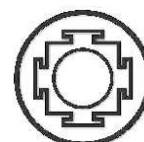


ACERCA DE LA CONCIENCIA

Síntesis de experiencias y comprensiones

Victor Piccininni
vpiccininni@gmail.com

Centro de Estudio
Parques de Estudio y Reflexión La Reja
Febrero 2022



ÍNDICE

Introducción	3
I. ¿Qué es la conciencia humana?	4
II. Conciencia y atención	5
III. Registros de la conciencia	6
IV. Conciencia y miradas	7
V. La conciencia y el “yo”	8
VI. Conciencia y niveles de funcionamiento	9
VII. La conciencia y su movilidad	11
VIII. Conciencia y temporalidad	12
IX. Conciencia y silencio	14
X. Conciencia y conciencia objetiva	15
XI. Conciencia. Evolución, Plan y Destino	16
XII. Síntesis final	17
Bibliografía de referencia	18

Introducción

Este escrito trata sobre la **conciencia humana**.

“**Acerca de la conciencia**” es una mirada de la (mi) conciencia sobre sí misma. Es un intento de reflexión y búsqueda de respuestas a preguntas que sobre ella fueron surgiendo a medida que la meditación y el trabajo interno fueron avanzando:

¿Qué es la conciencia?, ¿cómo se relaciona con el mundo?, ¿hacia dónde va?

Necesidad de responder a interrogantes en torno a su existencia, su funcionamiento, su origen, su proceso, su relación con otros fenómenos de la interioridad y exterioridad humana, y sus posibilidades futuras de crecimiento y evolución.

En la vasta obra de **Silo**, las explicaciones y prácticas sobre la conciencia y su funcionamiento están amplia y magistralmente desarrolladas. Este trabajo está basado en estas enseñanzas y en el intento de internalizar las mismas mediante la reflexión, el estudio siempre complementado con el ejercicio y la experiencia inmediata de lo estudiado, y la práctica sostenida.

Es, desde este punto de vista, una síntesis personal de comprensiones y experiencias.

I

¿Qué es la conciencia humana?

No es un objeto. No es un órgano físico. No es solamente un espacio mental.

No es el intelecto¹, no es el “yo”², ni es el alma³, aunque muchos la nombren con alguno de estos términos o la confundan con ellos.

¿Qué es?...

Es la estructura-de-coordinación del psiquismo humano en permanente intento de adaptación, crecimiento y evolución. Es interna y psico-física. Coordina nuestro pensar, nuestro sentir y nuestro hacer.

Es búsqueda y tendencia hacia algo. Es reflexión, es intento. Es intencionalidad.

Es fundamentalmente la posibilidad personal del “darse cuenta”.

No existe aisladamente como “conciencia” ya que siempre es una estructura en funcionamiento y movimiento que *tiende* hacia algo, **es siempre “conciencia de...”**.

*La conciencia es la estructura capaz de percibir, estructurar, coordinar y crear que tienen las diferentes especies vivas en sus diferentes grados de evolución y de adaptación al mundo. **Llega a su grado más alto en el ser-humano-consciente que impulsa su crecimiento y evolución.***

¹ **Intelecto/centro intelectual:** uno de los Centros de Respuesta del psiquismo humano responsable de las actividades abstractivas y reflexivas (Psicología del Nuevo Humanismo. *Silo, Apuntes de Psicología*)

² **Yo o “yo-psicológico”.** Psicología del Nuevo Humanismo: epifenómeno de la conciencia humana. Sumatoria de los datos de sentidos y los datos de memoria, más una peculiar configuración que otorgan a la conciencia la ilusión de identidad y permanencia no obstante los continuos cambios que en ella se verifican. *Esa configuración ilusoria de identidad y permanencia es el yo (Silo, Apuntes de Psicología).*

³ **Alma:** también denominada “doble o doble-energético”. Energía psicofísica o campo energético que rodea y tiene como base al cuerpo humano y a cada uno de los órganos vitales y células. Con la disolución del cuerpo puede dispersarse si es que no ha logrado un “centro de gravedad” que le otorgue “unidad”, o puede trascender la muerte física si ha logrado unidad dando lugar a la formación del espíritu.

II

Conciencia y atención

La atención y el interés son los mecanismos y herramientas fundamentales de la conciencia. No hay conciencia sin atención (que pueda experimentarse)⁴, y no hay atención sin conciencia. Cuando un interés y un propósito las acompañan, su fortaleza de acción se multiplica.

El crecimiento y evolución de la atención en el ser humano sintetiza la capacidad y fortaleza de su conciencia para diferenciarse por sobre otras especies.

Fue primero atención a su cuerpo y al mundo externo para cuidar su supervivencia. Creció su atención y no huyó frente al fuego. Lo cuidó y lo multiplicó para hacer crecer su vida. Creció su atención, y pudo recordar, proyectar y comunicar. Creció su atención y pudo explorar su propia interioridad y también la exterioridad, llegando a explorar sus propias células y al mismo tiempo lanzó su vuelo hacia las lejanas estrellas.

Hay diferentes grados y tipos de atención y ello nos permite hablar también de diferentes grados o niveles de conciencia.

Conciencia, interés y atención son términos inseparables y son también síntesis de la mayor potencialidad humana.

Hacer crecer y perfeccionar la atención, y pulir el interés, se convierten en verdaderos secretos para impulsar a la conciencia hacia su Destino.

⁴ “Conciencia sin atención”: podría referirse al momento del sueño profundo sin imágenes, situación de la cual no tenemos registro que nos permita afirmar o negar lo que allí sucede, salvo que gracias a *intuiciones o interpretaciones* posteriores, ya en el nivel de semi-sueño o vigilia, podamos arriesgar una interpretación personal de lo sucedido.

III

Registros de la conciencia

¿Cómo se registra la conciencia a sí-misma?

Por su propia tendencia e interés, en algún momento, la conciencia tiende a observarse a sí misma y allí vuelve su mirada hacia la interioridad. Atiende y reconoce sus propias operaciones, sus recuerdos, su imaginación, sus percepciones, sus errores e ilusiones y también sus posibilidades.

¿Dónde se registra?

En la interioridad de su propio espacio mental (espacio de representación). Cuando profundiza la mirada desde los límites del aparato visual hacia su interioridad, como yendo hacia el interior de la cabeza.

El funcionamiento de la conciencia se registra en las zonas superiores del espacio de representación, aquellas que corresponden con la ubicación del cerebro y más precisamente, en esa línea o franja espacial, que va desde los ojos hacia el interior de nuestro cuerpo, llegando hasta la nuca (eje Z).

El registro de la conciencia es entonces la experiencia de un “punto de observación” (un observador) que puede desplazarse en ese eje Z desde los límites externos de los ojos, hacia el interior, hasta los límites externos de la nuca. Desde ese punto interno de observación la conciencia atiende los fenómenos (externos e internos) que son de su interés.

IV

Conciencia y miradas

La conciencia suele actuar en el mundo confundida (identificada) con lo que denominamos “yo” (psicológico) o “personalidad”⁵. Cuando esto sucede la “mirada” se externaliza e ilusoriamente cree que lo que sucede y lo observado constituyen la verdadera y única realidad.

Conciencia y yo confundidos e identificados uno con el otro.

Allí nace la ingenua afirmación que dice: “Yo soy.... Tú eres...”.

Allí nace la ilusión de la separatividad y de la materialidad como únicas realidades existentes.

Allí reina la ingenuidad, las creencias, la mirada externa, la linealidad de tiempo (pasado-presente-futuro) y las opiniones e interpretaciones más diversas. Estamos en el comportamiento de la vigilia habitual.

¿Cómo separar y diferenciar a la conciencia del “yo”?

¿Qué diferencia a una del otro?

¿Cómo despejar la mirada sobre uno-mismo y los demás?

¿Cómo salir de la confusión habitual?

Estas preguntas y reflexiones, lanzadas por la conciencia al interior de sí-misma (de uno-mismo), constituyen un buen comienzo para el despertar.

⁵ “Yo” (yo-psicológico). Psicología del Nuevo Humanismo: ...”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” (Silo. Apuntes e Psicología).

V

La conciencia y el “yo”

El *yo-psicológico* (“yo”) es básicamente una sumatoria de representaciones (visuales, auditivas, cenestésicas).

La conciencia es capacidad de coordinación, estructuración y del “darse cuenta”.

El “yo” es epifenómeno creado por la conciencia en su necesidad de creciente adaptación al mundo que la rodea. Este “yo”, como sumatoria de percepciones y representaciones se modifica instante tras instante, sin embargo, la conciencia en su cotidiano accionar lo va dotando también de “permanencia”.

En este andar evolutivo, la conciencia se confunde e identifica con el “yo”. La conciencia *cree* que es el “yo”. En esa confusión, el “yo” termina cobrando identidad y permanencia para la conciencia, generando lo que se denomina “yo-atención”⁶. Allí reside la raíz del sufrimiento mental: “la conciencia confundida creyendo que el “yo-psicológico” es su verdadera y permanente identidad”.

Una conciencia que logre salir de esa confusión atisba a vislumbrar una salida al sufrimiento mental.

Separar y diferenciar la conciencia del “yo” es un gran paso para continuar creciendo. Una reflexión simple y profunda fortalece esta senda:

¿Quién soy... verdaderamente?

⁶ “yo-atención”: denominación dada por Silo a la actividad de atender cuando la conciencia y el yo están superpuestos.

“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”. (Silo. Apuntes de Psicología)

VI

Conciencia y niveles de funcionamiento

Sueño

Mientras duermo (en el sueño paradójal) la conciencia “juega” con las vivencias y experiencias que se fueron grabando en la memoria, y lo hace, sin reversibilidad hacia sí-misma. Con los sueños más diversos intenta integrar y ordenar los contenidos de su vasto mundo interno. Por momentos lo intenta, lo logra y avanza. Por momentos no, se registra la tensión y se sobre-salta.

Nada en el ser humano puede ser catalogado como in-consciente. Si así fuese estaríamos hablando de un fenómeno, lugar, objeto o acontecimiento que no existe, ya que nada de lo que se registra como existente (física, mental o emocionalmente) es ajeno a la conciencia.

A veces, muy esporádicamente, surge una inquietante pregunta en mi interior:

¿Estará también la conciencia, en ese sueño profundo, tomando contacto y traduciendo otros mundos y otras realidades no habituales que intuyo pero que desconozco?

Semi-sueño

Cuando estoy despierto (pero ensoñando), la conciencia “cree” que es quién no-es (el *yo-psicológico*). Confunde y mezcla las miradas. Confunde lo externo con lo interno, lo interno con lo externo. Se ofusca, se alegra, se entristece, se ilusiona... oscila, pero siempre confundida.

Vigilia y despertar

Explorando y creciendo en sus posibilidades, la conciencia puede preguntarse y buscarse a sí-misma. Observarse a sí-misma. Observar su funcionamiento, sus limitaciones y sus posibilidades. Hay aquí la “conciencia de la conciencia”. Estamos en la conciencia-de-sí.

Nuevas “realidades” se despliegan ante ella. Es el momento del “darse cuenta” de sus propias confusiones, de sus mezclas de miradas. Pero también descubre sus capacidades, su fuerza interna y externa, su propia existencia y su **presencia**.

Aparecen nuevas y diversas preguntas. Aparecen en el horizonte nuevos y subyugantes “misterios”...

Conciencia y niveles. Sueños, semi-sueños, vigiliias, conciencia-de-sí y mayores comprensiones. Certezas y confusiones, ascensos y descensos. No hay nada lineal. Sin embargo, en particulares momentos, surge desde la conciencia misma una reflexión profunda, sinónimo de esperanzas:

*“Lo más importante no es la oscilación, tampoco la confusión. Lo realmente importante es darme cuenta de la existencia, presencia y evolución de mi conciencia... **¡Lo realmente importante es saber hacia dónde voy!**”*

VII

La conciencia y su movilidad

La conciencia “observa” aquello que despierta su interés desde algún lugar del espacio interno. A ese lugar lo llamamos *punto de observación*.

Puede también, intencional o situacionalmente, moverse en ese mismo espacio yendo hacia la profundidad de sí-misma (la interioridad) o hacia “afuera” (la exterioridad)⁷.

Hacia la profundidad, se encuentra, primero con sus propios contenidos (recuerdos, imágenes, necesidades, ensueños). Si continua aún más podrá encontrarse con zonas de silencio y de significados no habituales. Intenta apresar y traducir estos nuevos y no-habituales contenidos, pero no logra comprender.

Si la dirección es hacia “afuera”, la conciencia se externaliza y tiende a confundirse con el mundo de las otras personas, de las cosas y objetos.

Cuando pierde perspectiva, hacia adentro o hacia afuera, llega la *identificación* y aumenta el deseo, el apego, la compensación y la posesión. Aquí está el origen del temor, del sufrimiento mental y de la violencia.

Cuando mantiene o amplía la perspectiva, hacia adentro o hacia afuera, re-descubre paisajes, re-significa situaciones y comprende. Crece el registro de libertad.

Moverse en el espacio, hacia adentro y hacia afuera, mantener la perspectiva, “mirar” con distancia y suavidad. Así la conciencia va ganando en libertad.

⁷ Interioridad y exterioridad, adentro y afuera, están presentados aquí no como realidades absolutas sino como *direcciones* hacia las cuales orienta la conciencia su atención y que tienen como límite de ambos espacios al propio cuerpo.

VIII

Conciencia y temporalidad

¿Existe el pasado?... ¿Existe el futuro? ¿O sólo existe el continuo fluir de un presente inapresable?

*Cuando menciono el ayer, hablo de algo que ya no existe.
Si menciono el mañana, hablo de algo que quizás sea,
Pero que todavía no es, tampoco existe...*

*Y el presente, tan infinitamente pequeño,
Es solo instante que se capta.
Pero se va, y ya no está... ya no existe.*

*En este juego de ilusiones,
Oh Tiempo!, Si eres, ¿quién eres? Si estás, ¿dónde estás?⁸*

En su permanente y extraordinaria evolución, la conciencia aprendió a jugar con el Tiempo.

Puede futurizar desde un pasado actualizado. Puede recordar desde un hipotético futuro, todavía inexistente. Puede recordar aquello que imaginó y que luego nunca existió. Hasta puede imaginar cómo quisiera que otros lo recuerden sin siquiera saber si aquello existe en esa memoria. Pero todos estos ejemplos, se dan siempre como “presente”. La única experiencia posible es aquella que se registra y ello habla del “presente”. El registro de un pasado que se evoca, o de un futuro que se imagina, se dan siempre como experiencia *presente*.

Cuando digo “yo recuerdo” o “yo imagino”, puedo creer, ilusoriamente, que estoy en el pasado o en el futuro. Sin embargo, aquello que experimento “ahora” me habla de un *presente* permanentemente en movimiento.

⁸ La Experiencia del Tiempo”, Piccininni V., Centro de Estudios – Parque de E. y R. La Reja (2011).

Por todo esto decimos: *“la conciencia humana juega con los tiempos en el permanente fluir de un presente inapresable”*.

Así, la experiencia en la conciencia se da como combinación, mezcla y movimiento de tiempos y paisajes. La conciencia es entonces síntesis, es “mixtión de mundos y temporalidades”.

En ese juego, en ese constante fluir, a veces, la conciencia puede llegar a captar y “detener” ese *presente inapresable*. Allí, en ese *instante*, se modifican las reglas del *juego*, surge la *poesía* y ella experimenta lo que se denomina *“sublime-eternidad”*.

*Este camino
nadie ya lo recorre,
salvo el crepúsculo.*⁹



⁹ *Haiku japonés*. Basho (1644-1694): uno de los grandes poetas japoneses, considerado el “padre del haiku”. Basho consideraba al Haiku como una ascesis al Zen, como la posibilidad de *captar la eternidad en el instante*.

IX

Conciencia y silencio

¿Podrá la conciencia silenciarse, o sólo podremos silenciar el yo? ¿Qué sucederá entonces?

La suspensión y el silencio del yo es el primer paso. Es en realidad silenciar la “conciencia del yo”.

Silenciar la conciencia del yo implica trascender la forma habitual de estructuración que tiene la conciencia. Se trata de silenciar las sensaciones físicas, suavizar las emociones y des-atender a las formas y representaciones mentales, aún las más sutiles.

Entonces, el *vacío* surge como registro y sensación. Es la estructura que intenta des-estructurarse. Es la conciencia que está allí en el vacío, que lanza su “acto”, sin “objeto” (el yo) que lo complete.

La energía que flota y no busca completarse con objeto alguno.

Compruebo que hay registros y experiencias, sutiles sensaciones recorren mi cuerpo. ¡Entonces hay conciencia... pero “*de qué*”! Es el vacío, pero no es la nada. ¿Qué es?

El centro de los trabajos superiores de la mente es acerca y sobre la conciencia, no sobre el yo.

X

Conciencia y conciencia objetiva

En el trabajo de la conciencia sobre sí misma, ésta puede ir hacia la interioridad y descubrirse a sí misma, diferenciarse del yo y descubrir la profundidad y riqueza del mundo interno.

También desde la interioridad puede ir hacia la exterioridad (mundo externo). Ese “ir” hacia el mundo externo lo puede hacer identificada con el yo, y su observación será la de una vigilia habitual, sintiendo al mundo como “separado” de ella, o puede ir ganando cierto grado de liberación de los registros y ataduras del yo, observando desde la profundidad y reconociéndose a sí-misma como parte del mundo que percibe.

Reconocerá que ese mundo externo, así como sucedió con el mundo interno son *ella-misma, la conciencia misma en acción*.

Conciencia y mundo son en sí mismo, lo mismo, unidos por los hilos invisibles de una estructura indivisible que tienen por centro a una energía esencial.

Estamos aquí en los umbrales de la conciencia objetiva que comprende, siente y fluye unida al ritmo del cosmos.

XI

Conciencia. Evolución, Plan y Destino

La conciencia *evoluciona* y tiene en sí misma un *plan* y un *destino*.

El Plan de la conciencia es lograr la *unidad* (interna y externa), y su Destino, la *libertad*.

Fue un punto y luego fuego.

Fue cielo, expansión, movimiento en una dirección.

Fue mineral, vegetal, animal. Fue y “es” ser-humano.

La llamaron *mente*¹⁰ y también *Tiempo*. Siempre cambiante, en proceso, en evolución.

La conciencia humana es hoy el fenómeno más avanzado de la evolución del Universo. La conciencia humana es el Tiempo en su grado de transformación más evolutivo. Es un paso más en su creciente espiral evolutiva. Es conciencia y mundo, es acto y es objeto.

Hoy busca seguir su evolución hacia “formas” más avanzadas de *libertad*. Hacia nuevas “formas-mentales” que implican crecer en libertad. No sólo “actos buscando objetos”. Una nueva estructura mental que lance “*actos libres*” sin buscar objetos. Actos que se completan en sí-mismos, sin ataduras, sin encadenamientos.

*El “dar” desprendido es un grato ejemplo cuando no busca ni espera respuesta.
Es bondad, es compasión y es agradecimiento.*

Hacia allí va la conciencia-humana. Atisbos y génesis de un nuevo estado evolutivo. Una nueva conciencia... una nueva forma mental. Un nuevo ser humano, saliendo de su pre-historia encadenada.

Estos actos de conciencia no necesitan objetos que la completen. Se sustentan a sí-mismos. Flotan en el aire fortaleciendo una atmósfera de creciente libertad.

¹⁰ *Mente*: hace referencia a esa *energía esencial* originaria de todo lo existente y a la cual Silo menciona también como “*si-mismo*” en sus “Comentarios al Mensaje de Silo”. La relación *conciencia-mente* no se aborda en el presente escrito.

XII

Síntesis final

El dolor físico, el sufrimiento mental y la violencia en todas sus expresiones retrocederán de manera significativa cuando se produzca y consolide un crecimiento y un salto evolutivo en la estructuración de la conciencia humana, como ha sucedido en otros momentos singulares de su historia. Cuando se consolide el puente que ha sido tendido por los grandes pre-cursores de la historia humana. De lo contrario, la evolución será lenta, azarosa, encadenada, siempre incierta y cambiante en su proceso.

¿Podrá el ser-humano-actual lograr ese salto? He aquí un interrogante y una esperanza que queda abierta. Intento y desafío mayor de cada ser humano (y de la especie) en esta encrucijada de su historia.



Bibliografía de referencia

- Silo, *Apuntes de Psicología*, Rosario, Ulrica Ediciones, 2006.
- Silo, *El Mensaje de Silo*, Rosario, Ulrica Ediciones, 2011.
- Cabezas A., *Haikús inmortales*, Madrid, Hiperión Ed., 1983.