

La conciencia como hábitat

Daniel Zimmermann / Relato de experiencia

Resumen: Comienzo por agradecer la fuente de formación y destaco su importancia. Luego hago referencia al lenguaje alegórico, como modo más afín y cercano. Paso a justificar la elección del hábitat como primera configuración de la conciencia, en acuerdo con la idea de ser un contenido de la misma y no un continente de ella. Paso a la ilustración de la forma de este hábitat como una esfera de luz cambiante, que se manifiesta en distintas luminarias que me permiten diferenciar niveles, funciones, mecanismos acordes al momento de la estructura total. Destaco que esta configuración se diferencia de configuraciones estamentales y clasificaciones de lo superior e inferior, para valorar lo diverso y distinto. Ejemplo de ello es la distinción que hago entre la *conciencia de mí* que no deja de manifestarse en el plano del yo psicológico y de la *conciencia de sí* que se corresponde con un yo trascendido.

Desarrollo:

Con el tiempo valoro cada día más el contar con el enfoque de nuestra psicología Siloísta, su particular modo de estudiar y experimentar el extenso universo de la conciencia, con sus niveles y estados.

No es el caso, ni el propósito, replicar en estas notas, fragmentos de nuestra amplia literatura. Bastará entonces dar alguna referencia en este relato para orientar al interesado respecto de una visión más profunda que compense faltas de contexto, consultando nuestra bibliografía.

Una enseñanza temprana fue el darme cuenta de qué manera influye la posición del observador en lo que se interpreta, y cómo no sólo varía la interpretación si no también la vivencia, el registro. Este aspecto, que hace al punto de vista, es el núcleo de lo que deseo compartir. Apelaré a un lenguaje más cercano, a la imagen, a lo alegórico o alusivo porque me resulta más afín que lo puramente conceptual.

La imagen más amplia que resuena con mi vivencia es la de "hábitat", una palabra cercana al ámbito de la arquitectura, pero más allá de su significado resonó con la vivencia. Aquello que llamo habitualmente conciencia es un modo de estar, de habitar. Esto podría no pasar de una ocurrencia si no fuera que, en mi caso, operó un cambio en la apercepción, de ser consciente, y también favoreció otra representación de la estructura de la conciencia.

Para ilustrar, diré que mis primeras concepciones sobre la conciencia eran "*la capacidad de ser consciente de sí y del mundo y mi conexión con él*". Con lo que tácitamente privilegiaba un caso de la conciencia de sí, considerando secundarios o extraordinarios otros casos, como el sueño con ensueños o la conciencia trascendental al yo. Claro está que a lo largo de años el modo de definir o aludir a la conciencia fue variando, pero la vivencia de trasfondo seguía anclada a la concepción original, que cité.

Retomando lo propuesta de la **conciencia como hábitat**, bastará un mínimo de reflexión para que surjan algunas cuestiones. Por ejemplo, podría plantearme que si este hábitat incluye a toda manifestación de conciencia, me permite experimentar que no estoy en el universo, que soy el universo, una parte intrínseca de él... O que la vida se experimenta a través de mí... O que el único lugar en que estoy es aquí, y la única

hora es ahora. También, cobró mayor amplitud la propuesta de Silo: "Ama la realidad que construyes".

Reconocer a la conciencia y explorarla como un territorio que abarca todos los niveles y todos los fenómenos, esta completitud, me entusiasmó.

Me es claro que el compartir una estructura de conciencia común y completa, no implica que el modo o el grado de vivirla sea igual. Pero contar con esa certeza de completitud, me anima a no solo reconocer mi hábitat, sino que anima a mirar a mis semejantes con otra amplitud.

Para ilustrar la estructura de la conciencia, habitualmente se ha apelado a la imagen de una casa o construcción, con distintos pisos superpuestos, aludiendo a los distintos niveles. Ubicando en la azotea los niveles más altos y otorgando al sótano los más bajos. Esta configuración piramidal o estamental no puedo desligarla de una forma mental que hoy me resulta inadecuada.

Al buscar una imagen más satisfactoria y coherente con la vivencia de mí conciencia como hábitat, sin duda la imagen de una esfera me resulto ineludible, no sólo por su forma, si no por el significado.

La experiencia de inclusión en una esfera como ejercicio de contacto energético lleva, en mí, años. Pero no de esta manera. Hoy puedo experimentarla como un continente lleno de luces en movimiento que varían en luminosidad y tamaño al ocupar el centro. La representación de estar incluido en la esfera, en la conciencia que me habita, me conmueve, experimentando el estar en contacto con una verdad. Las luminarias que me indican en qué mecanismos estoy inmerso permitieron identificar el momento de la estructura. Si bien la dinámica de los mecanismos es, frecuentemente, muy veloz, el contar con un esquema del psiquismo, como el nuestro, que nos permite diferenciar: aparatos, mecanismos, centros de respuesta, etc... resulta muy útil. Toda esta estructura psicofísica es de mucha ayuda para identificar esas luminarias que me habitan. Un tipo de sondeo para comenzar a identificar estas luminarias fue empezar **por fijar un propósito: sondear niveles, desde el semi-sueño, a la vigilia** y de allí a la conciencia de sí.

Al cerrar los ojos y evocar la situación de adormecimiento, lo primero que noto en mi espacio de representación es que todo se amortigua, se diluye y las luminarias se tornan mortecinas y mi cuerpo pierde tonicidad muscular, la noción de espacio también se diluye. Luego pueden aparecer imágenes encadenadas en suertes de trenes veloces y sin aparente sentido. Estas pueden, en ocasiones, mostrarse con brillo y gran poder sugestivo. A veces estas imágenes activan deseos de tipo vegetativo.

El punto de observación de la escena se registra como de "adentro" como en vigilia, o desde "afuera" incluyendo al observador como protagonista. En la medida que ciertas imágenes cobran fuerza, mecanismos críticos, propios de la vigilia van operando como filtro, y las imágenes se tornan más definidas y dependientes de la adhesión o rechazo de estos filtros, donde el yo juega su rol fundamental por el sí o por el no.

Una observación de interés fue el comprobar el cambio en el espacio de representación, que aparece como frontal y cuasi plano como pantalla, privilegiando una visión delantera sobre otras direcciones. Direcciones que facilitan el sentido de orientación y cierto registro de dominio. En este nivel que llamamos vigilia podemos permanecer, ya que los contenidos suelen coincidir con la tarea que realizamos, sin dejar de ser bombardeados por contenidos del semi-sueño o de una conciencia de sí incipiente. Aquí vale destacar la conciencia de "mí" de la conciencia de "sí". La primera

la podemos identificar en el nivel vigílico, en situación de la toma de conciencia de que estoy aquí, vengo de, voy a.

La luminaria de la conciencia de sí solo puede ocupar un lugar central, en este hábitat. Lo registro como un retorno a la esencia de lo existente. Lo vivo como un alto, una suspensión de juicios, una puesta entre paréntesis, una frontera, una tierra de nadie desde la cual puedo orientarme hacia planos muy alejados del tiempo y espacio cotidianos, plano llamado trascendental y así grabar datos o bien regresar a mi vigilia ordinaria.

Buenos Aires. Enero 2021.