

**39. Las impresiones y su vida  
mecánica**

**Los 3 alimentos**

**Procesos para su despertar interior**

**ego**

Compilado por:  
Enrique González Ospina.  
Cel: 315-3357297

*“Siempre debemos recordar que con cada impresión exterior, sonora, visual u olfativa, recibimos desde afuera cierta cantidad de energía, cierto número de vibraciones; esta energía que penetra en el organismo desde el exterior es un alimento.*

*Más aún, como ya lo he dicho, la energía no puede ser transmitida sin materia. Si una impresión exterior introduce con ella una energía exterior en el organismo, ello significa que una materia exterior también penetra en el organismo y lo nutre, en el pleno sentido de esta palabra.”*

*Gurdjieff*



# Las impresiones y su vida mecánica

## Los 3 alimentos

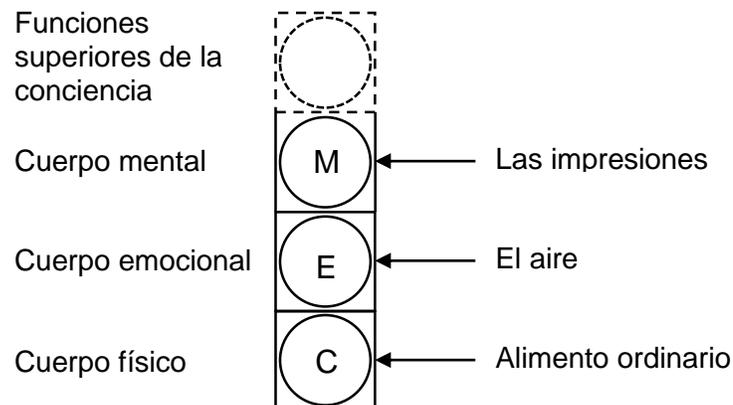
*“Aprended a separar lo sutil de lo grosero.”*  
Tabla de Esmeralda

### La fábrica de tres pisos

El ser humano es una fábrica de tres pisos: cuerpo físico, cuerpo emocional y cuerpo mental. Cada uno absorbe su alimento pertinente.

Además, podemos considerar los tres pisos juntos como los cimientos de un cuarto piso que está por construirse: los estados superiores de conciencia.

Esta idea puede representarse así:



El cuerpo físico, a su vez, está conformado por 3 mentes o cerebros: el centro instintivo, el centro sexual y el centro motriz.

Todas las sustancias necesarias para mantener la vida del cuerpo físico, el cuerpo emocional y el cuerpo mental, son producidas por el organismo a partir de 3 alimentos que penetran en él:

1. El alimento ordinario que comemos
2. El aire que respiramos
3. Las impresiones captadas por los sentidos.

*“El organismo puede existir por un tiempo relativamente largo sin ningún tipo de aporte de alimento físico fresco... Sin aire, no puede subsistir más de unos minutos, no más de dos o tres... Sin impresiones, un hombre no puede vivir ni un solo instante. Si de alguna manera se pudiera detener el flujo de las impresiones o privar al organismo de su capacidad de recibirlas, moriría instantáneamente.”*

Gurdjieff

El flujo de las impresiones que nos vienen del exterior es como una correa de transmisión por la cual se nos suministra cierto alimento para el tercer piso, centro mental o centro psíquico.

La naturaleza nos transmite a través de nuestras impresiones la energía por la cual vivimos, pensamos, nos emocionamos, nos movemos y tenemos nuestro ser, como lo vamos a explicar.

*“Si este influjo energético dejase por un instante de llegar a nosotros, nuestra máquina cesaría inmediatamente de trabajar.”*

Ouspensky

Por lo tanto, de las tres clases de alimento, la más importante son las impresiones, aunque es evidente que un hombre no puede existir mucho tiempo solamente de impresiones.

Las impresiones y el aire permiten al hombre existir un poco más de tiempo. Las impresiones, el aire y el alimento físico permiten al hombre vivir el término de su tiempo normal de vida, y producir las sustancias necesarias no sólo para mantener la vida, sino también para la creación y la evolución de estados superiores de conciencia.

## **Los procesos de transformación**

Entre estos 3 alimentos hay una diferencia fundamental: para los dos primeros –el alimento ordinario y el aire- el organismo dispone de procesos para su transformación en sustancias más sutiles y su digestión para alimentar cada célula del cuerpo; pero, para las impresiones, no dispone de un aparato transformador, razón por la cual son las impresiones no procesadas las que convierten al hombre en un ser mecánico.

Entran y mueven la máquina –pensamientos, emociones y acciones- sin participación alguna de la voluntad o la conciencia.

Pero, si en las impresiones se aplica un proceso de observación consciente, podrían ser el alimento para el cuarto cuerpo, las funciones superiores de la conciencia, y aquí empezaría la evolución posible del hombre.

Para una existencia normal, el organismo necesita de estas tres clases de nutrición. No puede existir con la ayuda de una sola, ni siquiera con la de sólo dos; se necesitan las tres. Pero la relación de estos alimentos entre sí y su significado para el organismo no son los mismos.

## **La transformación del alimento ordinario**

El alimento que comemos sufre sucesivas transformaciones. El proceso de la vida es la transformación. Cada ser viviente vive mediante la transformación de una cosa en otra. Una planta transforma el aire, el agua y las sales de la tierra en nuevas sustancias, en lo que llamamos tomates, frutas... por la acción de la luz del sol y los fermentos.

La sensible película de vida que se extiende sobre la tierra, la capa orgánica, que conduce la fuerza del universo –es decir, la vida orgánica- es un vasto órgano transformador.

Cuando comemos el alimento es transformado sucesivamente, etapa tras etapa, en todas las sustancias necesarias para cada una de nuestras células. Este proceso es efectuado por la mente llamada “centro instintivo”,

que forma parte del primer piso, del cuerpo físico, que es el que controla el trabajo interior del organismo.

En este proceso no tenemos ningún tipo de participación consciente. El centro instintivo es sabio, es la sabiduría de la especie, es una inteligencia natural, innata, que sabe lo que debe hacer con el alimento que absorbe.

Sólo sabemos mentalmente que cuando se toma el alimento, empieza la digestión. El alimento es cambiado en algo diferente en el estómago, cada vez más sutil, hasta transformarse en el nutriente esencial para cada una de las 100.000 millones de células del cuerpo.

Este extraordinario proceso es explicado así por los textos médicos:

*“El proceso digestivo comprende una serie de acciones físicas y químicas que descomponen los constituyentes de los alimentos en pequeñas partículas nutritivas para su absorción celular.*

*En la boca tiene lugar una digestión física del alimento, pero la acción física va perdiendo importancia en las sucesivas secciones del tracto digestivo.*

*El estómago también fragmenta de forma física el alimento mediante el movimiento muscular, e igual que la boca, segrega productos digestivos (enzimas).*

*Cuando el alimento desmenuzado junto con las enzimas alcanza el duodeno, muchas partículas del alimento ya son microscópicas, aunque no lo suficiente para atravesar las membranas celulares de los tejidos corporales.*

*Entonces cobra importancia la digestión química, y las moléculas grandes se dividen en partículas aún más pequeñas y absorbibles que pueden incorporarse a la sangre.”*

En este asombroso proceso digestivo del alimento ordinario, hasta nutrir cada célula del cuerpo, creado por la sabiduría de la naturaleza, usted no participa nunca, de ninguna manera. El proceso digestivo sucede en usted, sin su voluntad, sin su querido “yo”.

## La transformación del aire que respiramos

El aire es el alimento del plexo, donde suceden las emociones. También posee su propio proceso transformador, hasta transformarlo en el oxígeno que requiere cada célula de su cuerpo.

Fuentes médicas explican así el proceso respiratorio:

*“El oxígeno es atraído físicamente al interior del cuerpo por la expansión de los pulmones. Al llegar a los extremos microscópicos de las vías aéreas pulmonares, se disuelve en el líquido de la membrana alveolar y pasa a la sangre, que lo lleva a todas las células del cuerpo.*

*Estas lo usan en el proceso químico conocido como respiración celular, para descomponer glucosa y obtener energía.*

*El dióxido de carbono, un subproducto tóxico, es devuelto al aire por intercambio gaseoso.*

*En ambos pulmones y en los tejidos del cuerpo los gases se transfieren por difusión, o flujo entre regiones de alta y baja densidad.”*

El cuerpo requiere un suministro continuo de oxígeno, ya que no lo almacena, y genera sin cesar dióxido de carbono como residuo.

Todo este proceso sabio pertenece al centro instintivo, en el primer piso de la estructura humana. Fue creado por la naturaleza como fuente de vida, al transformar y digerir el aire respirado, sin que jamás su “yo” egocéntrico participe.

La transformación del aire en oxígeno sucede sin su voluntad, sin su ego, sin sus procesos racionales, sin su participación consciente. Sencillamente sucede en usted, para preservar la vida, que es el propósito de la naturaleza.

## **Límites del centro instintivo**

El centro instintivo es una máquina biológica independiente que se basta a sí misma. Jamás consulta con su mente egocéntrica, porque es sabia. Si alguna vez lo hubiera hecho, la especie humana habría desaparecido de la faz de la tierra, desde ese mismo instante.

En estricto sentido las funciones instintivas son principalmente cuatro: respiración, circulación de la sangre, digestión de los alimentos ordinarios absorbidos por el cuerpo físico y sistema inmunológico.

Se basta a sí mismo, es autosuficiente, inconsciente, irracional, involuntario, innato, creado por la naturaleza para conservar la vida sobre la tierra, sin necesidad de la mente ni las emociones. La vida no está condicionada por los pensamientos ni por las emociones, como es evidente en los reptiles.

El centro instintivo es el sabio milenario que cuida la vida dentro del cuerpo, capaz de procesar y digerir el alimento ordinario del primer piso y el aire que nutre el segundo piso de la estructura humana, pero carece de todo poder sobre las impresiones, que son el alimento del tercer piso, el centro mental, psíquico.

¡El centro instintivo no puede procesar las impresiones! ¿Cuáles son las consecuencias de este hecho? ¿Cómo funcionan las impresiones si no son procesadas ni digeridas? ¿Cómo? ¿Qué pretende la naturaleza al funcionar así?

## **Su realidad son sus impresiones**

Veamos el caso especialísimo del tercer alimento, el alimento para el centro psíquico, las impresiones.

Entran y permanecen sin digerir, es decir, aquí no se produce transformación alguna. Entran por los sentidos, transitan como impulsos eléctricos por el sistema nervioso de cada sentido hacia el cerebro, y ahí actúan aportando el alimento necesario para los procesos reactivos.

¡Así empieza la vida mecánica de cada ser humano!

Entran al cerebro y ahí actúan, activando reactivamente los pensamientos, las emociones y las acciones del cuerpo.

¡Ese es el principio de la robotización del ser humano!

¡Ese proceso es el que hace que el ser humano sea una máquina biológica, un sonámbulo satisfecho, un automatismo que carece de libertad, de amor y de compasión!

¡Esa es la esencia de la máquina humana!

Al ser captadas las impresiones por los sentidos, no hay una transformación adecuada de ellas.

Para el propósito de la naturaleza, que es preservar la vida sobre la tierra, no hay necesidad alguna de que el hombre transforme las impresiones. Pero un hombre puede transformarlas por sí mismo, para sí mismo, si posee el suficiente conocimiento y comprende el por qué de su necesidad.

La mayoría de las personas creen que la vida externa les dará lo que anhelan, lo que buscan. Y no es así. Es necesario cuestionar esa creencia, porque la vida entra como impresiones, que es lo único que captan los sentidos, dentro de un rango muy preciso y restringido.

¡Su única conexión real con la “*vida externa*” son las impresiones que reciben sus sentidos! ¡Nada más!

La vida es una sucesión de impresiones, y no como se cree: una sólida cosa material. Esa cosa material, sólida, absoluta, que existe **per se**... no existe. Su realidad real son sus impresiones.

Parece no existir tal cosa como la “*vida externa*”. Lo que está recibiendo en todo momento son impresiones sensoriales. Nada más. Absolutamente nada más. Ve a una persona que le desagrada y obtiene impresiones de esa naturaleza. Ve a una persona que le gusta, y otra vez obtiene impresiones en

sus ojos, se convierten en impulsos eléctricos, viajan por los nervios ópticos hasta el cerebro, y ahí aparece la persona que le gusta.

Sé que este hecho es muy difícil de comprender. Constituye un muy difícil punto de reflexión, porque es un hecho existencial que no pertenece a la dimensión de la mente racional.

Sólo la sensibilidad en la observación de sí mismo, y la profundización en la mente meditativa, permitirían constatar que toda forma es vacía y que la realidad se manifiesta mediante impresiones sensoriales.

Es posible que tenga la seguridad de que la vida existe como tal, y no como impresiones. La persona a la que ve sentada en una silla, la cree real. No, lo que es real para usted son las impresiones que tiene de ella.

Si careciera del sentido de la vista, no podría verla; si careciera del sentido del oído, no podría escucharla. En tal caso, no existiría para usted, pero tal vez otras personas sí podrían captar sus impresiones.

Lo primero que debe comprender sobre el significado del Trabajo Interior es que la vida, que llega como impresiones que entran en la psiquis y crean el desorden mental y emocional interior, puede ser transformada.

## **La observación de sí mismo**

Nadie puede transformar **su vida externa**, porque su única conexión real con lo externo, si es que acaso el mundo externo existe, son sus impresiones sensoriales. Pero todos pueden transformar sus impresiones, es decir, producir una mutación en el tercer y más elevado alimento tomado por la fábrica procesadora de tres pisos.

Por esta razón el Trabajo enseña que es necesario aportar un instrumento de transformación –la observación de sí mismo– en el punto de entrada de las impresiones o, en su defecto, la observación pura de las reacciones que producen en el espacio interno.

Estas reacciones son sus pensamientos mecánicos, sus emociones mecánicas y sus acciones mecánicas. Es decir, observar la mecanicidad de

su vida, la mecanicidad de su organismo cerebral.

Observar las impresiones u observar las reacciones que producen en su vida interior. Estas son las actividades pertinentes con que se inicia el Trabajo Interior.

Un hombre que comienza a comprender qué significa esto, empieza a dejar de ser un hombre mecánico que sirve a la naturaleza, un hombre dormido que es simplemente utilizado por la naturaleza para sus propios fines, los cuales no coinciden con los intereses superiores y potenciales del ser humano.

La observación de sí mismo, que es el lado práctico del Trabajo, se relaciona con la transformación de las impresiones en su punto de entrada, o con las reacciones que han producido en la vida interior.

El Trabajo sobre las emociones negativas, los estados de ánimo, sobre el apego y la identificación, sobre la consideración interior, sobre la mentira y la imaginación; sobre la ira, el miedo, el orgullo y la vanidad; sobre los pensamientos reactivos y la emocionalidad compulsiva; sobre los “yo” sucesivos y obsesivos... se relaciona con los efectos de unas impresiones que no fueron transformadas al recibirlas.

¿Quién es el que reacciona? Su personalidad, su ego, su ser actual.

Entonces, se puede convenir que la observación de sí es comparable a la digestión de las impresiones, puesto que el organismo no dispone de un procesador para ellas.

Es necesario formar un instrumento de cambio en el lugar de entrada de las impresiones, que son los sentidos, si ha decidido abandonar su estado natural de mecanicidad, de reactividad, como cualquier animalito.

Ese instrumento de transformación de las impresiones es la conciencia-de-sí-mismo, que se fundamenta en la percepción pura de las impresiones sensoriales, sin un solo pensamiento.

## Transformar las reacciones

Si no ha habido conciencia perceptiva en la entrada de las impresiones, para transformarlas, podemos ser conscientes de las reacciones que desencadenan en el aparato psíquico.

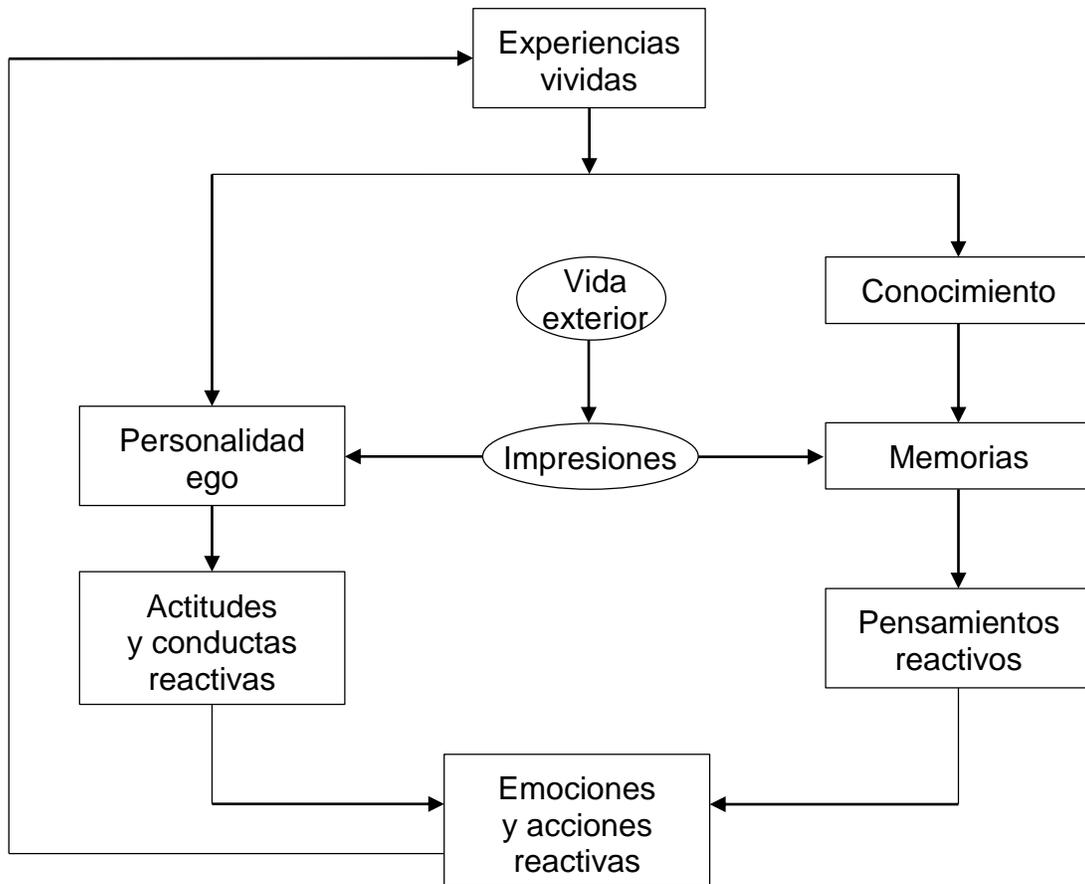
En estado de inconciencia, que es el estado de la vida ordinaria, las impresiones hacen reaccionar al aparato psíquico, porque esa es la compulsión programada en el cerebro por la naturaleza.

Esta programación puede resumirse así:

1. Toda experiencia vivida va creando **personalidad**, que son las actitudes y conductas aprendidas, y produce un conocimiento que se almacena en las **memorias** neuronales del cerebro.
2. Frente a las impresiones, la **personalidad** reacciona con actitudes y conductas estereotipadas, y las memorias reaccionan con **pensamientos** reactivos.
3. Los pensamientos, por su parte, pueden también activar las emociones, mediante mecanismos asociativos cerebrales.
4. Las actitudes, conductas y emociones, inducen al cuerpo a la **acción** reactiva, también mediante mecanismos asociativos.
5. El ciclo se repite.

Todo este complejo proceso neuronal es reactivo, mecánico, inconsciente, irracional, robótico, salvo que usted esté *Presente, observando* todo ese suceder interior.

Esta programación que la naturaleza ha creado en el cerebro humano puede visualizarse así:



Si usted está Presente, observando, estos procesos reactivos – pensamientos, emociones, acciones– pueden cambiar de dirección, de intensidad, de calidad, de propósito, o simplemente dejar de suceder. Es decir, que usted puede transformarlos.

Toda esa suma de reacciones forma nuestra vida cotidiana, personal. Eso somos, por ahora. Cambiar la vida de uno, el ser de uno, lo que soy ahora, no es cambiar las circunstancias exteriores: es transformar las propias reacciones, cuando están sucediendo, mediante la observación pura del suceder, sin un sólo pensamiento. Es la práctica de la **percepción pura** de la realidad, tal como es.

**Aquí-Ahora-Esto** es el suceder interior en este instante, es la realidad de este instante, sea lo que sea; es la reacción que puede ser observada en este instante. No existe ninguna otra realidad, en este instante, **Aquí**.

Pero si no vemos que la “*vida exterior*” nos llega como impresiones que nos hacen reaccionar en forma mecanizada, no veremos dónde se halla el punto que posibilita el cambio de ser, dónde es posible trabajar para transformar el bajo nivel de ser.

Recuerde que su ser es lo que ha heredado más lo que ha aprendido... hasta ahora. Es decir, es la suma de lo innato más lo adquirido en el transcurso de su vida. Y lo que ha adquirido es su personalidad, su máscara para sobrevivir, su insoportable “*ego*”, su amado “*yo*”... que no existe; y su memoria episódica neuronal, donde conserva con pulcro cuidado los recuerdos de todo lo que ha sufrido.

Cuando usted inconscientemente necesita sufrir, simplemente invoca su memoria episódica, reconstruye los hechos imaginarios, y sufre. Esta conducta con sí mismo contiene un placer perverso que consiste en sufrir sin necesidad, por un hecho que pertenece al cementerio del pasado.

## **Su personalidad reacciona**

La personalidad es la suma de las **actitudes** aprendidas en el transcurso de la vida –ira, miedo y vanidad- y las **conductas** que de ellas se derivan.

(Le sugiero leer el artículo titulado “Su personalidad crea los problemas”).

Como hemos visto, las impresiones pueden caer en la **personalidad** o en la **memoria** donde se acumulan todos los conocimientos.

Cuando caen en la personalidad esta no las transforma, porque ella es una estructura rígida, un mecanismo psíquico, pero sí reacciona. ¡Este es el origen de la vida mecánica emocional!

La personalidad, que es el término que se aplica a todo lo adquirido psíquicamente, traduce las impresiones de un modo limitado, condicionado, según sus contenidos, su calidad y sus mecanismos asociativos. Estas traducciones son los significados que su personalidad le aplica a las impresiones, y según esos significados reacciona con emociones y acciones pertinentes.

¡Este es el origen de su vida mecánica emocional!

En este proceso de traducción reside el sufrimiento humano, los conflictos, las contradicciones, la insatisfacción con la vida, la desilusión con la vida, el desencanto con la realidad, el deseo de “*llegar a ser*” otra cosa, porque reniego de lo que “*creo*” ser.

Esta es nuestra situación interior. Lo que importa comprender es que la personalidad que todos adquirimos se hace cargo de la calidad de nuestra vida, sin darnos cuenta de cómo vivimos.

Y es inútil imaginar que esto sólo sucede a ciertas personas. Nos sucede a todos. Es la condición humana ordinaria, es la programación que la naturaleza creó en el cerebro para sus propios fines, que no coinciden con las posibilidades evolutivas del ser humano.

Es la observación de sí mismos la que nos puede mostrar que estamos poseídos por un reducido número de modos característicos de reacción, a las múltiples impresiones de la vida entrante.

¡Estamos poseídos por mecanismos!

¡Somos posesos!

Estas reacciones mecánicas nos gobiernan, pero la observación consciente de ellas nos va liberando de ellas, porque al observarlas nos separamos.

Todo lo observado se transforma, afirma la sabiduría milenaria y la Física Cuántica, porque la observación pura, sin pensamiento alguno, es la luz que ilumina los rincones más oscuros de nuestra personalidad.

## **Su memoria reacciona**

También las percepciones pueden caer en la memoria, y entonces el proceso reactivo es equivalente.

Según fuentes médicas las memorias son de cuatro tipos:

1. Memorias de procedimiento
2. Memoria semántica

3. Memorias de miedo
4. Memorias episódicas

Para el tema que estamos tratando la memoria episódica es la de mayor interés:

*“Las memorias episódicas son las memorias “fílmicas” personales que representan nuestra experiencia pasada, se codifican en el cerebro límbico y se almacenan en la corteza.*

*Son memorias que se mantienen vestidas de detalles personales, se mecen normalmente en una sensación de tiempo y espacio. Incluyen la memoria de “estar allí”, y son personales.*

*Cuando las recordamos recrean gran parte del estado mental en el que estábamos en el momento en que se asentaron.”*

Christopher Frith, neurólogo.

Cuando las impresiones caen en las memorias tipo 1 y 2 la reacción es un *“pensamiento funcional”*, en el sentido de que corresponde a las exigencias de las impresiones, que son las exigencias de la vida en ese instante.

Son pensamientos reactivos fácticos, que no crean dificultades, como cuando alguien le pregunta la hora, le piden una opinión técnica, recuerda un dato histórico, o monta en bicicleta sabiendo cómo es el equilibrio necesario.

Cuando las impresiones caen en las memorias tipo 3 y 4 la reacción es un *“pensamiento disfuncional”*, que surge del pasado, del miedo, del apego, que puede invocar emociones negativas, también reactivas, que causan sufrimiento... desde el pasado ya muerto.

De todas maneras los pensamientos, positivos o negativos, son los movimientos automáticos de la memoria frente a un estímulo; son reactivos, condicionados, limitados, inconscientes, irracionales.

(Le sugiero leer el artículo *“El problema del pensamiento”*.)

## Vivir la vida “tal como es”

Si las reacciones que forman nuestra vida personal son casi todas negativas, entonces también lo es nuestra vida. La vida consiste usualmente de una masa de reacciones negativas a las impresiones que le llegan de instante en instante.

¿Quién reacciona? Su personalidad, su memoria. Tal vez a este hecho se refería Jesucristo cuando dijo:

*“He aquí, el sembrador salió a sembrar. Y mientras sembraba, parte de la semilla cayó junto al camino; y vinieron las aves y la comieron... Y parte cayó entre espinos; y los espinos crecieron y la ahogaron... Pero parte cayó en buena tierra, y dio fruto, cuál a ciento, cuál a sesenta, y cuál a treinta por uno.”*

*San Mateo 13,3. Biblia.*

Luego nuestra tarea consiste en transformar las impresiones de modo que no provoquen reacciones, que no haya interpretaciones ni significaciones, que es vivir la vida “tal como es”, en su exacto sentido, sin agregar ni quitar nada, tal como lo propone el Zen. Pero si ya han penetrado en la psique y producido reacciones emocionales o mentales, nuestra tarea consiste en transformar esas reacciones.

Para vivir así es necesario estar Presente, despierto, alerta, atento a todo, observando el océano de impresiones que nos llega captados por todos los sentidos simultáneamente u observado las reacciones.

Si no se logra transformar las impresiones en el momento de su entrada, siempre se puede trabajar en las reacciones interiores producidas por ellas, cuando están sucediendo. Estas reacciones son los pensamientos, las emociones y las acciones, todo ello compulsivo.

Cabe agregar que no es posible acceder a un nivel más elevado de **ser** a menos que se produzca una **transformación**, y la idea misma de transformación se fundamenta en el hecho de que existen diferentes niveles, y se refiere al paso de un nivel de **ser** a otro.

Nadie puede alcanzar un nivel más alto de desarrollo sin transformación interior, y esta transformación exige una Presencia consciente, un Testigo Interior que observa la realidad “*tal como es*”, sin un solo pensamiento.

## ¿Y cuál es el alimento del tercer piso?

Hemos afirmado que el ser humano es una fábrica de 3 pisos. Que en el primer piso consume, procesa y digiere los alimentos ordinarios. Que el segundo piso consume, procesa y digiere el aire que respira. Que en el tercer piso consume impresiones, pero no las procesa, ni las digiere, ocasionando un gran desorden reactivo interno, que es el desorden en que vive la humanidad.

Entonces, ¿cuál es el alimento del tercer piso? Acudamos a una cita de Gurdjieff y la explicamos:

*“Siempre debemos recordar que con cada impresión exterior, sonora, visual u olfativa, recibimos desde afuera cierta cantidad de energía, cierto número de vibraciones; esta energía que penetra en el organismo desde el exterior es un alimento.*

*Más aún, como ya lo he dicho, la energía no puede ser transmitida sin materia. Si una impresión exterior introduce con ella una energía exterior en el organismo, ello significa que una materia exterior también penetra en el organismo, y lo nutre, en el pleno sentido de la palabra.”*

Fragmentos...

Esta cita del Maestro gana claridad si la asociamos con el gran descubrimiento de Einstein, a principios del siglo XX, la fórmula más famosa, simple, bella y universalmente conocida:

$$E = m c^2$$

La energía es igual a la masa  $m$ , multiplicada por la velocidad de la luz al cuadrado, que es de 300.000 km/seg., representada por la letra  $c$ .

En otras palabras, la Energía es masa y la masa es Energía. De manera que todo el universo material es energía y toda Energía se manifiesta en alguna forma de materialidad, desde la más ordinaria hasta la más sutil.

Es decir, que toda Energía contiene en sí cierto tipo de materialidad, según su vibración.

Apliquemos este principio a las percepciones:

El ojo no ve imágenes. El ojo percibe, capta vibraciones de ondas de la luz, las transforma en impulsos eléctricos que viajan por nervios ópticos hasta el cerebro.

El oído no capta melodías, sonidos. Percibe vibraciones de ondas del aire, las transforma en impulsos eléctricos, que viajan por nervios auditivos hasta el cerebro.

El olfato no capta olores específicos. Percibe vibraciones de partículas químicas, sensores en la nariz las transforma en impulsos eléctricos, que viajan por nervios olfativos hasta el cerebro.

Igual con el sabor y las sensaciones.

De manera que, sorprendentemente, lo único que los sentidos captan son **vibraciones**; es decir, que las percepciones son sólo **vibraciones**, energía vibrante que, según Einstein, contienen su propia materialidad sutil.

Si hay vibraciones hay energía, y si hay energía hay materialidad.

De manera que las percepciones captadas por todos los sentidos son vibraciones que contienen una materialidad, y es esa materialidad sutil la que penetra y hace que la máquina psíquica reaccione, tal como se ha explicado.

¿Y qué sucede si hay un Testigo Interior **observando** la entrada y la actividad de esa materialidad?

Si hay impresión y hay observación de sí, **conciencia de sí**, simultáneamente, ¿de dónde surge la energía que activa la conciencia? ¿De la energía de la impresión o de la reacción, que es la única que existe en ese

instante! ¡De la energía de la materialidad sutil de esa impresión, de esa vibración!

Ahí hay una mutación: parte de la materialidad de la impresión, o su totalidad, se convierte en la energía que activa la conciencia, si hay observación de sí en ese instante.

De manera que, cuando hay observación de sí, cuando hay Testigo Interior, cuando hay conciencia, esa materialidad vibrante de la percepción es el alimento del tercer piso, es la energía que alimenta al Testigo, a la conciencia.

Entonces, al transmutar su materialidad, la impresión o la reacción reducen su ímpetu, tal vez puedan ser redireccionadas interiormente, y aportan la energía que activa la conciencia.

Pero es condición la **observación de sí** en ese momento del suceder.

¿Hacia dónde se podría redireccionar la energía de las impresiones? Hacia el perdón instantáneo, hacia la comprensión del suceder, hacia la compasión, hacia el Amor a la existencia, hacia la vivencia profunda del suceder. Esto es Zen.

*“El Zen no es un sofisticado arte de vivir. Consiste sencillamente en vivir, siempre en la realidad, en su exacto sentido.”*

S. Suzuki

Sin un solo pensamiento.

## **El misterio oculto en las impresiones**

Las impresiones parecen tan obvias. El mismo diccionario las define de forma sencilla:

*“Marca o señal que una cosa deja en otra al presionar sobre ella; como la que deja la huella de los animales, el sello que se estampa en un papel, etc.”*

¿Pero realmente son así, tan elementales como una huella? Parece que no, Pueden involucrar otros elementos que las transforman en algo muy extraño, como si ocultaran un misterio. Veamos unos pocos casos.

- Un astrónomo puede **ver** con su telescopio una estrella que desapareció del Universo hace millones de años.

Realmente el no ve la estrella, sino la luz que emitió al estallar, que sólo ahora llega a esta galaxia.

La luz viaja a una velocidad de 300.000 km/seg.

- Según textos *“la estrella más cercana está situada a 40.400.000.000.000 de kilómetros de la tierra”*.

Si usted la **ve** ahora con su telescopio, esa estrella estuvo ahí hace 4 años y 4 meses.

Lo que usted **ve** es la luz de lo que estuvo ahí, pero ya no está. Pero usted la **ve**.

- Un ejemplo más cercano. El Sol dista de la tierra 150 millones de kilómetros. Esa distancia la recorre la luz en unos 500 segundos, que son unos 8.3 minutos. De manera que usted nunca podrá **ver** el sol directamente, porque el estuvo ahí hace 8.3 minutos. Es como si usted siempre llegara tarde para observar lo que sucedió.
- Aunque usted no lo crea, las “cosas” no tienen color.

Si algo es rojo es que ese algo absorbió todos los colores implícitos en la luz, pero refractó, reflejó, la frecuencia vibratoria del rojo.

Su ojo no capta el color rojo, sino la frecuencia vibratoria del color rojo.

Las percepciones para el ojo son las vibraciones ondulatorias de la luz, no los colores. Si algo es negro es que ese algo absorbió la totalidad de las frecuencias ondulatorias que componen la luz. El negro es la ausencia de color. Si algo es blanco es que ese algo refractó la totalidad de las frecuencias ondulatorias que componen la luz, pero ese algo no tiene color.

Pero usted **ve** cosas, y **ve** colores.

- Como hemos explicado, el ojo percibe **vibraciones** de la luz, el oído percibe **vibraciones** del aire, el olfato percibe **vibraciones** de moléculas. Entonces, los sentidos sólo perciben vibraciones. Los sentidos nunca perciben imágenes, ni colores, ni objetos, ni personas.

Sólo perciben vibraciones.

Y entonces, ¿qué es lo que emite esas vibraciones?

- La Dra. Rita Carter, neuróloga, dice en su libro “El nuevo mapa del cerebro”:

*“El cerebro no “ve”, “oye” ni “siente” el mundo exterior. Lo construye como respuesta a estímulos. Los estímulos en general vienen desde afuera: las ondas de luz, por ejemplo, rebotan en objetos y entonces tocan las neuronas fotosensitivas del ojo. Estas estimulan el cerebro para generar una imagen que concuerde con la información que está recibiendo.”*

Entonces, ¿el cerebro construye el mundo exterior?

- El cerebro no diferencia entre lo que visualiza y la realidad. Para el cerebro la realidad es lo que cree, lo que imagina, lo que visualiza, no el mundo externo. Dice la misma fuente científica:

*“Las alucinaciones, la imaginación y la visión real son, en esencia, la misma cosa en lo que respecta al cerebro. Si miramos el escán del cerebro de una persona mientras genera la imagen interna de, por ejemplo, su dormitorio, vemos actividades en las mismas áreas de visión y reconocimiento que se activarían si de verdad estuviera mirando el dormitorio.”*

## Conclusión

Ni con la mente ni con los sentidos podemos constatar si efectivamente el mundo exterior existe, realmente, afuera de sí mismo, o sí es un “constructo” del cerebro, como afirma el neurólogo Rodolfo R. Llinás.

Pero, de todas maneras, ilusoria o real, externa o interna, concreta o fantasmal, la percepción existe en mi cerebro y puede ser observada, puedo ser Testigo de ella, y esa observación de sí produce el alimento para nutrir el proceso evolutivo de la conciencia.

Parece como si afuera de sí no hubiera nada. Como si todo fuera creado dentro de sí.

La mente pensante no nos puede ayudar a resolver este misterio, porque ella misma es parte del galimatías que es la existencia.

Pero la meditación podría tener la clave del misterio oculto en la realidad.

Podría ser.

Habría que intentarlo...

Tras todo lo comentado queda una pregunta superior: ¿si el propósito de la naturaleza es la conservación de la vida sobre la tierra, como se afirma, por qué aporta la energía de las impresiones, que es el alimento físico para la evolución de la conciencia de sí?

¿Cuál es el nexo entre dos dimensiones tan aparentemente diferentes como la vida externa y la conciencia interna?

¿Por qué la posibilidad de la evolución de la conciencia?

Si las respuestas pertenecieran exclusivamente al campo de la mente racional, todo esto sería muy fácil de dilucidar y comprender, pero no es así. La mente racional es una función del cerebro, y el cerebro es una “forma” orgánica de la dimensión del mamífero, condicionada por los contenidos y el accionar de lo tridimensional, como la sociedad, el tiempo, el espacio...

¿Y cómo podríamos indagar en lo que está afuera de lo tridimensional? Es un hecho que hay un campo de acción muy reducido para lo racional y un Universo abierto para la irracionalidad de la existencia, que es el misterio, lo que no entendemos, lo que no podemos comprender pero podríamos vivenciar, que es la comunión directa sin pensamiento alguno.

Nos podemos mover internamente del entender al comprender, y del comprender a la vivencia pura de la realidad.

La Física Cuántica reconoce que la existencia toda es un mundo multidimensional donde las cosas no suceden en secuencia, sino simultáneamente, sin el concepto “*tiempo*”.

Reconoce, además, que “*todo está conectado con todo*”, que todas las partículas subatómicas están conectadas continuamente con todas las partículas subatómicas del Universo:

*“La idea de una “interacción cuántica” fue respaldada por Bohr y Heisenberg durante toda la historia de la teoría cuántica. Sin embargo, durante las dos últimas décadas ha merecido una renovada atención, al llegar los físicos a darse cuenta de que el universo puede estar interrelacionado de formas mucho más sutiles de lo que antes se había pensado. El nuevo tipo de interconexión recientemente observado refuerza las similitudes existentes entre lo físico y lo místico.”*

Fritjof Capra, El Tao de la Física.

Por otra parte, la absurda disputa histórica en relación a si somos materia o energía es la misma que agobia al pensamiento binario de occidente desde el comienzo de la filosofía, respecto a “*idealismo y materialismo*”.

Pero Einstein, con su famosa fórmula, puso punto final a la clásica dicotomía existencial. El constatar que las partículas de los átomos son energía y materia **simultáneamente**, llevó a los físicos a concluir que en todo el universo una parte de la realidad no existe sin la otra, lo que naturalmente sucede con nosotros mismos.

Porque la fórmula  $E= mc^2$  dice explícitamente que la energía **es** materia y la materia **es** energía. Entonces, una vez más, si las impresiones que aporta la vida externa son **vibraciones**, y las vibraciones son **energía**, y esa energía

sutil es materialidad sutil, se puede comprender que la vida externa, extrañamente, aporta el alimento sutil necesario para la evolución de la conciencia, si el individuo se asume.

Aquí se intuye el principio místico: Todo es Uno, Uno es Todo.

La evolución que se propone se desarrolla inicialmente en el aspecto psicológico, para luego transformar los contenidos del **ser**, y en esto se diferencia significativamente de la evolución biológica de las especies. Pero esencialmente se distingue de ésta en que la decisión del individuo interviene activamente en el proceso.

Es la decisión del individuo la que determina su destino, jugando con dos variables existenciales: su propia energía y la energía de sus circunstancias.

La mutación del individuo no sucede accidentalmente o en virtud de una inercia evolutiva: sólo puede lograrse gracias al “*trabajo sobre sí mismo*” que enseñan las Escuelas de Conocimiento, cuyo instrumento es “*la observación de sí mismo*”.

## **Bibliografía**

- Maurice Nicoll. Comentarios Psicológicos.
- Rita Carter. El nuevo mapa del cerebro.
- Rodolfo R. Llinás. El cerebro y el mito del yo.
- Robert S. De Ropp. El juego supremo.
- Fritjof Capra. El Tao de la Física.
- Virgilio Brenna. El Universo.
- René Rebetez. La odisea de la luz.