

El inicio de la arenga *La Curación del Sufrimiento* como propósito y entrada a lo profundo

(Silo 1969)



Foto: Silo dando la Arenga de la Curación del Sufrimiento, el 4 de mayo de 1969, en el paraje montañoso conocido como Punta de Vacas, Cordillera de Los Andes, a los pies del monte Aconcagua. Se desconoce el autor de la foto.

Relato de experiencias y reflexiones en torno al trabajo de entrada¹, propósito, el inicio de la “Arenga de La curación del sufrimiento” (Silo 1969) y el final del libro “*Apuntes de Psicología (IV) Acceso a los niveles profundos*” (Silo 2006).

Presentación de este escrito:



<http://tinyurl.com/3m3zanhd>

El inicio de la Arenga de la curación del sufrimiento como acceso a los niveles profundos

El link debajo permite ver con facilidad los videos del archivo desde el celular:

<https://drive.google.com/file/d/1kabFHceIBYc2JHaM3yErwixc4zWRAX88/view?usp=sharing>

La última página contiene la bibliografía y los links de los videos mencionados en este escrito.

Notas de un retiro conjunto de ascesis
en el Parque de estudio y reflexión
“La Reja”, enero 2024
lisandrogracia@gmail.com

¹ Apuntes de Psicología (IV), conciencia inspirada, *acceso a los niveles profundos*, Silo 2006.

El inicio de la arenga *La curación del sufrimiento* como propósito y entrada a los niveles profundos

Desde hace unos meses busco conectar con el *amor verdadero*. No lo veo en lo cotidiano y no me refiero al amor de pareja, familia o amistad sino al amor que ve sin violencia, sin juicio, sin temor, sin sentencias, sin locura, sin *buscar culpables*² y que ve *reconciliación*³, *fe interna*⁴ y lo *humano*⁵ en el Otro.

Hace pocos meses comencé a realizar prácticas para inducir este tema en los sueños. Con los días pude rescatar experiencias de *reconocimiento*⁶ (en el nivel de sueño), como respuesta a la búsqueda del *amor verdadero*.

Hoy, en un retiro conjunto de ascesis en el Parque La Reja, practicando la *entrada a los niveles profundos*, con el propósito de conectar con el *amor verdadero*, pude advertir que el inicio de la arenga *La Curación del Sufrimiento* guarda relación directa con la ascesis o *el acceso a los niveles profundos*⁷ que Silo menciona en Psicología IV.

En mi práctica de entrada a los niveles profundos, me dispuse a introyectar el *punto de mira* (repliegue de la *mirada interna* que ve todas las representaciones⁸) con la intención de conectarlo con el *amor verdadero* en el contacto con lo *profundo*. Entonces recordé las palabras de Silo en la Arenga:

Si has venido a escuchar a un hombre de quien se supone se transmite la sabiduría, has equivocado el camino porque la real sabiduría no se transmite por medio de libros ni de arengas; la real sabiduría está en el fondo de tu conciencia como el amor verdadero está en el fondo de tu corazón...

Esta aclaración parte de un predialógico que gira en torno a las búsquedas de una persona que quiere superar su dolor, su sufrimiento, o que le busca sentido a la vida. Dice que el camino adecuado para avanzar en la vida es el de *reconocer* en el fondo de la conciencia y el corazón a la sabiduría y al amor (sin explicar

² Referencia al Acto público de Madrid, España. 27 de septiembre de 1981 (Silo):

...Deja, por primera vez en la historia, de buscar culpables. Unos y otros son responsables de lo que hicieron, pero nadie es culpable de lo que sucedió. Ojalá en este juicio universal se pueda declarar: "no hay culpables", y se establezca como obligación moral para cada ser humano, reconciliarse con su propio pasado. Esto empezará aquí hoy en ti y serás responsable de que esto continúe entre aquellos que te rodean, así hasta llegar al último rincón de la Tierra... Silo 1981.

³ La Reconciliación, Parque de estudio y reflexión "Punta de Vacas", Silo 2007.

⁴ Referencia al inicio del Acto público, Madrid, Silo 1981: "...Sin fe interna hay temor..."

⁵ Habla Silo, *Acerca de lo humano: ...Y si vienes conmigo es porque te constituyes en un acto libre como ser humano, no simplemente porque has nacido "humano". Yo siento en ti la libertad y la posibilidad de constituirte en ser humano. Y mis actos tienen en ti mi blanco de libertad. Entonces, ni aun tu muerte detiene las acciones que pusiste en marcha, porque eres esencialmente tiempo y libertad...* Silo 1983.

⁶ Referencia a la *conciencia inspirada*, Apuntes de Psicología IV, Silo, 2006.

⁷ Referencia al último capítulo de Apuntes de Psicología IV, *Acceso a los niveles profundos*, Silo, 2006.

⁸ Ver Contribuciones al pensamiento, *Psicología de la imagen*, Silo 1991.

qué son). Propone profundizar *la mirada interna* en el “eje Z”⁹ en dirección a los *niveles profundos*.

En esta recomendación se advierte una dirección “mental” de autoobservación de ese “fondo” que se diferencia de la sabiduría y del amor superficial; se advierte un propósito de conectar con la sabiduría real y el amor verdadero (sin ensueño); y se advierte una experiencia liberadora del sufrimiento y del sin sentido de la vida. Liberadora de seguir buscando fuera de uno algo que siempre está en nuestro interior (*Acepta en cambio mi propuesta: sigue el modelo de aquello que nace, no de lo que camina hacia la muerte. Salta por encima de tu sufrimiento y entonces no crecerá el abismo sino la vida que hay en ti*¹⁰... Silo, 1981)

Solo el contacto con nuestra interioridad nos puede ayudar a avanzar, ya que "ir a escucharlo" nos pone en una situación compensatoria, en vez de complementaria...

Equivocamos el camino yendo hacia Otro porque nos salimos de nuestro *centro interno*, nos alejamos de nosotros mismos buscando respuestas en una ilusión... Adoptando una postura pasiva, de ensueño, frente a los hechos de la vida cotidiana y biográfica.

El camino válido para curarnos el sufrimiento y salir del sin sentido de la vida es el contacto con nuestra interioridad, siendo conscientes de nuestra real¹¹ sabiduría y el amor verdadero; tratando a los demás como queremos ser tratados, es decir, orientando a los demás hacia su propia interioridad, *reconciliando* lo necesario, en vez de proponernos como sus “salvadores”.

El contacto con nuestro interior guía a que *“la mirada interna (choque) con el sentido que pone la Mente en todo fenómeno, aun de la propia conciencia y de la propia vida y el choque con ese sentido (ilumine) a la conciencia y a la vida*¹²”. Desconfundiendo así, a la interna mirada de la externa mirada.

*No hay falsas puertas para acabar con la violencia*¹³ si nuestro propósito es buscar la real sabiduría y el amor verdadero en el fondo de nuestro interior, replegándonos en *meditación interna y fe interna* (Silo, 1969), llegando al punto en

⁹ Coordenada que refiere a la altura de los ojos y que se interioriza en dirección a la nuca.

¹⁰ El Paisaje Interno, *La pregunta*, Silo 1981.

¹¹ La Mirada Interna, IV Sueño y Despertar (Silo 1972):

No puedo tomar por real lo que veo en mis sueños, tampoco lo que veo en semisueño, tampoco lo que veo despierto, pero ensoñando. Puedo tomar por real lo que veo despierto y sin ensueño. Ello no habla de lo que registran mis sentidos sino de las actividades de mi mente cuando se refieren a los “datos” pensados. Porque los datos ingenuos y dudosos los entregan los sentidos externos y también los internos y también la memoria. Lo válido es que mi mente lo sabe cuando está despierta y lo cree cuando está dormida. Rara vez percibo lo real de un modo nuevo y entonces comprendo que lo visto normalmente se parece al sueño o se parece al semisueño. Hay una forma real de estar despierto: es la que me ha llevado a meditar profundamente sobre lo dicho hasta aquí y es, además, la que me abrió la puerta para descubrir el sentido de todo lo existente.

¹² Comentarios a El Mensaje de Silo. Las palabras “choque” e “ilumine” fueron modificadas para acomodar la narrativa de este trabajo. Originalmente dice: “deberá llegar a chocar” e “iluminará”. Silo 2009.

¹³ La curación del sufrimiento, Silo 1969.

que la experiencia interna nos lleva a “reconocer los signos de lo sagrado dentro y fuera de (nosotros)¹⁴”.

Como presenta Silo en la parte final de Psicología IV, *El acceso a los niveles profundos*:

En ese tránsito se debe tener en cuenta algunas condiciones ineludibles: 1.- que el practicante tenga claro el Propósito de lo que desea lograr como objetivo final de su trabajo; 2.- que cuente con suficiente energía psicofísica para mantener su atención ensimismada y concentrada en la suspensión del yo y 3.- que pueda continuar sin solución de continuidad en la profundización del estado de suspensión hasta que desaparezcan las referencias espaciales y temporales.

Equivocamos el camino llevando nuestra atención fuera de nosotros, hacia libros, arengas o personas si es que buscamos superar el sufrimiento, o encontrarle sentido a la vida. La atención debe quedar ensimismada, en conciencia de sí¹⁵, en relación a un propósito copresente que nos lleve a la experiencia de la *revelación interior a la que accede todo aquel que, sin contradicciones, busca la luz en su propio corazón*¹⁶.

No pasa desapercibida la estrecha relación que existe entre el primer párrafo de su primera aparición pública con el último párrafo de su último libro. La arenga de 1969 inicia, con lo que 37 años después; Silo sintetizó como “El acceso a los niveles profundos”.

Si has venido a escuchar a un hombre de quien se supone se transmite la sabiduría, has equivocado el camino porque la real sabiduría no se transmite por medio de libros ni de arengas; la real sabiduría está en el fondo de tu conciencia como el amor verdadero está en el fondo de tu corazón. (Silo 1969).

En ese tránsito se debe tener en cuenta algunas condiciones ineludibles: 1.- que el practicante tenga claro el Propósito de lo que desea lograr como objetivo final de su trabajo; 2.- que cuente con suficiente energía psicofísica para mantener su atención ensimismada y concentrada en la suspensión del yo y 3.- que pueda continuar sin solución de continuidad en la profundización del estado de suspensión hasta que desaparezcan las referencias espaciales y temporales (Silo 2006).

*La real importancia de la vida despierta se me hizo patente.
La real importancia de destruir las contradicciones internas me convenció.
La real importancia de manejar la Fuerza, a fin de lograr unidad y continuidad,
me llenó de un alegre sentido¹⁷ (Silo 1972).*

¹⁴ El Camino: “Aprende a reconocer los signos de lo Sagrado en ti y fuera de ti”. En el presente trabajo se modificó en relación a la gramática del mismo la palabra “ti” final por “nosotros”. Silo 2002.

¹⁵ Ver Siloismo, *Doctrina, Práctica, Vocabulario*, H. Van Doren, 1974.

¹⁶ La Mirada Interna, *Cap XII Los descubrimientos*, Silo 1972:

...a desarrollar el trabajo interno que, realizado con perfección, pone al hombre en contacto con su fuente luminosa. Finalmente, advertí que mis “descubrimientos” no eran tales, sino que se debían a la revelación interior a la que accede todo aquel que, sin contradicciones, busca la luz en su propio corazón...

¹⁷ La Mirada Interna, *Cap X Evidencia del sentido*, Silo 1972.

Webgrafía

www.silo.net

- Apuntes de Psicología, Psicología IV, Silo 2006.
- Comentarios a El Mensaje de Silo, Silo 2009.
- Contribuciones al pensamiento, Psicología de la imagen, Silo 1991.
- Habla Silo: *Arenga de la curación del sufrimiento* 1969, Silo 1969.
Acerca de lo humano, Silo 1981.
Acto público dado por Silo en Pabellón de los deportes. Madrid, España. 27 de septiembre de 1981.
- Humanizar la Tierra: *La Mirada Interna*, Silo 1972
El Paisaje interno, Silo 1982

www.elmayordelospoetas.net/1972/03/12/siloismo/

Siloismo, Doctrina, Práctica, Vocabulario, H. Van Doren 1972¹⁸

Videografía

Arenga de la curación del sufrimiento, Silo 1969



<http://tinyurl.com/8895npyc>

Acto público, Madrid 1981, Silo



<http://tinyurl.com/bdffx772>

La Reconciliación, Punta de Vacas 2007, Silo



<http://tinyurl.com/2azsbr36>

El Camino, Silo 2002



<http://tinyurl.com/yx37dkhp>

Silo, Psicología IV – Apuntes de Psicología - Parque La Reja, 2006



<http://tinyurl.com/2s3bc53a>

¹⁸ Los libros firmados por H. Van Doren, no se consideran oficiales de Silo.

Anexo

1- Arenga de la Curación del sufrimiento
(Silo 1969)

2- Extracto final de Apuntes de Psicología IV
El acceso a los niveles profundos
(Silo 2006)

LA CURACIÓN DEL SUFRIMIENTO

(Silo 1969)

Punta de Vacas, Mendoza, Argentina

Si has venido a escuchar a un hombre de quien se supone se transmite la sabiduría, has equivocado el camino porque la real sabiduría no se transmite por medio de libros ni de arengas; la real sabiduría está en el fondo de tu conciencia como el amor verdadero está en el fondo de tu corazón.

Si has venido empujado por los calumniadores y los hipócritas a escuchar a este hombre a fin de que lo que escuchas te sirva luego como argumento en contra de él, has equivocado el camino porque este hombre no está aquí para pedirte nada, ni para usarte, porque no te necesita.

Escuchas a un hombre desconocedor de las leyes que rigen el Universo, desconocedor de las leyes de la Historia, ignorante de las relaciones que rigen a los pueblos. Este hombre se dirige a tu conciencia a mucha distancia de las ciudades y de sus enfermas ambiciones. Allí en las ciudades, donde cada día es un afán truncado por la muerte, donde al amor sucede el odio, donde al perdón sucede la venganza; allí en las ciudades de los hombres ricos y pobres; allí en los inmensos campos de los hombres, se ha posado un manto de sufrimiento y de tristeza.

Sufres cuando el dolor muerde tu cuerpo. Sufres cuando el hambre se apodera de tu cuerpo. Pero no solo sufres por el dolor inmediato de tu cuerpo, por el hambre de tu cuerpo. Sufres, también, por las consecuencias de las enfermedades de tu cuerpo.

Debes distinguir dos tipos de sufrimiento. Hay un sufrimiento que se produce en tí merced a la enfermedad (y ese sufrimiento puede retroceder gracias al avance de la ciencia, así como el hambre puede retroceder, pero gracias al imperio de la justicia). Hay otro tipo de sufrimiento que no depende de la enfermedad de tu cuerpo, sino que deriva de ella: si estás impedido, si no puedes ver o si no oyes, sufres; pero aunque este sufrimiento derive del cuerpo o de las enfermedades de tu cuerpo, tal sufrimiento es de tu mente.

Hay un tipo de sufrimiento que no puede retroceder frente al avance de la ciencia ni frente al avance de la justicia. Ese tipo de sufrimiento, que es estrictamente de tu mente, retrocede frente a la fe, frente a la alegría de vivir, frente al amor. Debes saber que este sufrimiento está siempre basado en la violencia que hay en tu propia conciencia. Sufres porque temes perder lo que tienes, o por lo que ya has perdido, o por lo que desesperas alcanzar. Sufres porque no tienes, o porque sientes temor en general... He ahí los grandes enemigos del hombre: el temor a la enfermedad, el temor a la pobreza, el temor a la muerte, el temor a la soledad. Todos estos son sufrimientos propios de tu mente; todos ellos delatan la violencia interna, la violencia que hay en tu mente. Fíjate que esa violencia siempre deriva del deseo. Cuanto más violento es un hombre, más groseros son sus deseos. Quisiera proponerte una historia que sucedió hace mucho tiempo.

Existió un viajero que tuvo que hacer una larga travesía. Entonces, ató su animal a un carro y emprendió una larga marcha hacia un largo destino y con un límite fijo de tiempo. Al animal lo llamó "Necesidad", al carro "Deseo", a una rueda la llamó "Placer" y a la otra "Dolor". Así pues, el viajero llevaba su carro a derecha e izquierda, pero siempre hacia su destino. Cuanto más velozmente andaba el carro, más rápidamente se movían las ruedas del Placer y el Dolor, conectadas como estaban por el mismo eje y transportando como estaban al carro del Deseo. Como el viaje era muy largo, nuestro viajero se aburría. Decidió entonces decorarlo, ornamentarlo con muchas bellezas, y así lo fue haciendo. Pero cuanto más embelleció el carro del Deseo más pesado se hizo para la Necesidad. De tal manera que en las curvas y en las cuestas empinadas, el pobre animal desfallecía no pudiendo arrastrar el carro del Deseo. En los caminos arenosos las ruedas del Placer y el Sufrimiento se incrustaban en el piso. Así, desesperó un día el viajero porque era muy largo el camino y estaba muy lejos su destino. Decidió meditar sobre el problema esa noche y, al hacerlo, escuchó el relincho de su viejo amigo. Comprendiendo el mensaje, a la mañana siguiente desbarató la ornamentación del carro, lo alivió de sus pesos y muy temprano llevó al trote a su animal avanzando hacia su destino. No obstante, había perdido un tiempo que ya era irrecuperable. A la noche siguiente volvió a meditar y comprendió, por un nuevo aviso de su amigo, que tenía ahora que acometer una tarea doblemente difícil, porque significaba su desprendimiento. Muy de madrugada sacrificó el carro del Deseo. Es cierto que al hacerlo perdió la rueda del Placer, pero con ella perdió también la rueda del Sufrimiento. Montó sobre el animal de la Necesidad, sobre sus lomos, y comenzó al galope por las verdes praderas hasta llegar a su destino.

Fíjate cómo el deseo puede arrinconarte. Hay deseos de distinta calidad. Hay deseos más groseros y hay deseos más elevados. ¡Eleva el deseo, supera el deseo, purifica el deseo!, que habrás seguramente de sacrificar con eso la rueda del placer pero también la rueda del sufrimiento.

La violencia en el hombre, movida por los deseos, no queda solamente como enfermedad en su conciencia, sino que actúa en el mundo de los otros hombres ejercitándose con el resto de la gente. No creas que hablo de violencia refiriéndome solamente al hecho armado de la guerra, en donde unos hombres destrozaron a otros hombres. Esa es una forma de violencia física. Hay una violencia económica: la violencia económica es aquella que te hace explotar a otro; la violencia económica se da cuando robas a otro, cuando ya no eres hermano del otro, sino que eres ave de rapiña para tu hermano. Hay, además, una violencia racial: ¿crees que no ejercitas la violencia cuando persigues a otro que es de una raza diferente a la tuya, crees que no ejerces violencia cuando lo difamas, por ser de una raza diferente a la tuya? Hay una violencia religiosa: ¿crees que no ejercitas la violencia cuando nos das trabajo, o cierras las puertas, o despidas a alguien, por no ser de tu misma religión? ¿Crees que no es violencia cercar a aquel que no comulga con tus principios por medio de la difamación; cercarlo en su familia, cercarlo entre su gente querida, porque no comulga con tu religión? Hay otras formas de violencia que son las impuestas por la moral filisteo. Tú quieres imponer tu forma de vida a otro, tú debes imponer tu vocación a otro... ¿pero quién te ha dicho que eres un ejemplo que debe seguirse? ¿Quién te ha dicho que puedes imponer una forma de vida porque a ti te place? ¿Dónde

está el molde y dónde está el tipo para que tú lo impongas?... He aquí otra forma de violencia. Únicamente puedes acabar con la violencia en ti y en los demás y en el mundo que te rodea, por la fe interna y la meditación interna. No hay falsas puertas para acabar con la violencia. ¡Este mundo está por estallar y no hay forma de acabar con la violencia! ¡No busques falsas puertas! No hay política que pueda solucionar este afán de violencia enloquecido. No hay partido ni movimiento en el planeta que pueda acabar con la violencia. No hay falsas salidas para la violencia en el mundo... Me dicen que la gente joven en distintas latitudes está buscando falsas puertas para salir de la violencia y el sufrimiento interno. Busca la droga como solución. No busques falsas puertas para acabar con la violencia.

Hermano mío: cumple con mandatos simples, como son simples estas piedras y esta nieve y este sol que nos bendice. Lleva la paz en ti y llévala a los demás. Hermano mío: allá en la historia está el ser humano mostrando el rostro del sufrimiento, mira ese rostro del sufrimiento... pero recuerda que es necesario seguir adelante y que es necesario aprender a reír y que es necesario aprender a amar.

A ti, hermano mío, arrojó esta esperanza, esta esperanza de alegría, esta esperanza de amor para que eleves tu corazón y eleves tu espíritu, y para que no olvides elevar tu cuerpo.

Apuntes de Psicología IV

(extracto final, Silo 2006)

El acceso a los niveles profundos

Sin duda que la sustitución del yo por una fuerza, un espíritu, un dios, o la personalidad de un hechicero o hipnotizador, ha sido algo corriente en la historia. También ha sido algo conocido, aunque no tan corriente, el hecho de suspender el yo evitando toda sustitución, como hemos visto en algún tipo de yoga y en algunas prácticas místicas avanzadas. Ahora bien, si alguien pudiera suspender y luego hacer desaparecer a su yo, perdería todo control estructural de la temporalidad y espacialidad de sus procesos mentales. Se encontraría en una situación anterior a la del aprendizaje de sus primeros pasos infantiles. No podría comunicar entre sí, ni coordinar sus mecanismos de conciencia; no podría apelar a su memoria; no podría relacionarse con el mundo y no podría avanzar en su aprendizaje. No estaríamos en presencia simplemente de un yo disociado en algunos aspectos, como pudiera ocurrir en ciertas afecciones mentales, sino que nos encontraríamos con alguien en un estado parecido al de sueño vegetativo. Por consiguiente, no son posibles esas futilidades de "suprimir el yo", o de "suprimir el ego" en la vida cotidiana. Sin embargo, es posible llegar a la situación mental de supresión del yo, no en la vida cotidiana, pero si en determinadas condiciones que parten de la suspensión del yo.

La entrada a los estados profundos ocurre desde la suspensión del yo. Ya desde esa sus-pensión, se producen registros significativos de "conciencia lúcida" y comprensión de las propias limitaciones mentales, lo que constituye un gran avance. En ese tránsito se debe tener en cuenta algunas condiciones ineludibles: 1.- que el practicante tenga claro el Propósito de lo que desea lograr como objetivo final de su trabajo; 2.- que cuente con suficiente energía psicofísica para mantener su atención ensimismada y concentrada en la suspensión del yo y 3.- que pueda continuar sin solución de continuidad en la profundización del estado de suspensión hasta que desaparezcan las referencias espaciales y temporales. Con respecto al Propósito, se debe considerar a éste como la dirección de todo el proceso, pero sin que ocupe el foco atencional. Estamos diciendo que el Propósito debe ser "graba-do" con suficiente carga afectiva, como para operar copresentemente mientras la atención está ocupada en la suspensión del yo y en los pasos posteriores. Esta preparación condiciona todo el trabajo posterior. En cuanto a la energía psicofísica necesaria para el mantenimiento de la atención en un interesante nivel de concentración, el principal impulso proviene del interés que forma parte del Propósito. Al comprobar la falta de potencia y permanencia, se debe revisar la preparación que se ha hecho del Propósito. Se requiere una conciencia despejada de fatiga y una mínima educación de la reducción del foco atencional sobre un solo objeto. Continuar en la profundización de la suspensión hasta lograr el registro de "vacío", significa que nada debe aparecer como representación, ni como registro de sensaciones internas. No puede, ni debe, haber registro de esa situación mental. Y el regreso a la situación mental de suspensión o a la vigilia habitual, se produce por los impulsos que delatan la posición y las incomodidades del cuerpo.

Nada se puede decir de ese “vacío”. El rescate de los significados inspiradores, de los sentidos profundos que están más allá de los mecanismos y las configuraciones de conciencia, se hace desde mi yo cuando éste retoma su trabajo vigílico normal. Estamos hablando de “traducciones” de impulsos profundos, que llegan a mi intracuerpo durante el sueño profundo, o de impulsos que llegan a mi conciencia en un tipo de percepción diferente a las conocidas en el momento de “regreso” a la vigilia normal. No podemos hablar de ese mundo por-que no tenemos registro durante la eliminación del yo, solamente contamos con las “reminiscencias” de ese mundo, como nos comentara Platón en sus mitos.