²⁶ 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 bebidas²⁷ de vegetales más o menos tóxicos y a la aspiración de humos y vapores²⁸. 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 profetiza²⁹. 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 cotidiana³⁰. 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 normal³¹.

En Centroamérica, el culto del Vudú haitiano³² nos permite comprender técnicas de trance que se realizan con danzas apoyadas con pócimas producidas en base a un pez tóxico³³. En Brasil, la Macumba³⁴ 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 recibidas³⁵ 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 Athos³⁶. La recomendación de Evagrio Pontico³⁷, 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 Patanjali³⁸ 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 yoga³⁹ permiten aquietar la mente y colocar al yo en estado de suspensión durante un breve lapso.

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 mónada¹⁰ sino porque la conciencia, ya en su origen, se constituye desde, en y para el mundo.*