



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

---

FACULTAD DE FILOSOFIA Y LETRAS

PERCEPCION INTRASENSORIAL

PENSAMIENTO CONSCIENTE Y CREATIVO

TESIS DE LICENCIATURA

Para obtener el título de

LICENCIADO EN FILOSOFÍA

PRESENTA:

VICTOR MANUEL RANGEL ENRIQUEZ

DIRECTOR DE TESIS:

DR. VICTORICO MUÑOZ ROSALES

Ciudad Universitaria, México 2015





Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **DEDICATORIAS**

Al Dr. Victórico Muñoz Rosales: Por haberme guiado de principio a fin para realizar el presente trabajo, siempre animándome y resolviendo mis dudas con certeza y paciencia.

Al Lic. Carlos Alberto Vargas Pacheco: Porque fue la primera persona que me recibió cuando regresé a la facultad a indagar sobre la titulación y lo hizo con amabilidad e interés y me recomendó al Dr. Victórico.

A los Dres. Víctor Gerardo Rivas López, Jorge Arando Reyes Escobar y Ricardo Vázquez Gutiérrez, porque son muy agradables, accesibles y sabios.

A mi familia, porque siempre me respalda en todo.

**PERCEPCIÓN INTRASENSORIAL  
PENSAMIENTO CONSCIENTE Y CREATIVO**

**ÍNDICE TEMÁTICO.**

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>4</b>
<b>CAPÍTULO 1.- Percepción intrasensorial</b>	<b>8</b>
<b>CAPÍTULO 2.- Método de la percepción intrasensorial</b>	
<b>2.1.- El propósito</b>	<b>18</b>
<b>2.2.- El momento propicio</b>	<b>21</b>
<b>2.3.- Neutralizar los pensamientos</b>	<b>24</b>
<b>2.4.- Silencio interior</b>	<b>27</b>
<b>2.5.- Enfoque</b>	<b>30</b>
<b>CAPÍTULO 3.- La percepción intrasensorial en filosofía</b>	<b>36</b>
<b>CAPÍTULO 4.- La percepción intrasensorial en el arte</b>	<b>51</b>
<b>CAPÍTULO 5.- La percepción intrasensorial en la ciencia</b>	<b>63</b>
<b>CAPÍTULO 6.- La percepción intrasensorial en el misticismo</b>	<b>71</b>
<b>CONCLUSIÓN</b>	<b>81</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>86</b>

## INTRODUCCION

Cierta actitud filosófica es indispensable para lograr comprensión de la realidad y de sí mismo. La curiosidad es una de ellas: nos hace preguntarnos e indagar el mundo que nos rodea y la forma en que lo captamos, nos impulsa a conocer.

La admiración también impulsa el conocimiento, aceptamos que lo que tenemos frente a nosotros es desconocido y deseamos descubrirlo, nos sorprende y queremos desentrañar sus misterios, lo cual nos conduce eventualmente a su conocimiento.

Al mismo tiempo, esta forma de ir explorando la realidad despierta diversas emociones, como el entusiasmo que hace más intensa la experiencia filosófica.

Tal vez el conocimiento que se logra de este modo no es aún riguroso, pero es satisfactorio, tiene una validez que puede ser temporal dependiendo de la profundidad a que queramos llegar posteriormente. De cualquier modo, ya esta actitud, indica un deseo por saber, un interés por aprender, y mientras mayor sea este interés, más atención ponemos al proceso; prácticamente aumenta nuestro estado de alerta para captar u obtener una visión lo más completa de la realidad exterior, (o interior en este caso).

Y aquí es donde se puede suscitar una conciencia repentina de nuestra propia existencia, una autopercepción que nos empuja a explorarnos o introspeccionarnos con más seriedad; la actitud libre e ingenua quiere ahora ahondar en la condición humana, en el tiempo, en la muerte, en la propia conciencia; quiere revisar el interior de la mente, intentando descubrir ahí una respuesta a la realidad y al ser.

Dado este viraje hacia adentro, ¿qué podemos encontrar aparte de la seguridad de que existimos?, ¿vamos a utilizar también nuestros sentidos como lo hacemos cuando conocemos el mundo exterior?, ¿cómo sabremos que estamos conociendo y no imaginando cosas inexistentes?, o sea, ¿tiene consistencia eso que encontramos ahí?

En parte este profundizar en uno mismo casi no se realiza mientras se aprende del mundo exterior, hace falta cierta crisis provocada por la

esterilidad de los conocimientos objetivos, no porque sean inútiles, sino que, en cierto punto en nuestra búsqueda filosófica, no son suficientes para satisfacer nuestras inquietudes más genuinas; los conocimientos científicos nos dan una explicación rigurosa de la realidad, pero hay algo en nosotros que se rebela a aceptar respuestas tan escuetas, algo que quiere interpretar, aportar o generar consideraciones personales, quizá destinadas a posicionarnos ante esa realidad. Muchas veces tiene más consistencia para nosotros la serie de pensamientos derivados en torno a un conocimiento científico que el conocimiento mismo.

Otra faceta a tomar en cuenta cuando se está conociendo ya de forma más consistente el mundo exterior, es que se va creando, o más bien, va creciendo un mundo interior que adquiere, por decirlo así, vida propia; nos rebasa y, si no tenemos cuidado puede establecerse más allá de nuestro control consciente; se debe a lo siguiente: nuestro cerebro no descansa, nosotros sí, no sólo descansamos un buen número de horas, sino además trabajamos; nos ocupamos constantemente al convivir, al atender nuestras necesidades fisiológicas, al distraernos, etc. Conocer y aprender se vuelven secundarios, pensar y meditar son actividades a las cuales se dedica muy poco tiempo durante el día; por el contrario, el cerebro no duerme, es un “rumiante” de pensamientos, de todo tipo de pensamientos y otros elementos sensoriales; trabaja con lo que se le haya provisto; manipula lo que tiene a su alcance y si se le deja en “automático”, lo más probable es que solo produzca pensamientos ociosos, anárquicos, informes, absurdos, repetitivos o muy elementales.

Si logramos dirigir conscientemente y con voluntad nuestras percepciones, el cerebro va a generar pensamientos coordinados y lo va a hacer ininterrumpidamente; se torna creativo y prolífero, algo que por nuestra cuenta aún con cierto esfuerzo consciente resulta difícil. Por eso es útil aprender a mirar hacia adentro de nosotros mismos y entender de qué modo está manejando nuestro cerebro las percepciones.

Esta identificación con los procesos interiores permite que sea más significativa la comprensión lograda; esclarece con más facilidad nuestras inquietudes filosóficas.

Debido a que planteamos conscientemente preguntas filosóficas y las dirigimos a nuestro interior para que ahí se geste una respuesta, lo más

probable es que de pronto la recibamos como si la escucháramos o como si la viéramos en el interior de la mente, a veces podemos lograr esto mismo en una sola sesión, pero resulta mucho más intenso el esfuerzo; en cambio, si aprendemos a delegar el trabajo a nuestra mente, considerando y aprovechando que el cerebro humano tiene esa capacidad de pensar distintas cosas a gran velocidad y crear por sí mismo una compleja red de asociaciones, tendremos un gran auxiliar de nuestro lado; sólo habría que desarrollar la habilidad de saber “sintonizarse” o propiciar el estado ideal de introspección para encontrar o recibir lo que hayamos determinado esclarecer.

Tendríamos pues, dos formas de interpretar la realidad: una basada en los resultados de la ciencia, objetiva, universal y, en cierto modo, desprovista de emotividad; la otra, aun utilizando esos mismos conocimientos va más allá, en el sentido de que los cuestionamos para ajustarlos a nuestras propias perspectivas, a la vez que profundizamos en ellos para obtener una comprensión personal, una comprensión que se ha fraguado interiormente y que satisface más las inquietudes y actitudes filosóficas que se mencionaron anteriormente.

El tipo de introspección requerido para esta otra forma de conocer, también puede ser utilizado en la actividad estética: proveemos a nuestra mente de información, preguntas, referencias y todos aquellos elementos pertinentes de acuerdo a nuestras inclinaciones artísticas y ésta, según nuestro enfoque en el tema, nos entregará a su vez un resultado que puede ser en forma de imágenes, símbolos, sonidos, palabras, etc., los cuales generan la anhelada inspiración creadora.

Tampoco en la creatividad se descartan las experiencias espontáneas, porque el artista, siendo muy sensible, puede de pronto sentir la necesidad de expresarse; proceso muy similar en el místico, quien además experimenta la exaltación y el éxtasis profundo; el místico quiere, o es llevado a conocer la realidad en sus estratos más elevados; es decir, que a través de la experiencia mística, busca una comprensión más directa de las causas del ser, de la existencia y de sí mismo.

Finalmente, habrá quien, debido a un control profundo de sus percepciones intrasensoriales, logre conjugar lo filosófico, lo artístico y lo místico; llegando así a su máxima capacidad consciente.

Vamos, entonces a proponer en este trabajo, un método auxiliar para dirigir los pensamientos cuando éstos se vuelven difíciles de aprehender; cuando se tornan oscuros o incomprensibles, o bien, cuando parecen tener el control de nuestra mente y no viceversa.

El método sería aplicable, a su vez en la actividad estética, porque nos ayudaría en la relajación y en la profundización de los sentidos internos para aumentar la creatividad.

En la experiencia mística el método es tan solo un indicador de las fases iniciales que habrían de seguirse para llegar al “borde” de lo que cada quien tendría que experimentar ya en forma personal e íntima.

## **CAPÍTULO 1.- Percepción intrasensorial**

Todos, o casi todos hemos experimentado estados emocionales y/o mentales muy peculiares, en cuanto a que no nos ocurren comúnmente y sin embargo, en forma espontánea, se nos muestra la solución a un problema que no podíamos resolver por más que pensábamos en él, o nos inundamos de alegría, exaltación o inspiración sin que parezca haber una causa precisa. Son estados que pueden tener diversos rangos de intensidad, duración o contenido y parece posible generarlos y utilizarlos a voluntad; ocurren a veces al estarnos relacionando con el mundo exterior y otras, la mayoría, como experiencias subjetivas, por lo cual se hace difícil su explicación, sólo cuando lo percibimos interiormente cobran existencia y validez como objetos de estudio.

Ya que se trata de estados de conciencia, me permito denominarlos percepciones intrasensoriales, porque encuentro que son susceptibles de organizarse y complementar las funciones mentales de pensar y comprender la realidad.

Entendiendo la naturaleza de ésta, que podría considerarse como una facultad de nuestra mente, estaríamos capacitados para esclarecer con más facilidad los pensamientos, para lograr inspiración creativa o experimentar estados místicos.

Asumo que muchos de nosotros hemos tenido este tipo de experiencia, pero no todos la aceptamos como verdadera, aun cuando nos haya impactado. Una serie de prejuicios nos impide asimilarla e integrarla a nuestros procesos mentales: o ser muy racionales y rechazar todo aquello que escape al rigor del análisis científico; o sentir vergüenza por haber violado ciertas convicciones personales respecto a lo intangible, o por no aceptar que las dicotomías típicas que norman nuestras creencias sobre la realidad pueden alterarse o disolverse; o por tener una memoria pobre y olvidar rápidamente la experiencia; o bien por no tener expresiones o elementos para explicarla o comprenderla.

Lo de menos sería descartar como reales dichos estados, pero ello equivaldría a ignorar lo que filósofos, místicos, artistas, científicos, chamanes y otros grupos de personas han experimentado y narrado desde la antigüedad hasta nuestros días.

Si se tratase de experiencias completamente ajenas entre sí, no tendría sentido analizar el asunto, pero existe una similitud extraordinaria en todas ellas, no importa qué tan alejadas estén entre sí en tiempo y espacio. No es exactamente un patrón o un hábito que se repita y que la ciencia pueda medir para deducir cierta verdad; la variación observable se da en la forma y no en el fondo, debido precisamente a la visión e interpretación personal de cada quien.

Ahora bien, el elemento de veracidad en estas experiencias tiene que ver con la posibilidad de repetirlo y aprovecharlo con ciertos fines, porque mientras más propiciamos su ocurrencia, más control tenemos sobre sus resultados.

Una vez conociendo los principios en que se fundamenta, es posible investigar aún más la mente humana en esa dirección y desarrollarla hasta establecer estas otras facultades como algo normal; entonces para ensayar una definición de lo que podría considerarse como percepción intrasensorial, parto en primer lugar de la acepción más simple del término percepción: el de ser un acto interpretativo de la realidad, influido por expectativas, creencias y valores, o bien, a la definición de La Enciclopedia del Idioma:

“Sensación interior que resulta de una impresión material, hecha en nuestros sentidos. Se dice en general de todo conocimiento, acto y resultado de las facultades de conocer asimilándose al objetivo y dándose cuenta de él; Equivalente de *aprehensio*.”<sup>1</sup>

La percepción es dirigida por la atención, el interés y las relaciones internas de los datos ya existentes en la mente, más aún, el integrar experiencias y asociaciones diversas, hace que siempre percibamos el mundo exterior desde una perspectiva propia, activamente y con todo tipo de interpretaciones personales, de ahí su caracterización como acción interpretativa.

---

<sup>1</sup> Martín ,Alonso, *Enciclopedia del idioma*, Editorial Madrid, 1958, pág. 75

Podríamos introducir aquí para mayor aclaración, la dicotomía sencilla, pero problemática entre ideas y objetos, datos sensoriales y cosas materiales, entre la experiencia y sus objetos, entre sujeto y objeto, etc.

Como sujeto puedo representar en mi mente o aprehender de diversos modos un objeto:

a.-En forma mecánica: Como sujeto no apporto interés ni pongo atención; no tengo ningún propósito en esta relación, sólo estoy siendo “bombardeado” por todo lo que me rodea pero no enfoco nada.

b.-En forma activa: Le doy un lugar especial a los datos que recibo, los mantengo animados por algún interés o propósito.

c.-Con vivencia: Experimento lo que percibo, lo cual ocupa un lugar preponderante en mi mente; queda registrado con intensidad.

d.-Con imaginación: Agrego elementos que no están necesariamente llegando a mí del objeto, sino que mi mente los aporta.

Todos los datos que percibo del mundo exterior, ya sean objetos o acontecimientos, quedan registrados en mi mente aún sin estar consciente de este proceso, porque siempre hemos estado recibiendo y seguimos recibiendo y almacenando en nuestra mente todo lo que percibimos. De hecho no quedan registrados en una forma completamente inerte; no quedan como en un archivo o en un escaparate, etiquetados o muertos, no; a todo dato se van adhiriendo otros datos relacionados o complementarios y se mantienen activos (en forma latente).

Si percibo , por ejemplo, una botella común, no la etiqueto como tal en mi mente, con una definición, sino que asocio inmediatamente, a veces conscientemente y a veces no, varios conceptos, que se originan de otros conceptos o de diferentes experiencias en torno al objeto; así se adherirán conceptos de líquidos, de materiales, de formas, de experiencias, etc.. Esto es en el lado mecánico únicamente; más adelante analizaremos lo que ocurre cuando interviene algún propósito, o la imaginación, o la utilidad de tales conceptos.

Al registro mental de botella, se añadirán ideas de leche, jugo, agua, vidrio, cartón, plástico, litro, medio litro, de color blanco, azul, rojo, etc.

Es, precisamente de esta forma como las dendritas de las neuronas cerebrales se enlazan en infinidad de conexiones, realizando las sinapsis.

Ya desde este momento están interviniendo también, aunque en forma diferente y a gran velocidad, las experiencias, las preferencias u otro tipo de vivencias relacionadas con el objeto. Si es una botella de leche surgirán en mi mente escenas relacionadas con tal producto, quizá hasta llegue a experimentar salivación o secreción de jugos gástricos.

El objeto de conocimiento no quedó tan solo como una representación, ni formó tan solo una idea simple; desencadenó un buen número de conexiones y algunas reacciones tanto mentales como fisiológicas.

Ahora bien, cuando nos enfrentamos por primera vez a un objeto, la mente humana lo indaga a través de los sentidos; lo escrudiña, lo relaciona con otros objetos similares, se formula preguntas en torno al mismo. Si se trata de un objeto material que percibimos por primera vez, tenemos que aportar más datos a nuestra mente; varios sentidos intervienen y la curiosidad motiva la comprensión; se ejerce más atención, (la conciencia es más participativa); surgen las preguntas de investigación: cómo, por qué, etc.

Supongamos que me presentan una berenjena por primera vez. Lo más común es que no lo lleve a la mente en una forma completamente mecánica de decir: “se trata de un fruto oscuro, alargado, brillante”, y ya; lo más seguro es que lo toque, lo huelo, lo analice y quiera saber más, incluso de su origen, de su sabor o de sus preparaciones culinarias, etc., hasta agotar lo más posible las relaciones que pueda tener con la variedad de sabores, texturas o formas que ya conozco. A esta percepción que estoy recibiendo se agregan además las circunstancias que rodean la experiencia: ¿estoy en Arabia o en un restaurante árabe?, ¿alguien me está dando a conocer el fruto?, ¿lo compré porque me fascinó su forma y color?, etc.

Cuando perciba de nueva cuenta una berenjena, todas esas circunstancias que envuelven el concepto se presentarán nuevamente, aunque cada vez con más debilidad.

Si en la primera impresión, las circunstancias tanto del sujeto como de la presentación del objeto son intensas, es decir, si las características del objeto han creado en el sujeto emociones intensas, experiencias muy gratificantes o muy traumáticas, es obvio que su registro es más hondo y

perdurable; no quedan tan sólo como datos en la conciencia, quedan como experiencias y se recuerdan fácilmente.

Si la ciencia o nuevas experiencias enriquecen el concepto que tenemos de algo, se amplían sus características a nivel mental y vuelve a quedar en su área correspondiente.

Vemos entonces que la imagen del objeto en el sujeto no es completamente pasiva.

En la percepción tomamos conciencia del mundo exterior. Es una concientización directa de datos sensoriales, y eso la hace ya una forma de conocimiento, en la que hay inmediatez y certidumbre, especialmente cuando se realiza un esfuerzo especial de atención. Aquí interviene el planteamiento de lo que podría ser la conciencia: ¿es una intuición inmediata de los hechos interiores y subjetivos?, ¿una certeza de la propia existencia?, o un estar despierto y atento a todo lo que experimentamos.

Ya Descartes aceptaba que tenemos conciencia del contenido de nuestra conciencia, o sea que en otra serie de relaciones entre el sujeto que conoce y los objetos de conocimiento que no son exteriores a él, sino que están dentro de sí, la atención examina los objetos de la propia conciencia:

“La mente, mientras concibe, se concentra en cierto modo en sí misma.”<sup>2</sup>

Plotino afirmaba que la inteligencia es el objeto de sí misma, inteligible para sí misma y no para los sentidos:

“La inteligencia se pensará a sí misma, por cuanto es ella el pensamiento y por cuanto es ella lo inteligible pensado por su pensamiento al cual es idéntica.”<sup>3</sup>

Para Dilthey, las impresiones sensibles y las operaciones elementales del pensamiento no nos ofrecen conexiones suficientes con el objeto:

“La condición más general bajo la que se halla todo conocer, valorar, actuar con arreglo a fines, en general,

---

<sup>2</sup> Descartes, *Meditaciones metafísicas*, Argentina, Editorial Aguilar, 1980, pág. 70

<sup>3</sup> Plotino, *Las Enéadas*, libro 3º. Parágrafo V, México, Ediciones Ateneo, S.A., 1980, pág. 307

toda conexión producida por la conciencia, es la conexión de la propia conciencia.”<sup>4</sup>

En el lado subjetivo pueden darse innumerables conexiones con las imágenes o representaciones de los objetos; incluso se puede activar a sí mismo, con una participación mínima de la conciencia o sin ésta.

Aquí es donde pretendo introducir la percepción intrasensorial. Porque no quiero que ese lado subjetivo se mantenga funcionando por sí mismo, sin darme cuenta; ¿Qué voy a hacer para organizar esos contenidos subjetivos?, ¿Cómo puedo utilizarlos con ciertos propósitos y aprovecharlos en el conocer? En otras palabras, no quiero que los datos se muevan sin dirección; quiero que trabajen para mí y quiero utilizarlos conscientemente.

Cuando logro encauzarlos me ofrecen resultados tarde o temprano, aunque yo no esté consciente del proceso que siguieron; solo sé que de pronto, se presenta a mi escenario interior el esclarecimiento. De modo similar a cuando me enfrento al mundo exterior, en el cual los sentidos participan para captar lo más cabalmente un objeto, así mis sentidos van a trabajar, pero ahora dotados de intención y dentro de mi mente.

Asimismo, para hacer más intensa una experiencia de tipo interior, puedo alterar la mecanicidad de la relación con los objetos y “ensanchar”, por decirlo así, su percepción misma.

Normalmente dejo que una percepción sea simple, no hago un gran esfuerzo de atención o de conciencia al captar un objeto; sin embargo, cuando quiero acrecentar la percepción interior, ya desde la captación estoy agregando algunos esfuerzos adicionales como el de intentar relacionarme de ser a ser. Me apoyo en Vasconcelos con la siguiente cita:

“Obsérvese que hablo de ser y no solo de mente porque es con el ser entero, sin desdén de una sola de sus capacidades, como deberemos acercarnos al misterio de la existencia exterior, en el instante en que salimos,

---

<sup>4</sup> Wilhelm Dilthey, *Teoría de la Concepción del Mundo*, México, FCE, 1945, pág. 252

todavía permeados del misterio de la existencia interior.”<sup>5</sup>

Sin entrar a fondo en un problema ontológico y sin darle vida a los objetos exteriores, me dejo saturar de las impresiones más significativas que el objeto provoca en mí, casi como estarse adentrando en su ser; ni siquiera activo mi imaginación porque esa sería ya una actividad interna e intensa. La imaginación actúa, o cuando no tengo un cuadro completo de lo que estoy conociendo, o cuando creo imágenes nuevas con los datos o la combinación de datos ya existentes en mi mente.

Cuando adopto esa actitud receptiva ante el objeto, manteniendo un gran interés por conocerlo, la intuición es la única antena que penetra en los detalles que pueden recibirse del objeto.

Este hábito me ha permitido captar datos del exterior con más intensidad, interés y creatividad y del interior con más claridad.

Propicio en mi mente una riqueza de combinaciones que pueden o no ser verdaderas de acuerdo a la ciencia, pero que a mí me satisfacen porque llenan ciertas expectativas o quizá porque fueron producidas en mi interior.

Ahora me voy a permitir citar a Bergson:

“La materia y la vida que llenan el mundo están también en nosotros; cualquiera sea la esencia íntima de lo que es y de lo que se hace, nosotros somos ello.

Descendamos entonces al interior de nosotros mismos; cuanto más profundo sea el punto que toquemos, más fuerte será el impulso que nos volverá a la superficie. La intuición filosófica es ese contacto, la filosofía ese impulso”<sup>6</sup>

Regresando al tema que nos ocupa, utilizo el término intrasensorial por dos motivos: Primero, porque no es exactamente lo que se considera como intuición, en el sentido de ser una percepción clara e inmediata de una idea o una verdad sin necesidad de razonamiento lógico; la intuición es un

---

<sup>5</sup>José Vasconcelos, *Tratado de Metafísica*, en Obras Completas, tomo III, México, Libreros Mexicanos Unidos, 1957-1961, pág. 426

<sup>6</sup>Henri Bergson, *Introducción a la Metafísica*, México, Editorial Porrúa, colección “Sépan Cuántos”, 491, 1980, pág. 16

producto pero no un proceso; de pronto estamos frente a una comprensión “libre de dudas”, como expresaba Descartes.

La percepción intrasensorial, considerada en este caso como una actividad que nos permite ahondar en el conocimiento subjetivo, acepta información o datos incluso científicos y los organiza para generar esa misma clase de comprensión interior a que nos conducen las intuiciones espontáneas y esporádicas.

Ya con más dirección y después de haber sido planeada cuidadosamente, la percepción intrasensorial superaría la espontaneidad y podría aportarnos un resultado en forma de comprensión o esclarecimiento intelectual.

Aparentemente existe aquí una contradicción, porque planear es un proceso consciente o racional, pero uno de los objetivos que se pretende alcanzar con la percepción intrasensorial es saber cómo sabemos algo, mientras que con la intuición sabemos algo, pero no sabemos cómo lo sabemos y ahí puede volverse intermitente el proceso de saber más, porque habría que esperar a que se presente nuevamente otra intuición.

Claro que persistirá la duda de si el conocimiento obtenido por este medio es más objetivo, más confiable o más válido que el de la intuición, y no se puede afirmar que así sea, porque sigue siendo una experiencia subjetiva.

Segundo, para delimitarlo de lo que se ha dado en llamar percepción extrasensorial, que hace referencia a una gama de manifestaciones que van más allá de lo que se considera normal y en las que participan los sentidos y la mente en grados extremos, siguiendo leyes físicas no conocidas o para las cuales no se dan aún explicaciones satisfactorias.

Considerando la existencia de estas facultades denominadas extrasensoriales, se podría decir que se requiere para manifestarlas, o de una disposición natural o de un entrenamiento rígido, más rígido aún que el requerido para desarrollar la percepción intrasensorial. Ambas facultades tienen en común su origen subjetivo, pero varían en sus finalidades: la percepción intrasensorial sería útil para organizar nuestros pensamientos y crear más claridad o comprensión a nivel mental, además de que puede ser utilizada como método para provocar la creatividad estética o los estados místicos, mientras que la percepción extrasensorial se dirige con más frecuencia de dentro hacia afuera. Los sentidos, como la vista, actúan para

ver más allá del rango de visibilidad normal, para ver el futuro, para ver el interior de otras personas, para ver espíritus o para percibir las huellas que alguien deja en un objeto; como el oído, que, en cierto modo, participa de la telepatía, al enviar y recibir mensajes mentales, sin importar las distancias; como el tacto, que puede sustituir a la vista o aplicarlo en la llamada curación psíquica; en fin, son fenómenos de los cuales se ha ocupado la ciencia, pero le han resultado inaprensibles. .

La percepción intrasensorial podría relacionarse con conceptos tales como visión, comprensión o conciencia interna; lucidez mental, concentración profunda, imaginación o intuición de tipo resolutivo; pero elijo el término percepción intrasensorial porque se presta más a desarrollarlo como método.

No es exactamente un estado ordinario de conciencia, en el cual se utiliza el pensamiento lógico como el más lúcido o el único, ni es un estado superior de conciencia, porque no tiene jerarquía en relación a otros estados mentales; simplemente se trata de una función o quizá de un proceso que nos permite mejorar la coherencia mental.

Estoy proponiendo principalmente un método que nos permita enfocar, aumentar la intensidad de la conciencia interna y acceder a un mundo interior, que no es fantasía, ni está envuelto en el misterio, sino que encauza incluso las intuiciones erráticas en un sistema más ordenado que controla imágenes, pensamientos, sonidos, discursos, impresiones, etc. que tienen lugar en nuestro interior.

No es ningún poder mental, insisto, ni alguna facultad desconocida o exclusiva; solo es la ejercitación de una función más de la mente; una función que no acostumbramos utilizar por falta de interés o falta de método; una función que no se ha estudiado lo suficiente.

De diversas formas, varios pensadores nos han indicado que debemos adentrarnos en el objeto de conocimiento y llegar a su esencia, o que podemos directa o inmediatamente percibir la realidad de algo; o que examinemos interiormente la totalidad de la realidad y no fragmentos; o que a algo que deseemos conocer lo desliguemos de sus fenómenos, o que superemos el dualismo existencia- comprensión de la naturaleza esencial del universo; o ideas parecidas, pero no nos dicen cómo lograrlo y la verdad, no todos poseemos esa capacidad de percibir inmediatamente la

realidad de algo, ni la habilidad de comprender sin razonar. Eso es precisamente lo que voy a intentar, el proponer cómo podríamos desarrollar tales capacidades

## **CAPÍTULO 2.- Método de la percepción intrasensorial**

### **2.1 El propósito**

El método que estoy sugiriendo se inicia con el propósito o la intención de quien vaya a utilizarlo; porque ya desde aquí implica una labor mental difícil.

El método en general tiene que ver con la claridad y la concentración y esto debe ocurrir desde el inicio del proceso.

Mientras no sepamos exactamente qué es lo que buscamos, no daremos la pauta a nuestro contenido mental para desenvolverse y aportar todo lo que será necesario en la obtención de un buen resultado.

Una meta errática contribuiría a producir pensamientos innecesarios y marcaría rutas difíciles de seguir.

Si decidimos experimentar el proceso sólo para ver qué ocurre, o sea que nos saltamos el primer paso de planeación, de todos modos vamos a llegar al punto en el cual es necesario dejar la mente “en blanco” y eso nos regresa al paso número uno o nos enfrenta a dificultades para desarrollar las etapas siguientes.

A pesar de no establecer una meta precisa pueden ocurrir sorpresas, especialmente en el área artística; porque un artista puede decir, en forma general: “Quiero que me llegue alguna idea”, y ese interés o deseo por alguna idea se vuelve el propósito en sí, lo cual le conduce a los pasos siguientes sin problema. En casos como éste lo que puede ocurrir es que se produzca una abundancia de ideas y el receptor, si tiene buena capacidad de captación pueda traducirlos a la realidad; si carece de esa capacidad perceptiva puede quedar confundido.

Por el contrario, si el propósito de la búsqueda está muy bien establecido, el experimentador puede pasar directamente a las fases de creatividad, lo cual no indica que se esté saltando secuencias, sino que éstas son recorridas a gran velocidad. Este sería también el caso de aquellas personas que en forma natural tienen el don o la facilidad del descubrimiento o la creatividad, aunque a veces el “eureka” los sorprende en situaciones inesperadas.

Este deslizamiento a la percepción en su punto más creativo es notable en filósofos y científicos. En filósofos porque han ejercido con más constancia su mente y ese poder de abstracción les permite tener control sobre sus pensamientos; en científicos porque generalmente manejan en su mente un solo problema a la vez o varios relacionados entre sí, con los cuales trabajan concienzudamente.

Es en ellos en quienes ocurren las intuiciones que yo llamo resolutivas, porque pueden, con base en una idea, llegar directamente a una solución y muchas veces, pueden mantener en su mente tal solución antes de llevarla a la práctica.

Más adelante veremos algunas posibilidades y combinaciones que pueden darse en diferentes áreas de actividad humana, especialmente en las cuatro que desarrollaremos; filosofía, arte, ciencia y mística.

También hay que considerar la experiencia y la práctica en alguna línea de actividad. Por ejemplo, si yo como artista he logrado atisbar en ese mundo interior, mis propósitos al hacerlo van siendo cada vez más específicos, el acceso más rápido y los resultados más fáciles de obtener.

Si yo necesito pintar un óleo relacionado digamos con la dualidad, (mente-cuerpo, día-noche, etc.); este es el concepto equivalente a la intención o propósito con el que va a trabajar mi mente. Cuando logro ponerla en blanco, se convierte en un ámbito mental, en donde se suceden o `proyectan imágenes sugerentes al tema elegido. Tengo que conectarme a esas percepciones para retenerlas con toda claridad y poder después expresarlas; cuando estoy satisfecho de lo que vi y retuve, dibujo bocetos y en estos me baso para la composición y la creación de la obra, la cual a veces coordina o es fiel a lo percibido con el ojo interior.

Ahora bien, muchas veces me ha ocurrido que las imágenes van acompañadas de música clásica, música que no identifico o que nunca he escuchado, pero que es ejecutada con una claridad inusitada, la disfruto intensamente pero no soy músico, si lo fuera escribiría su partitura.

Quizá la experiencia de un músico sea escuchar la música y a la vez, ver en su mente las notas y los instrumentos que intervienen en el concierto.

Mis reflexiones filosóficas ahora las complemento con la actividad artística; en forma casi natural me adentro en el arte, llego con facilidad a la etapa creativa, pero aun así, debo pasar por el método de la percepción intrasensorial, para sentirme más seguro de los resultados que habré de obtener.

El talento natural, la formación académica, la experiencia, la capacidad de inventiva y otras características personales, determinarán una introspección adecuada y fluidez hacia la creatividad, por eso ciertos artistas, filósofos y místicos parecen no necesitar de método alguno.

## 2.2 El momento propicio

Encontrar un momento propicio para experimentar el proceso planteado podría parecer imposible: Las exigencias de la vida moderna, casi febril, aunadas a la pereza, a la gran cantidad de entretenimientos, al ocio estéril, al hipnotismo que ejercen las influencias exteriores, las trivialidades que ocupan nuestra mente o nuestros actos, etc., todo ello hace que pongamos de pretexto el no tener tiempo extra que dedicar a la vida interior; se considera inútil hacer algo que no ofrezca ganancias monetarias, resultados visibles o beneficios materiales.

En realidad no se trata de separar media hora de nuestras vidas, (aunque sería lo ideal), para aislarse en la quietud de algún lugar y colocarse en una posición especial con tal de lograr la incursión en uno mismo, muchos llegan a la percepción intrasensorial caminando tranquilamente, escuchando cierta música, contemplando obras de arte, sentados en una iglesia o bajo un árbol, oliendo incienso, concentrándose en la flama de una vela o cualquier otra cosa.

“Cuando, por así decirlo, soy totalmente yo mismo y estoy completamente a solas y de buen ánimo, digamos viajando en un coche o caminando después de una buena comida, o durante la noche cuando no puedo dormir, es en tales ocasiones cuando las ideas fluyen mejor y más abundantes. de dónde y cómo llegan, no lo sé; y tampoco puedo forzarlas.”<sup>7</sup>

Uno tiene que reconocer esos momentos que parecen mágicos, cuando estamos envueltos en una aura de calma, en un reposo interior que parece aislarnos de todo tipo de ruidos y perturbaciones; en un equilibrio mental acompañado de especulación, a la vez que ciertas emociones se van apoderando de nosotros: alegría, exaltación, paz, expectación y admiración.

Todo empieza a parecer bello: el pasaje de una obra literaria o algún pensamiento filosófico; una obra musical, un buen recuerdo, el rostro de alguien, etc.

---

<sup>7</sup> Yves y Ada Remy, *Mozart, un Músico Libre*, España, Espasa y Calpe, 1974, pág. 112

Cuando algo así ocurre estamos en el momento propicio, para el segundo paso de la percepción intrasensorial.

Debemos cultivar y conservar estos momentos especiales; son para atesorarse porque aparte de ser escasos, representan el preámbulo para trabajar con más facilidad en las percepciones interiores que nos guían a la creatividad.

Sentarse, relajarse, guardar silencio, colocarse en una posición de yoga, o algún otro tipo de ritual no es de vital importancia, a veces puede distraernos en lugar de ayudar.

Hay personas que puedan abstraerse con facilidad cerrando un momento los ojos, tocándose el dedo pulgar, cruzando la pierna, y otro tipo de trucos que les han funcionado.

Carl Gustav Jung se “arrellanaba” en un sillón viejo de su casa y de ese modo entraba en estados particulares de conciencia de los que obtenía las bases para sus teorías.

Lo que sí debe preverse es no estar en una situación de peligro, como manejando algún vehículo o caminando en un lugar escabroso; también es recomendable no ser interrumpido, porque luego cuesta mucho trabajo volver a empezar.

Sócrates entraba en esos estados de percepción interior repentinamente, pero sus discípulos o conocidos no le interrumpían:

“... Pero ved lo que hizo y soportó este hombre valiente durante esta misma expedición; el rasgo es digno de contarse. Una mañana vimos que estaba de pie, meditando sobre alguna cosa. No encontrando lo que buscaba no se movió del sitio y continuó reflexionando en la misma actitud. Era ya mediodía, y nuestros soldados lo observaban, y se decían los unos a los otros que Sócrates estaba extasiado desde la mañana. En fin, contra la tarde, los soldados Junos, después de haber comido, llevaron sus camas de campaña al paraje donde él se encontraba, para dormir al fresco (porque entonces era el estío) y observar al mismo tiempo si

pasaría la noche en la misma actitud. En efecto, continuó en pie hasta la salida del sol. Entonces dirigió a este astro su oración, y se retiró.”<sup>8</sup>

Alguien como Sócrates podía superar todo tipo de condiciones y necesidades físicas para entrar en ese estado que parecía de trance, yo recomiendo que estas últimas no existan.

Con hambre, sed, sueño, cansancio o tensión no va a ser posible concentrarse; tampoco lo será si sentimos frustración, enojo, depresión, ansiedad u otro tipo de emociones perturbadoras; por eso, aunado al proceso de dirección y control del pensamiento, debe existir también el control de emociones negativas y un equilibrio mental ante el que nada nos distrae cuando alcanzamos la concentración.

Alguien cínico, escéptico o muy crítico a la percepción interior debe mantenerse en la línea científica de razonamiento, aunque Plotino afirmaba:

“El hombre interno o espiritual es mucho más racional que el externo. En el mundo exterior la razón se manifiesta por medio de la observación, la lógica y la especulación; pero en el mundo de la inteligencia se manifiesta en la percepción directa de la verdad.”<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> Platón, *Diálogos*, El Banquete, México, Editorial México, 2006, pág. 246

<sup>9</sup> Plotino, *Las Enéadas*, enéada 1ª, libro 3º, escrito V, México, Ediciones Ateneo, s.a.,1980, pág. 74

## 2.3 Neutralizar los pensamientos

Salvo raras excepciones, parece que los pensamientos nos gobiernan y no viceversa.

En todo momento nuestra mente está llena de pensamientos casi siempre innecesarios; difícilmente tenemos control sobre lo que pensamos.

“Lo que llamamos espíritu no es más que una multiplicidad o colección de percepciones diferentes, unidas entre sí por ciertas relaciones, que se suceden unas a otras con inconcebible rapidez y que se encuentran en perpetuo flujo y movimiento.”<sup>10</sup>

Tenemos que aprender a desarrollar la capacidad para aquietar los pensamientos. Nuestra mente está ocupada con un gran porcentaje de pensamientos que se generan automáticamente y unos cuantos que dirigimos voluntariamente durante el día.

No somos dueños de nuestros pensamientos, estos van adquiriendo hábitos propios y son influidos por estados de ánimo y situaciones de la vida práctica; de tal modo que se agolpan, se yuxtaponen, nos asedian, se repiten, saltan, se esconden, etc., parecen vivir por su propia cuenta como animales en una selva inexplorada.

Un filósofo generalmente controla con más facilidad sus pensamientos porque ha entrenado su mente y ha adquirido hábitos con los que genera, dirige, compara, etc., y puede lograr reflexiones intensas sobre casi cualquier tema.

Una persona que no ha trabajado con los productos de su mente, tiene pensamientos erráticos y necesita hacer mucho esfuerzo para concentrarse; cuando logra atisbar algo en su mente, aparecen todo tipo de preocupaciones y aberraciones, conflictos personales no resueltos, problemas de salud, de dinero, de relaciones sociales, ocio, obsesiones, etc.

También suele ocurrir que un solo tipo de pensamiento molesta y ocupa a la mente por mucho tiempo: Un resentimiento hacia alguien, una canción pegajosa, una situación experimentada en la casa, en la calle o en el trabajo, una crisis monetaria o algo similar que se mantiene martillando “la cabeza” incesantemente hasta crearle dolor.

Para cambiar este panorama se requiere una labor de conciencia:

---

<sup>10</sup> David Hume, *Del Conocimiento*, Argentina, Editorial Argentina, 1980, pág.176

¿Cuánta atención prestamos a las nimiedades e impresiones que recibimos de la vida ordinaria, así como de nuestros sentimientos y actividades?

¿Cuántas veces al día detenemos la rueda de los pensamientos para evitar su mecanicidad?

¿Consideramos erróneamente que detener los pensamientos es detener la conciencia y que dejar la mente en blanco es una condición anormal?

Aceptémoslo o no, nuestro cerebro se llena de basura, tenemos que aprender a limpiar toda la que se acumula. ¿Cómo vamos a hacer a un lado todos esos pensamientos que impiden la concentración?

Una primera forma de rechazo a pensamientos intrusos es mantener firmemente en nuestra mente el propósito de nuestra búsqueda; la claridad de éste funcionaría como una barrera contra la cual chocarían los pensamientos no relacionados con nuestra intención inicial.

Aquí debe tener lugar un ejercicio de conciencia en el que cada quien desarrolla estrategias para combatir a sus propios enemigos interiores.

Un estado de alerta es indispensable para detectar y ahuyentar a los pensamientos invasores. En este estadio sí funciona el alejarnos un poco de nosotros mismos para ser espectadores activos de lo que ocurre en nuestra mente; activos porque vamos a actuar al mismo tiempo desde una distancia razonable para mantener fija la meta inicial:

“¿Cómo podemos averiguar cuál es la verdadera naturaleza de nuestra mente si no podemos protegerla de una perpetua invasión por parte de lo que es externo a ella y verla como es en su propio ser puro?”<sup>11</sup>

Si un pensamiento innecesario es muy insistente, hay que perseguirlo y aniquilarlo, razonarlo e identificarlo ayuda, o usar imágenes mentales como guardarlo en una caja donde tiramos o escondemos lo que no necesitamos por el momento, o bien , resolverlo si es posible.

El “Yo” observador que instalamos a partir de esa etapa va a ocuparse de despejar el área hasta que quede completamente limpia. Esta es en sí una actividad difícil pero interesante.

Hasta el filósofo puede hallar escabroso el camino, no por tener en su mente pasamientos inútiles, sino por tener abundancia de conocimientos

---

<sup>11</sup> Edward Conze, *El Budismo, su Esencia y su Desarrollo*, México, FCE, Breviarios 275, 1978, pág. 135

relacionados con su tema inicial; en este caso debe detener también su torrente y reservarlo para la resolución del proceso, en el cual podrá desarrollar e integrar con creatividad todo aquello que refuerce su hallazgo.

En el caso de los artistas hay ciertas diferencias en cuanto que no están trabajando con pensamientos sino con otros elementos mentales como sonidos, ritmos, imágenes, formas, secuencias, y colores.

El pintor tiene que dejar ir imágenes que no corresponden con su idea original; el músico tiene que controlar armonías que no son obra suya; el poeta depura en su mente palabras rítmicas, expresiones diversas y así sucesivamente. De no hacerlo y pasar directamente a la ejecución de sus obras, caerán en la repetición de trabajos anteriores, en la invasión de ideas ajenas o en resultados mediocres.

Se supone que cuando los pensamientos están agitados, los ojos se mueven mucho aunque no lo notemos; quizá por eso budistas y taoístas indican que se debe ver la punta de la nariz con los ojos cruzados y entrecerrados, obligándolos de este modo a mantenerse fijos. Los pensamientos, al no tener en qué reflejarse o descargarse físicamente se frenan poco a poco.

“La observación de la punta de la nariz sirve sólo para el comienzo de la concentración interna, para que traiga los ojos a la correcta dirección del mirar y se mantenga con ello en la línea directriz; entonces se le deja estar. Es igual a como suspende su plomada un albañil. Tan pronto la ha suspendido se dirige en su trabajo según ella, sin que se preocupe constantemente en mirarla”.<sup>12</sup>

También en oriente se utilizan mandalas, mantras, rosarios, campanas y otros implementos que aquietan la mente para concentrarse mejor.

Si se trata de dominar los pensamientos para escuchar o ver con claridad en nuestro interior, vale la pena experimentar con todos los medios posibles hasta encontrar lo que mejor funcione para nosotros.

---

<sup>12</sup> José Raúl Legorreta, *El Misterio de la Luz de Oro*, México, Umbral Editores, 1982, pág. 41

## 2.4 Silencio interior

El silencio que se crea después de aquietar los pensamientos es el preámbulo y la clave para pasar a la etapa final de la percepción intrasensorial.

Aunada al silencio aparece la expectativa, la actitud receptiva, la atención observadora y exaltada; es el anuncio de la presentación en la mente del tema que forjamos; es el premio a nuestro esfuerzo de decidirnos por un proyecto específico, enfrentar una horda de pensamientos ajenos al mismo y salir triunfante.

Ese silencio interior es el que anuncia que se acerca la cosecha, los frutos ya están maduros y a la vista.

Es, precisamente el silencio el que muchas veces induce o activa la percepción intrasensorial: cuando estamos en el bosque o en algún lugar muy tranquilo y el silencio nos rodea, el proceso ocurre con facilidad, (no tiene que ser forzosamente un silencio absoluto puede haber trinos, susurros, ecos lejanos, etc.)

Pareciera que la serenidad interior que transmite el silencio serena también a los pensamientos, preparándonos de este modo para la fase creativa.

Hasta en la vida ordinaria guardar silencio es muy importante, si guardamos silencio escuchamos mejor; si guardamos silencio tenemos más tiempo para dedicarnos a la exploración interior; si guardamos silencio hay una mayor posibilidad de concentrarse.

Hablar demasiado propicia ruido interior, se agolpan en la mente un gran número de pensamientos que quieren expresarse o cobrar vida a través de las palabras.

Para muchas personas el silencio, así como la soledad y la obscuridad son intolerables, les causan miedo o angustia porque sus mentes están vacías de contenido o llenas de pensamientos innecesarios con los cuales ya se familiarizaron.

Obviamente, no les será posible aventurarse en un terreno de percepciones interiores; al contrario, rehusarán todo aquello que atente

contra su adherencia a las circunstancias exteriores de la vida ordinaria. Con distracción, confusión mental y emociones demasiado corporales no se logra ni autoconocimiento ni creatividad.

Con práctica se puede desarrollar la capacidad de aislarse mentalmente y guardar silencio en medio del ruido exterior, pero esta habilidad solo nos ayuda a mantenernos tranquilos; no garantiza que podamos ahondar en estados más creativos de la percepción intrasensorial.

Hay un tipo de emociones o actitudes que acompañan al silencio interior y que son útiles en el proceso: la expectación por ejemplo, nos permite que haya espontaneidad y flujo libre en la producción de ideas o resultados; es un estado pasivo de conciencia con el que damos la bienvenida a todo aquello que empieza a aparecer en la mente. Tal estado pasivo es casi de humildad, estamos listos para recibir y se ha creado un suspenso; el yo observador no va a juzgar ni a interponerse en las visiones internas; solo va a permitir que surjan y su papel será el tratar de registrarlas para su posterior utilización.

La tranquilidad o serenidad es otra actitud indispensable, cualquier inquietud o agitación puede trastornar la concentración. De hecho, la quietud mental es un gran logro. Estemos o no experimentando el proceso de percepción interna, la serenidad es una vía de autocontrol.

Asimismo puede surgir la exaltación, que a partir de aquí puede acompañar al resto del proceso.

La exaltación surge como una excitación de tipo intelectual suscitada por los resultados que se aproximan; uno nunca sabe con exactitud qué tipo de combinaciones de nuestro contenido mental se realizarán.

Los resultados no son predecibles y eso crea una especie de fascinación que nos alerta aún más. Hay que considerar que la fascinación, la expectación, la exaltación y otras posibles emociones, no interfieren ni alteran el proceso de la percepción intrasensorial; se suscitan naturalmente y lo acompañan, pero se mantienen en la esfera emocional.

Y paciencia, no tenemos prisa por adelantar el proceso. No debe surgir ningún tipo de ansiedad. La paciencia va a permitir mayor limpieza en la producción de ideas. Esperamos tranquilamente y en silencio, con la

percepción interior completamente afinada y sintonizada como si hubiésemos logrado captar una estación de radio con toda claridad.

En este punto tampoco podemos anteponer actitudes de arrogancia, escepticismo, burla o desprecio hacia un método que en el fondo podría parecer ridículo a muchos o innecesario a otros; más bien la actitud que debemos asumir es la de confianza, como estando convencidos de que ya hicimos parte de nuestro esfuerzo y de que ahora es el turno de actividad para el engranaje interno.

¿Qué se nos va a presentar en la mente?

Siempre algo interesante. A veces completamente novedoso y a veces con muchos elementos conocidos pero en giros insospechados.

Ya sea que podamos transferirlo a la fase productiva o aplicarlo o no a la realidad objetiva, lo importante va a ser experimentarlo, porque el hecho de que se abran canales de percepción interior, de que pueda recibirse una nueva información es benéfico para nuestra conciencia.

A medida que más aprendamos a guardar silencio interior, más fácil nos resultará aislarnos del ruido exterior, del mundo y del ruido que producen nuestros pensamientos mecánicos.

También con ese silencio interior se logra una mayor selectividad de pensamientos.

Ya se realizó en una etapa anterior del método la labor de combatirlos para evitar su interferencia, pero el silencio interior garantiza que sólo se filtren en el ámbito mental aquellos que no son “ruidosos” y que van a aportar algo al resultado de nuestra búsqueda.

Tal filtración sería, de cualquier modo, imperceptible, precisamente porque en la etapa de creatividad sólo tienen acceso los pensamientos limpios y productivos.

## 2.5 Enfoque

Como se podrá inferir, el método que estoy proponiendo es flexible, no es rigurosamente necesario pasar por cada etapa para lograr algún resultado.

Aquél que planeó su búsqueda con gran meticulosidad, puede saltar directamente a la creatividad o a la producción visible de su idea original.

Un buen propósito es como una semilla que se siembra en la mente y con una buena semilla en terreno fértil se garantiza una cosecha abundante.

El enfoque en el planteamiento del objeto de nuestro estudio nos marca una ruta de acción; podemos avanzar con fluidez hasta el final, siempre y cuando mantengamos con claridad la imagen mental de lo que deseamos.

Asimismo, alguien podría enfocarse en obtener la quietud interior extrayendo de esos momentos de paz, ideas para desarrollar posteriormente, o simplemente para experimentar cierta relajación tanto corporal como mental, logrando con ello mayor concentración.

También puede ocurrir que el experimentador tenga una idea original y pase directamente al enfoque para concentrar únicamente los elementos que sean útiles para desarrollarla.

En fin, habrá quienes se pongan directamente a crear o a desarrollar algo como si se les estuviese dictando o lo estuvieran escuchando o viendo con toda claridad en su mente.

En estos casos, hasta el concepto de intuición es insuficiente, porque muchos creadores que experimentan este tipo de inspiraciones van elaborando o creando alguna obra, pero no perciben la totalidad de lo que habrá de producirse. A veces descubren, se admiran o logran conciencia de la obra hasta que ya está ejecutada; Mary Leader, quien en 1973 publicó su primera novela, narra su experiencia:

“Me acomodé en un cómodo sillón y me preparé para echar un sueñecito...pero no me dormí. Más bien me fui sumiendo en un estado particular de conciencia, que no era de sueño ni de vigilia. Y entonces empezó a

ocurrir esto. Me sentí como si estuviese en otro mundo, un mundo crepuscular por el cual vagaba, como por un bosque, jamás me había sentido así. Era como una película. Todo el panorama de mi novela se desarrolló ante mí, el tema, el argumento, hasta los detalles.

No recuerdo cuanto tiempo estuve así, pero cuando volví en mí, lo tenía todo, tenía todo el argumento, y me sentí presa del impulso de escribir y escribir.”<sup>13</sup>

Mozart observaba en su mente la obra terminada y la transfería con gran facilidad.

Casos como el de Mozart implican que el autor ha mantenido su atención en ciertas inquietudes intelectuales, en el trabajo exhaustivo para desarrollar su talento y en una dedicación artística tan constantes, que el proceso creativo pareciera cobrar vida y actuar por sí mismo.

El autor puede sentir que es tan solo un medio o canal por el cual se manifiesta la creatividad, cuando en realidad las revelaciones le llegan por la intensidad, el enfoque y la duración del entrenamiento interno y externo. Tanta fuerza cobra esa agudeza mental, que al manifestarse pareciera espontánea.

Un conocedor de música puede reconocer entre las obras de Mozart cuales son fruto de ese tipo de inspiración profunda y cuales produjo por compromiso, aunque siempre con una técnica magistral.

Recordemos que la mayoría de los grandes artistas, filósofos, científicos y místicos son retraídos . Lo son precisamente porque están concentrados en su mundo interior; a mayor concentración, mayor desprendimiento de eventos exteriores y de pensamientos interruptores. Sus mentes están ligando y conduciendo pensamientos en una secuencia clara.

Se ven obligados, como todo mundo, a suspender su actividad interior o estética para atender asuntos de la vida ordinaria, pero ya nada frena el trabajo mental que desencadenaron: sigue asociando, comparando,

---

<sup>13</sup> Charles Panati, *Súper Sentidos*, México, Editorial Diana, 1980, pág. 178

eliminando, resolviendo, agregando datos, etc. hasta ofrecer respuestas, resultados, imágenes, captaciones internas de todo tipo y producciones que demandan transcripción inmediata.

Por eso la atención tiene que estar presente todo el tiempo en diferentes niveles, para adecuarse al trabajo mental que no cesa su actividad. Con la atención en estado de alerta, podremos recuperar lo que la mente se mantenga generando.

Uno de los peores enemigos de la percepción intrasensorial es la distracción, la dispersión mental, o todo aquello que sea contrario a la atención y a la concentración.

En forma literal, podríamos decir que, para poder ayudar a la activación de la percepción intrasensorial necesitamos una lámpara, una escoba y una lupa. Con la lámpara alumbramos la oscuridad de nuestro interior para poder ver donde tenemos que limpiar; con la escoba barremos la basura, hasta dejar limpia la estancia, y con la lupa enfocamos o concentramos nuestra atención en la línea de pensamientos por desarrollar.

Cuando estamos motivados no es necesario forzar la atención, solo mantenemos la lupa enfocando en el ámbito mental, tratando de no interferir con el proceso; eso sí con un estado de alerta lo más absoluto posible para no perder ningún detalle, porque de nuestra capacidad de captación y retención dependerá más adelante la producción final.

El ejercicio mental afina la percepción interna, tal como pueden desarrollarse los sentidos a grados inusitados: El catador de vinos, un excelente cheff, un especialista en perfumes, un músico, un ciego, etc. logran tal sensibilidad, que a una persona normal le puede parecer extraordinario.

También se agudiza la percepción intrasensorial cuando se somete a un voluntario a un prolongado ayuno, a la privación de los sentidos por medio de la oscuridad u otros medios, o sea al aislamiento y al silencio.

Aunque se le prive de los sentidos, éste empieza a captar con mucha claridad los fosfenos, las palpitaciones del corazón, todo tipo de presiones y temperaturas internas, todo tipo de olores propios y del ambiente, etc.

De ahí empieza a experimentar diversos tipos de percepciones internas, que cuando son dirigidas por la voluntad o bajo alguna finalidad, pueden ser fuente de creatividad. Cuando no lo son, ocurren desordenadamente y sin enfoque.

Ya desde el planteamiento del problema debemos mantener cierto enfoque. Para no ser erráticos sostenemos nuestra idea inicial en una sola dirección o punto de mira hasta llegar al enfoque, en el cual nuestra mente ya no se ocupa de ninguna otra cosa sino de producir los resultados esperados.

No sabemos con exactitud qué tipo de procesos van a ocurrir en nuestra interioridad, lo más probable es que participen diferentes áreas cerebrales como al evocar algún recuerdo: los sonidos provienen de cierta área, las imágenes de tal otra; los olores de una más, y así sucesivamente hasta integrarse a gran velocidad en un solo cuadro.

Los datos casi siempre están dispersos en nuestra mente. Es de suponer que cuando decidimos y nos esforzamos por desarrollar un tema, todos los de la misma categoría se agrupan u organizan, esperando su turno para desfilar por lo que podría llamarse el ámbito mental. El pensador deberá entonces concentrarse para percibir con toda claridad lo que se le va presentando.

Tal captación puede llegar por diferentes medios; si es por la vista, se verán, imágenes, símbolos o secuencias de imágenes como si se tratara de una película; si es por el oído, se escucharán discursos internos, mensajes, música, sugerencias auditivas, etc.

O bien se puede dar una combinación de varios sentidos: por ejemplo se ve un símbolo lleno de colores vibrantes, una música de fondo acompaña la experiencia; quizá hasta aromas específicos nos envuelvan; quizá una voz esclarezca lo que estamos experimentando.

Podría también llegar la captación como si se tratase de una vivencia: entramos en un mundo en el que nos desplazamos naturalmente, como estar viviendo en una realidad alterna, pero impregnada de experiencias relacionadas con nuestra búsqueda.

Con emociones exaltadas y los sentidos agudizados al máximo, vemos, oímos, experimentamos vivencias y percepciones interiores que son respuestas muy directas y muy amplias para nuestra investigación.

Es en este sentido que nuestro enfoque, o sea nuestra atención e interés tienen que convertirse en un estado mental de conciencia interna o estado de alerta para no perder detalles del proceso; la creatividad final depende de este registro consciente de todo lo que va ocurriendo en nuestra interioridad; cabe recordar que casi siempre el resultado ocurre con mucha intensidad y a gran velocidad.

No es tan fácil acceder a estos estados de conciencia, tenemos que practicar la abstracción mental en una sola línea de pensamientos y permitir la ocurrencia libre de percepciones internas; tenemos que esforzarnos al principio hasta que el proceso resulte más fluido

En algún momento se desarrolla un método propio, como le ocurrió a Juan Jacobo Rousseau:

“Mis sentimientos se acomodaron con una rapidez inconcebible al tono de mis ideas. El entusiasmo por la verdad, la libertad y la virtud, ahogó todas mis pequeñas pasiones; y lo más sorprendente es que esta efervescencia subsistió en mi corazón durante más de cuatro o cinco años, llegando a tan alto grado como jamás haya existido en otro corazón humano.

Escribí este discurso de un modo muy singular, que casi siempre he seguido en todas mis demás obras. Le consagraba los insomnios de mis noches. Meditaba en el lecho con los ojos cerrados, y volvía y revolvía los períodos en mi mente con inexplicable dificultad; luego, cuando quedaba satisfecho de ellos los conservaba en mi memoria hasta que pudiese trasladarlos al papel; pero al tiempo de levantarme y vestirme todo se me olvidaba, y cuando me había colocado enfrente del papel no recordaba nada de lo que había compuesto. Ocurrióseme tomar por secretaria a la señora Le Vasseur. La había alojado con su hija y su marido más cerca de mí y venía a mi casa todas las mañanas, para

ahorrarme un criado, a encender lumbre y hacerme la comida. A su llegada, desde la cama, le dictaba el trabajo de la noche; y este sistema que he seguido durante mucho tiempo, me ha evitado muchos olvidos.”

<sup>14</sup>

El primer problema por resolver es dejar de poner tanta atención a los eventos exteriores.

La vida práctica nos mantiene tan ocupados que va creando un hipnotismo o dependencia que impide la concentración en asuntos de interés interno. No estamos casi nunca dispuestos a revertir esa fascinación externa por una exploración del mundo interior.

Con este método lograríamos más claridad mental; normalmente esa luz es vaga y difusa, pero si la concentramos se convierte en un haz que nos permite ver hacia adentro de nosotros mismos con más claridad; prácticamente lograríamos lo que se denomina iluminación intelectual, que es un esclarecimiento interior, una forma de llegar al fondo de un asunto o una doctrina; dilucidarla y ponerla en claro, sin que se trate de una experiencia mística, ya que ésta se dirige a lo divino.

---

<sup>14</sup> Juan Jacobo Rousseau, *Confesiones*, Madrid, Editorial Espasa y Calpe, 1979, pág.303

### **CAPÍTULO 3.- La percepción intrasensorial en filosofía**

Mientras que la mayoría de las personas poseen un contenido mental muy reducido, el filósofo se mantiene acumulando información, conocimiento y reflexiones de todo tipo. No necesita un gran número de emociones que le motiven, quizá su única motivación sea el deseo de conocerse a sí mismo y comprender la realidad del universo o del mundo en que vive.

Uno de los problemas que podría tener un filósofo sería la abundancia o el exceso, más que la carencia.

Debido a que casi nunca está satisfecho con lo que sabe, se torna poco a poco en una “enciclopedia viviente”.

Por un lado, el conocimiento acumulado puede resultar inútil si no se aplica, es decir, si no transforma algún aspecto de la realidad, a otros o a nosotros mismos; si solo se mantiene como información, es estático, a menos que se esté reservando en la memoria para un posible uso futuro.

Por otro lado, ese mismo almacenamiento de conocimientos, es sumamente útil si estamos realizando una búsqueda específica a través de la percepción intrasensorial, porque tendríamos la amplitud de elementos mentales que servirían de base y apoyo para que los resultados fueran más productivos.

El cerebro no tiene límites, puede almacenar información sin fin y realizar operaciones y combinaciones de todo tipo; algunas en forma consciente y otras por medios no perceptibles; ya Plotino decía:

“Pensamos siempre, pero no siempre percibimos  
nuestros pensamientos” <sup>15</sup>

El cerebro no descansa, esa puede ser una ventaja o una desventaja para el pensador: ventaja, porque tiene el “instrumento” idóneo para su actividad; desventaja, porque muchas veces, o se extravía ante tantos datos o el cerebro se le adelanta y genera resultados que no siempre son fáciles de organizar.

---

<sup>15</sup> Plotino, *Op.Cit, Enéada 4ª*, Libro 3º, Escrito XXX, pág. 261

Peor aún, esos resultados se pueden perder, precisamente porque ocurren en forma espontánea, inesperada o a gran velocidad. A veces se pueden recuperar pero ya disminuidos, transformados o malinterpretados; ya que cuando no se está consciente del proceso mental, este, por lo general, nos entrega variaciones cada vez que volvemos a consultar su contenido. Estas variaciones dependen, por tanto, del grado de atención y de la retención de nuestra facultad perceptiva cuando hubiera sido aplicada.

A la actividad mental mencionada, se suma la apreciación subjetiva de cada filósofo, quien aparte de su capacidad de abstracción tiene una actitud y un método personal para abordar sus estudios, reflexiones o análisis de la realidad o de cualquier otro tema de su interés.

Algunos asumirán el proceso estrictamente racional. Consideran la experiencia de los sentidos como la única base confiable para saber.

La ciencia se ha regido por este tipo de conocimientos; los métodos rigurosos y las leyes lógicas han gobernado y moldeado la civilización actual.

Otros alternarán el método científico u otro tipo de proceso racional que brinde evidencias convincentes, con inmersiones esporádicas en el conocimiento intuitivo, que les permitiría captar y saltar a conclusiones, si no definitivas, por lo menos susceptibles de ser organizadas por la lógica en un ejercicio posterior a su producción.

Incluso puede ocurrir en forma involuntaria; el pensador, aún el más riguroso, de pronto enfrenta coincidencias, sugerencias de diversas fuentes y consideraciones conclusivas que se adelantaron a su proceso consciente o racional, y, al notar su posible validez, trabaja en forma reversible para someterlas a prueba y aceptarlas como verdades que puede aplicar con toda seguridad o comprobar científicamente.

A científicos de ciencias exactas les ha ocurrido frecuentemente esa alternancia entre lo más empírico de su trabajo de investigación con lo más introspectivo en forma de comprensión interna o revelación.

Un último grupo de filósofos recurrirá con más frecuencia a la conciencia intuitiva, porque la constante introspección les crea mayor

lucidez mental. Buscan comprensión interna, más que comprobación científica. Evaden la “frialdad”, y muchas veces el vacío interno que va imponiendo la metodología científica; consideran que en nuestra cultura y en nuestra forma de ver el mundo hay carencia de sentido; hay duda y pocos sentimientos; que nos relacionamos con el mundo natural, con otros y con nosotros mismos de una forma casi mecánica.

Recordemos que Vasconcelos propone a la emoción como una facultad sintetizadora, en la cual se puede fundar un conocimiento trascendental:

“La facultad sintetizadora por excelencia es la emoción, y sólo en la emoción puede fundarse un conocimiento trascendental.”<sup>16</sup>

Un conocimiento que posibilitamos cuando, liberándonos de la actividad mediadora de los sentidos, nos acercamos a las cosas del mundo desde el sentimiento íntimo de la identidad de todos los seres; obteniendo su esencia y comprendiendo los propósitos y finalidades que los animan.

“Emoción es la vida o, mejor dicho, el fondo común que anima a toda manifestación vital. Concebimos la vida como emoción antes de concebirla como pensamiento y la seguimos concibiendo como emoción más allá del pensamiento.”<sup>17</sup>

Tal vez la reacción del tercer grupo de filósofos no sea aislarse completamente para buscar la verdad dentro de sí, sino de encontrar una concepción más humana de la vida, más espiritual; experimentar

---

<sup>16</sup>José Vasconcelos, *Tratado de Metafísica*, en Obras Completas, tomo III, México, Libreros Mexicanos Unidos, 1959, pág. 512.

<sup>17</sup> *ibid*, pág 513

internamente una visión que lo transforme, que lo haga vivir con mayor comprensión, con más creatividad y originalidad.

A fin de cuentas lo que están logrando es reducir la distancia entre lo racional y lo no racional; entre sustancia y conciencia, adquiriendo conciencia de su propia conciencia en el esfuerzo. Para autores como Bergson la realidad fluye, cambia a cada instante; la realidad es lo vivido, se sitúa en la movilidad; el estado (psicológico), considerado en sí mismo, es un perpetuo devenir.

“Ahí está la línea limítrofe y bien clara entre la intuición y el análisis. Se reconoce lo real, lo vivido, lo concreto, en que es la variabilidad misma. Se reconoce el elemento en que es invariable, Ya que es un esquema, una reconstrucción simplificada, a menudo un simple símbolo, en todo caso una vista tomada de la realidad que fluye.”<sup>18</sup>

El uso exclusivo de la inteligencia, da por resultado una concepción mecanicista de todos los procesos de la vida. Al penetrar en las estancias más desconocidas del castillo interior, vamos siendo más nosotros mismos.

No quiere decir esto que por pertenecer a uno u otro grupo se niegue la validez de los otros; creo que en todo lo que somos o hacemos hay flexibilidad y conveniencia. En tendencias hay variaciones. En interpretaciones de la realidad hay variaciones, tal como ocurrirían con un grupo de pintores ante un mismo paisaje, o bien, si ante ese mismo paisaje se presentan un poeta, un campesino y un geógrafo.

---

<sup>18</sup> Henri Bergson, *op.cit*, pág. 17

Por otro lado, el filósofo que trabaje con el método de la percepción intrasensorial, encontrará que el aspecto racional en la fase de preparación es de suma importancia, pero que los estados mentales que logra al profundizar en sí mismo, son cada vez más fáciles de obtener y más convincentes.

“Si aplicamos “conocer” a la captación de los propios procesos mentales es porque tomamos éstos como objetos, hechos o estados reales, que constituyen una experiencia interna. Sólo de la *experiencia* hay conocimiento y ésta supone la existencia real de lo conocido.”<sup>19</sup>

Sin que se trate de una realidad mental paralela, el pensador ha creado un camino que lo conduce a experiencias que prácticamente “esperan su turno” para seguirse viviendo, y que arrojan resultados cada vez más extensivos.

Quien filosofe podría, con este método, obtener una visión personal más satisfactoria de la realidad, una interpretación que no se mantuviera solo a nivel intelectual, sino que se “viviera”; no solo como experiencia íntima, sino además como posibilidad de cambio, ya que ahondaría en la comprensión interna de sí mismo y su posición ante el mundo y la vida; podría corregir valores y actitudes ¿Por qué?: porque se observa a sí mismo durante el proceso y puede abrir un paréntesis y considerar que si puede verse a sí mismo en forma tan desapegada y objetiva, ¿por qué no enfocar su percepción interna para expandir su autoconocimiento y corregir sus problemas personales?; aquellos que le han impedido avanzar en los aspectos físicos, emocionales, mentales y espirituales.

---

<sup>19</sup> Luis Villoro, *Creer, Saber, Conocer*, México, Siglo XXI Editores, 1982, pág. 203

Uno de los riesgos que puede tener un filósofo es el de la ostentación o la arrogancia. Sabe mucho, muestra mucho, pero no lo aplica a su persona para mejorar; se mantiene como el malabarista que juega con varios bolos, pero si deja de manipularlos, se le caen.

El trabajo interior es silencioso y solitario; no es necesario que los demás se enteren; uno mismo sabe en qué punto se encuentra y con qué está trabajando. Es más fácil extraviarse en la cantidad que en la calidad.

A veces basta una sola línea de sabiduría de un gran pensador para desatar en nosotros toda una cadena de reflexiones; o bien, basta una experiencia de tipo intuitivo, para extendernos en la percepción intrasensorial y ampliar esa misma experiencia hasta los límites de que seamos capaces. En cambio, mientras menos vivencia le damos a un conocimiento, se adhiere a nuestra mente en forma más superficial y busca mecánicamente otros conocimientos similares para agregarlos al cúmulo existente.

Esa podría ser una de las posiciones de un filósofo: sentirse satisfecho y estimulado por seguir conociendo, a pesar de la esterilidad o poca utilidad que pudiera repórtarle tal actitud; aumentar el caudal de conocimientos se vuelve su meta. Su tiempo y su mente se mantienen ocupados en esa actividad.

La otra posición es aquella en la que el filósofo selecciona cuidadosamente la línea de conocimientos que le están permitiendo lograr cambios en su persona. No le abruma la suma total de conocimientos filosóficos registrados en bibliotecas y de los cuales quizá ignora la mayoría; pero los pocos que va asimilando no solo le resultan más significativos, emocionantes y personales, sino que puede ser capaz de lograr producciones filosóficas propias u originales.

El filósofo auténtico es más él mismo, porque no lo limitan las restricciones del saber racional; puede ahondar en sus intuiciones con libertad y fluidez, pese a que no siempre encuentre algo valioso en sus búsquedas.

En cambio el filósofo más rígido encontrará en el repertorio de su mente, algo que habrá leído o aprendido de otros y podrá referirlo casi como si se tratase de una recitación.

La descripción de las vivencias o experiencias interiores de tipo personal, por mucho que sean significativas para uno mismo, pueden resultar “huecas” o poco interesantes para los demás, porque cada quien debe descubrir aquello que le dé dirección a su vida; valoramos más lo que encontramos con nuestro propio esfuerzo y no lo que otros nos han dicho:

“No es tan fácil concebir una cosa y asimilársela, cuando se ha aprendido de otro, como cuando uno mismo la ha inventado.”<sup>20</sup>

O bien, para presentarlo de otro modo, tomamos alguna verdad y sólo cuando pasa por nuestra comprensión interna y es asimilada, sentimos que ya nos pertenece.

En cuanto al tipo de comprensión lograda por combinación de diferentes influencias o por haber desarrollado una idea aparentemente muy personal, se puede dar el caso de repetición; o sea que no exista originalidad, porque lo obtenido ya se produjo o ya se pensó.

Para comprender lo que es fruto de la emoción más que de la razón, se debe penetrar en ese mismo estado, de otro modo se percibe lejano, incomprensible o hasta ridículo. El pensador racional comprende con

---

<sup>20</sup> René Descartes, *Discurso del Método*, 6ª parte, España, Ediciones Clásicos Universales, 1999, pág. 84.

facilidad los pensamientos racionales de otros. El pensador intuitivo, en cambio, tiene acceso a ambas corrientes de pensamiento.

Cuando se ejerce la percepción intrasensorial, se está filosofando, se entra a un estado de conciencia especial, en el que se preparan las condiciones para crear un trabajo artístico, o transformar el mundo interior, adoptando las medidas de cambio personal que se vislumbran bajo ese estado.

Lo espontáneo del método es satisfactorio porque le imparte un aire de misterio y expectativa; a veces se ignora hacia donde se dirige la línea de pensamientos; no se sabe con seguridad qué resultados se van a lograr, o si quedará pendiente el proceso. La mayoría de las veces esto ocurre sólo al inicio, porque en el trayecto del proceso se cobra intencionalidad y conciencia del asunto.

En ocasiones penetramos a la experiencia después de estar pensando en forma racional, como observando lo que nos rodea, analizando sus componentes, sus relaciones o sus procesos, pero luego un sentimiento estético o místico nos invade. ¿Quién no ha experimentado una emoción elevada al contemplar y admirar la belleza de un paisaje o algún otro elemento de la naturaleza? ¿quién no se ha identificado con algún objeto, al grado de compenetrarse en él como en una transformación?

Es tanto nuestro afán de comprenderlo que nos ponemos en su ser mismo, precisamente en un ejercicio de percepción interna y, de ese modo lo conocemos mejor que si fuese analizado anatómicamente. Bergson lo explica así:

“Un empirismo verdadero es el que se propone ajustarse lo más posible al original mismo, profundizar su vida y,

por una suerte de *auscultación espiritual*, sentir la palpitación de su alma”<sup>21</sup>

En el Budismo Zen también encontramos esta actitud:

“El método Zen consiste en penetrar directamente en el objeto mismo y verlo, como si dijéramos, desde dentro. Conocer la flor es convertirse en la flor, florecer como la flor y gozar de la luz del sol y de la lluvia. Cuando se hace esto la flor me habla y conozco todos sus secretos, todas sus alegrías, todos sus sufrimientos; es decir, toda su vida vibrando dentro de sí misma.”<sup>22</sup>

Anoto, con ciertas limitaciones de lenguaje e imágenes un ejemplo del tipo de percepción interna de que hablo:

Llego ante un árbol y lo admiro de cerca, veo los surcos de su tronco, sus ramas, sus hojas, sus formas, sus raíces al hundirse en la tierra, los nidos que aloja...tiene un aroma propio y la disposición de sus hojas crea un sonido peculiar al menor indicio de aire; si me mantengo absorto en esa contemplación por varios minutos me exalto, y de pronto, sin darme cuenta, ya no estoy viendo el mismo paisaje porque todo cobra vida, se ve más luminoso.

No sé en qué se transforma el asombro, solo sé que comprendo más y más al árbol; me desciento de mí mismo y, como el árbol desciendo a sus raíces para absorber los nutrientes de la tierra; asciendo como savia hasta llegar a las hojas; recibo los rayos del sol y vibro por la energía que recibo; me transformo en flor y luego en fruto, y todo esto bajo la voz del árbol que

---

<sup>21</sup> Bergson, *op.cit.*, pág. 14

<sup>22</sup> D.T.Suzuki, -Erich Fromm, *Budismo Zen y Psicoanálisis*, México, FCE, 1964, pág. 20

me va indicando o explicando el sentido de su ser en un com-penetrarse, en un ente-nder que me vincula y coordina con la naturaleza.

En el fruto termina esta experiencia trascendental y poco a poco recobro la sensación de mi ser diferente del árbol.

Esto que explico tan brevemente, no corresponde más que a una fracción de la experiencia; se refiere a una vivencia acompañada de imágenes, sonidos, emociones y comprensión interna instantánea, el caso es que al terminar esta ruptura, la sensibilidad está al máximo; es una experiencia de conocimiento trascendental que agobia. Lo importante es que aprendí algo, no solo con la razón, sino con todo mi ser.

La experiencia puede ser de unos cuantos minutos, pero en ese estado intrasensorial la experiencia del tiempo es diferente , mi unión con el árbol había quedado como una huella en mi mente y aunque es difícil recordar todo lo que se capta bajo esas circunstancias, aumentó mi comprensión sobre la naturaleza y sobre mí mismo.

Esta experiencia vital, trascendental de conocer, se puede extender a cualquier objeto de la naturaleza y la sociedad.

Algunos autores hablan de voces, o de una voz interior que los dirige, como Sócrates y San Agustín. Más adelante, en el capítulo sobre misticismo abundaremos en ese punto; baste por el momento una pequeña cita de Plotino referente a la percepción interna:

“Para tener, así, percepción de las cosas que están en nosotros, es necesario volver hacia ellas nuestra facultad perceptiva para que aplique toda su atención. La persona que quiere escuchar un sonido, desatiende los otros y atiende a él, acercando el odio. Por eso,

debemos cerrar nuestros sentidos a todos los ruidos que nos sitian, a menos que la necesidad nos obligue a oírlos, y conservar pura nuestra facultad perceptiva, presta a escuchar las voces que vienen de lo alto”<sup>23</sup>

En cuanto a las experiencias obtenidas por penetrar en las percepciones intrasensoriales y a las relaciones de ser que se encuentran en todas las cosas cuando uno se aproxima a ellas con lucidez mental y exaltación, me gustaría citar al maestro mexicano José Vasconcelos, quien siempre pareció un torrente de inspiración filosófica:

“Me hundo una y mil veces en las profundidades de mi ser, investigo las apariencias, contemplo lo que soy y encuentro una y mil veces la misma noción, independiente de accidentes y circunstancias; la existencia.”<sup>24</sup>

Aquí ya apareció interiormente en Vasconcelos una revelación que lo lleva a sentirse parte del todo:

“... Y adentro de mí mismo, muy adentro, una suerte de unidad, una partícula de existencia aislada, un latido del fluido mágico que en nuestro interior cuaja y se propaga también en la pluralidad del universo.”<sup>25</sup>

Seis párrafos más adelante continúa, ya inmerso por completo en sí mismo e interpretando la realidad desde ese ángulo intrasensorial:

“.... Los ojos abiertos ya no miran; un sentir penetrante y denso nos hace palpar las esencias por efecto de

---

<sup>23</sup> Plotino, *op. cit.*, Libro 1º, Escrito XII, pág.298

<sup>24</sup> JoséVasconcelos, *op. cit.*, pág 422.

<sup>25</sup> *Ibid*, Pág. 423

afinidad e identidad; intuición más cabal que cualquiera de los ejercicios combinados de la mente y la sensibilidad; la roca tiembla como si fuese de una luz levemente opaca; los cuerpos en perenne levitación, apenas se tocan; las almas entran una en otra y enlazan sus ritmos; ni los montes, ni el lejano cintilar de las estrellas nos dan sensación de ser extraños; existen, solo lo que no existe, podría serme extraño, ni podría concebirlo, no existe.”<sup>26</sup>

Ha sido tanto su enfoque, que se mantiene en la creación de pensamientos propios:

“Existo como mónada indivisible y existen mis órganos que la sirven; uso mis penetrantes ojos cuya potencia de telescopios movibles, aplico a todos los sitios del espacio; luego cuando cierro los párpados, hundo los finos lentes de la visión interna por todos los lugares de la conciencia y en breves instantes, recorro mundos de sustancia más perdurable que la que se revela en los cielos.”<sup>27</sup>

Todos estos pensamientos de Vasconcelos son una muestra clara del ejercicio de la percepción intrasensorial:

“Cada uno de mis sentidos crea un mundo aparte, dentro del vasto Universo. No sé hasta dónde, no sé hasta cuándo acabaremos de descubrir mundos, dentro del mundo. Y dentro de los mundos palpitan por su

---

<sup>26</sup> Ibid, pág. 423

<sup>27</sup> Ibid, pág. 423

cuenta los seres. Cada ser contiene una manera peculiar de existencia, cuya naturaleza no puedo apreciar en cantidad, ni ver con los ojos y sin embargo, con qué precisión advierto que están hechos todos los seres de la misma sustancia de mi propio interior; hechos de esencia”<sup>28</sup>

Y así, sucesivamente, para fundamentar su sistema filosófico, demostró que la intuición y la emoción son herramientas idóneas para penetrar en la verdad, aunque, como dije anteriormente, es necesario “entrar” a ese rango de emociones para comprenderlo mejor.

Aunque, como se dijo más atrás, el método de la percepción intrasensorial es una propuesta para quien no encuentra resultados fácilmente, cabría aquí un ejemplo de los diferentes pasos a seguir citando a diferentes filósofos: El propósito en el siguiente caso, surge en Descartes como una decisión muy importante que habrá de tomar:

“Tomé un día la resolución de estudiar también en mí mismo y de emplear todas las fuerzas de mi espíritu en escoger los caminos que debía seguir.”<sup>29</sup>

Después lo convierte en un propósito más específico:

“Buscar el verdadero método para llegar al conocimiento de todas las cosas de que fuera capaz mi inteligencia.”

<sup>30</sup>

Luego encuentra las condiciones adecuadas o el momento propicio para lograr la concentración:

---

<sup>28</sup> Ibid, pág. 423

<sup>29</sup> René Descartes, *Discurso del Método*, Madrid, M.J. Ediciones, 1999, pág. 38

<sup>30</sup> Ibid, pág. 43

“Pasaba todo el día solo y encerrado en un invernadero, donde disponía de todo el tiempo necesario para entretenerme con mis pensamientos.”<sup>31</sup>

Ahora bien, aunque la fase correspondiente a la neutralización de pensamientos tiene que ver con todo lo que interfiere en nuestra mente cuando intentamos conocer o comprender algo o, por lo menos concentrarnos; también incluye el cierre a la influencia de los sentidos para que no atiendan solo al exterior y a todo tipo de sensaciones y emociones que entorpecen la concentración; por eso cito a Sócrates dialogando con Simmias en *El Fedón*:

“-¿No es por medio del razonamiento como el alma descubre la verdad?

-Sí.

-¿Y no razona mejor que nunca cuando no se ve turbada por la vista, ni por el oído, ni por el dolor, ni por el placer, y cuando, encerrada en sí misma abandona el cuerpo, sin mantener con él relación alguna, en cuanto esto es posible, fijándose en el objeto de mis indagaciones para conocerlo?”<sup>32</sup>

Para la fase del silencio interior, que se da por hecho al pensar con claridad, es decir, que se trata de un requisito para que los pensamientos fluyan con un control consciente, voy a citar al Dr. Paul Brunton, un estudioso de las doctrinas orientales, cuyo mérito fue el intentar hacerlas prácticas para el hombre occidental:

---

<sup>31</sup> Ibid, pág. 39

<sup>32</sup> Platón, *Diálogos, El Fedón*, México, Editorial México, 2006, pág. 41

“Solo en el silencio profundo podemos escuchar la voz del alma, el argumento sólo la nubla y hablar demasiado impide su aparición. Cuando atrapas un pez lo puedes compartir, pero mientras estás pescando, el hablar rompe el encanto y ahuyenta a los peces.”<sup>33</sup>

Para el enfoque, que equivale a la acción productiva, regresemos a Descartes, quien encontró una ruta precisa para su actividad filosófica:

“Y comprender únicamente en mis juicios lo que se presentase a mi espíritu tan clara y distintamente que no tuviera motivo alguno para ponerlo en duda.”<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup> Paul Brunton, *The Secret Path*, York Beach, Maine, A Mountainvue publication, 1984, pág. 45.

<sup>34</sup> René Descartes ., *Op. Cit* pág. 44

## **CAPÍTULO 4.- La percepción intrasensorial en el arte**

Una forma de elaborar trabajos artísticos es dominar las técnicas. Con teoría, dedicación y práctica, siguiendo los pasos que marca cada arte, se adquiere maestría o dominio del mismo.

Aunque esta es la base mecánica del arte, ya se puede considerar artista a quien ha aprendido estos fundamentos; quizá no sea un creador original todavía y se incline más a lo artesanal; quizá esté imitando a algún autor específico, experimentando con técnicas y tendencias de algún movimiento artístico, o quizá solo sea un obrero del arte y trabaje en forma rutinaria.

No quiero decir con esto que conocer los fundamentos y las técnicas del arte sea inútil; al contrario, muchas personas creativas se ven limitadas porque no pasaron por una escuela; el arte que producen, salvo raras excepciones, está lleno de errores técnicos que degradan su ingenio.

Hay artistas que se someten a un aprendizaje, a veces arduo, que opaca temporalmente su genio creativo, el cual recuperan cuando logran madurez e independencia creativa. Así, aunque su obra está marcada por influencias de autores, tendencias o épocas, mantienen su originalidad. En muchos casos se ven limitados por un temperamento incontrolable y sus trabajos demuestran vigor, pero poca dedicación; reflejan más el estado de ánimo que la obra en sí.

Por otro lado está el tipo de artista que ahonda en las diversas fuentes de inspiración y crea obras puras y bellas; obras que transmiten sentimientos y pensamientos profundos; obras que se disfrutan siempre que nos exponemos a ellas.

Este grupo de artistas logra penetrar en las percepciones intrasensoriales y encuentra dentro de sí el contenido que requiere para expresar su

creatividad si bien lo hace en forma natural y no pensando para sí mismo: “voy a seguir un método específico para inspirarme”; también es cierto que pasa por momentos de lucidez mental, silencio interior y concentración.

“En efecto, excluyendo el concepto como contenido del arte y excluyendo la realidad histórica como tal, no queda otra cosa que la realidad aprehendida en su ingenuidad e inmediatez, en el ímpetu vital como *sentimiento*, o sea, de nuevo, la intuición pura.”<sup>35</sup>

Por ejemplo, en la historia de la música, el *Messiah*, de Handel está considerado como una obra colosal, resultado de la más pura inspiración. Se dice que durante veinticuatro días, Handel raramente comía y dormía, sólo estaba concentrado y trabajando intensamente en su obra. Su sirviente lo encontraba completamente abstraído cuando le llevaba la comida; hasta que un día, al terminar la segunda parte del Oratorio, lo encontró llorando y exclamando que había contemplado a Dios y al Cielo.<sup>36</sup>

Debido a que no consideraba realmente al MESSIAH como una obra suya, nunca tomó ningún pago para sí mismo, toda remuneración por presentarla, la donaba a hospitales, orfanatos y prisiones.

En muchos casos, el artista primero percibe y luego produce; es decir, primero enfoca en su mente todo aquello que está resultando de sus emociones, de su exaltación y de su inspiración y luego lo traduce a la realidad en forma de obra o trabajo artístico.

El artista que sucumbe a sus pasiones, a sus estados emocionales incontrolables o a sus obsesiones mentales, es aquél que ignora o

---

<sup>35</sup> Benedetto Croce, *La Intuición y el Arte*, en la Antología de textos de Estética y Teoría del Arte, de Adolfo Sánchez Vázquez, México, UNAM, Lecturas Universitarias 14, 1982, pág. 91.

<sup>36</sup> Hal Lingerman, *The Healing Energies of Music*, USA, A Quest Book, 1983, pág. 119

interrumpe una secuencia intrasensorial de creatividad; desperdicia su talento en crear obras repulsivas, mediocres, egocéntricas o absurdas.

Por eso en la creación artística se hace necesaria una limpieza interior; tanto de pensamientos como de emociones. Mientras haya interferencias de pensamientos innecesarios o emociones perturbadoras, ninguna obra tendrá la pureza estética para ser admirada, a menos que el receptor se identifique con el mismo tipo de estados mentales o emocionales que le dieron lugar.

Es lo que ocurre en la sociedad actual: la devoción hacia ciertos autores u obras de arte demuestra un paralelismo de estados mentales entre el autor y sus admiradores, así se trate de arte demencial o arte bizarro.

Aquí el artista se quedó a medio camino entre su autenticidad y su entrega al medio. Por servir a las exigencias de la sociedad, deja de ser él mismo, o, más bien, interrumpe su posible desarrollo creativo por servir a las demandas de la sociedad. Si su obra es aceptada y adquirida, se vuelve mecánico en la ejecución y repetitivo en el tema.

Tal actitud es también una interferencia. Si se ha de llegar a la máxima creatividad, se deben derrumbar todo tipo de barreras que bloquean el acceso.

Estar inspirado no es suficiente, porque el estar inspirado no garantiza la liberación de las propias limitantes.

Tampoco la originalidad debe ser interpretada como el crear algo diferente, menos si se trata de una aberración o de un trabajo que carezca de elementos estéticos. Mientras el artista no depure su interior, su obra podrá considerarse como fuera de ciertos cánones; pero no original, no auténtica en el sentido estricto de la palabra, ya que adolece de arte.

Y muchas veces le ha de ocurrir al artista lo siguiente: percibe interiormente o intuitivamente la obra, pero, o bien no tiene la capacidad para crearla tal como lo percibe, o bien se enfrenta a interferencias que no puede controlar. En el primer caso, el resultado puede ser mediocre, y en el segundo, sinuoso o incompleto.

En sí al artista lo caracterizan varios atributos, como mayor sensibilidad, más imaginación, más capacidad de abstracción, más intuición y receptividad de estímulos exteriores. A través de la inspiración profunda, vislumbra mundos que para otros están vedados. Cada una de las artes tiene peculiaridades en cuanto al uso de diferentes sentidos y percepciones, tanto para el artista como para el receptor.

La música, por ejemplo, es uno de los mejores recursos para despertar las percepciones interiores, ya que traspasa los filtros lógicos y analíticos de la mente, para establecer un contacto directo con sentimientos y pensamientos escondidos en lo más profundo de la memoria y la imaginación. La música tiene el poder de hacernos vivir dentro de nosotros mismos, porque el músico dispone de un lenguaje universal que transmite sin interferencias a su auditorio; dicho mensaje es interior, abstracto, subjetivo; podemos recrearlo si nos concentramos.

Es tan intenso el proceso de creatividad de estos artistas, que muchos han creído que ellos no son sino los intermediarios de algún poder divino; los transcritores, por decirlo así, de algo que se les dicta.

Quien haya tenido la experiencia de escuchar música intrasensorial comprenderá la actitud de estos grandes maestros. A un estudiante americano le sucedió algo similar y lo relata:

“Cuando me voy a dormir en la noche, empiezo a escuchar melodías y coros de música celestial. Pude

escuchar también una música cantada y el doblar de grandes campanas.”<sup>37</sup>

Si no antepone uno ningún pensamiento de incredulidad, como decir: - me estoy volviendo loco-, o ninguna actitud de negación de la experiencia, el concierto se escucha completo, claro y excelso; se disfruta tanto, o más, como presenciarlo en vivo, aunque no se “ven” los ejecutantes, solo se perciben colores, imágenes, vibraciones, símbolos, etc. Quizá la experiencia sea diferente en cada uno de nosotros, pero casi estoy seguro que eso le ocurre a los músicos: la diferencia es que ellos sí pueden anotar lo que perciben, siempre y cuando mantengan su visión interna en estado de alerta y expectación pero sin ansiedad. Los estados de angustia o precipitación bloquean el proceso.

En los sueños también se ven y se escuchan “cosas” que, de ser recordados, pueden constituirse en obras de arte. Lo difícil es recordarlo al cien por ciento, porque ocurren en un estado de conciencia muy diferente al de vigilia exaltada.

Richard Wagner decía de una de sus obras que la había soñado, que su pobre cabeza nunca habría podido inventar semejante cosa intencionalmente.<sup>38</sup>

Probablemente el éxtasis que a veces envuelve al artista; lo lleve a creer que está soñando, pues no está siendo totalmente consciente del proceso creativo; sin embargo en el caso de un músico, su sentido del oído traspasa las barreras conocidas de percepción e internamente se mantiene trabajando a niveles no visuales. Este proceso no es del todo consciente ni ocurre tan solo en el puro oído, otras percepciones y diversas emociones

---

<sup>37</sup> Roland Hunt, *Fragrant and Radiant Healing Symphony*, London, The C.W. Daniel Company LTD, 1949, Pág 66

<sup>38</sup> Hal Lingerman, *op. Cit.*, pág 126

intervienen para aislar, aún más al artista de las distracciones comunes y concentrarlo en su creatividad.

“El arroyo de vida fluyendo a través de él se tornó más y más intenso; un poder de percepción inusual parecía crecer dentro de sí, como si se tratase de un calor blanco que al trascender sus sentidos se tornaba incandescente. Una ola de sonido, inaudible a oídos ordinarios, era la música inseparable del ritmo que une todas las formas. La música de la manivela que activa al mundo permeaba a través y alrededor de él vibraciones enormes y diminutas.”<sup>39</sup>

La música supera los pensamientos, los reemplaza y nos dejamos llevar por las cualidades del sonido con mucha facilidad; por eso cierto tipo de música o ciertos sonidos pueden ser utilizados como elementos de introducción a las percepciones intrasensoriales: los mantras de oriente ahuyentan los pensamientos innecesarios y permiten la concentración; el tañer de una campana, el grillar de los grillos, el trino de pájaros, el aire, las olas, etc. sirven para abstraerse del mundo exterior y buscar en la interioridad las pautas de la creatividad.

La vibración relaja al cuerpo y poco a poco aquieta también los pensamientos. El artista que aprovecha esta situación y tiene en mente desarrollar alguna idea creativa, de pronto la aclara y la visualiza en “el ojo de la mente”; la ejecución o la objetivación de la misma dependerá entonces de su habilidad para hacerlo como fue concebido.

También la combinación de estímulos sensoriales propicia la creatividad; por ejemplo, la combinación de cantos religiosos, espacios arquitectónicos,

---

<sup>39</sup> Rolland Hunt, *op.cit.*, pág. 61

vitrales, pinturas, mosaicos, incienso, flores, velas, etc. Permite una concentración rápida en Catedrales e Iglesias.

“Las emociones son varias. En este primer nivel, predominan dos:

- 1) Un sentimiento estético (belleza en los espacios, del canto, sensación de armonía, equilibrio, elevación.)
- 2) Con un matiz de extrañeza, de misterio. Hay la impresión de abandonar un mundo rutinario y de ingresar en un ámbito en que predominarían cualidades contrarias.”<sup>40</sup>

Propiciar un ambiente similar cuando vamos a crear le da mayor libertad y fluidez al proceso.

Otro factor importante para “atraer” la creatividad, es la espontaneidad; debemos hacer a un lado el ego y los prejuicios, desinhibirnos y actuar como niños, sin temor a la auto-crítica; dejar que fluya la expresión artística aunque técnicamente no sea correcta; ya después, fuera de nuestro “trance” creativo, lo perfeccionaremos de acuerdo a los cánones de cada arte. Picasso lo dejaba así, como había surgido, Joseph Haydn si lo reparaba:

“Tomo asiento y empiezo a improvisar, ya sea que esté triste o feliz, serio o animado. Una vez que atrapo una idea, pongo todo mi empeño para desarrollarla y fundamentarla en conformidad con las reglas del arte”<sup>41</sup>

---

<sup>40</sup> Luis Villoro, *La Mezquita Azul, una experiencia de lo otro*, México, UAM Azcapotzalco, 1996, pág. 55

<sup>41</sup> Joseph Haydn, en *A Dictionary of Famous Musical Quotations*, New York, Mc Millan, 1985.

Muchas veces un artista no sabe qué hacer, no tiene una idea precisa, aunque sí tiene la intención, la voluntad de crear y la preparación técnica para hacerlo.

La improvisación le sirve como la etapa para relajarse y dejar poco a poco la mente en blanco.

El pintor garabatea en su block de apuntes, o juega con el color en su lienzo hasta percibir, ahí mismo, en las manchas lo que inspirará su obra.

El escritor romperá de su cuaderno varias hojas, por no estar convencido de lo que está escribiendo, hasta lograr un párrafo que lo anima y desencadena la secuencia de ideas creativas que necesita. Muchas veces hasta recupera las hojas descartadas.

Ahora bien, las ocurrencias son más superficiales que las intuiciones; las primeras tienen que pasar por varios filtros antes de ser aplicadas; las segundas pueden tener un carácter más definitivo, pero el artista tiene que valorar su posible consumación.

En arte, la obra nos dice que hubo en el proceso; ¿Hubo tan solo una ocurrencia que se expresó sin más?, y si así fue, ¿Qué emociones y qué estado mental predominó en la ejecución? o, por otro lado; ¿Hubo inspiración, imaginación y ejecución magistral?

He asistido a exposiciones pictóricas, principalmente en México, en las que los autores proyectan depresión, angustia, terror, violencia o morbo. La gente admira sus trabajos a pesar de los colores sucios, las figuras monstruosas, los personajes inflados y otro tipo de aberraciones.

En California vi en algunas exposiciones fierros retorcidos, basura pegada a tablas, residuos de animales aplastados y hasta llegaron a presentar

excrementos encapsulados en acrílico, ¡Grandioso! Exclamaba el público y pagaba altas sumas de dinero por esas “ocurrencias”.

Cuando la obra sí cumple con la expresión íntima del artista y si éste depuró su trabajo para ofrecerlo con alta calidad estética, uno se extasía al experimentarlo o al contemplarlo; se establece una comunicación interna entre el autor y el espectador aunque haya diferencia de tiempo.

Miguel Ángel decía, cuando tenía un bloque de mármol frente a sí, que la obra ya estaba dentro del bloque y que él solo desbastaba el excedente, incluso escribió:

“No tiene el gran artista pensamiento  
Que la piedra no albergue en su interior  
Del mármol sólo puede el escultor  
Liberar la figura que hay durmiendo.”<sup>42</sup>

Es una característica que comparten artistas de pueblos primitivos, como es el caso de los esquimales *avilik*:

“Dejaba que su mano fuera conducida en todo momento por la estructura interna del marfil, según se daba a conocer al cuchillo. La forma del ser humano o del animal no tenía que ser creada, estaba allí desde el principio esperando su liberación.”<sup>43</sup>

Lo que estoy tratando de establecer es que hay niveles de creatividad y que los más elevados correspondan al ahondamiento más profundo del

---

<sup>42</sup> Tomás Llorens, *Miguel Angel*, Madrid, Historia Viva, 1993, pág. 112

<sup>43</sup> René Dubos, *Un Dios Interior*, Barcelona, Salvat Editores, 1986, pág. 8.

artista en sí mismo, y, en el ejemplo mencionado, al aspecto espiritual del objeto.

En todas las artes se puede llegar a ese estado mental de percepciones interiores en las que se abren puertas antes desconocidas o poco utilizadas por la mayoría.

## CONOCIMIENTO INTERIOR

“Vuestros corazones saben, en silencio,  
Los secretos de los días y las noches.  
Pero vuestros oídos sufren por el sonido  
del conocimiento de vuestro corazón.  
Querríais saber, en palabras lo que siempre  
Supisteis en espíritu.  
Querríais tocar con vuestras manos  
El cuerpo desnudo de vuestros sueños.  
Y es bueno que así lo hicierais.  
El manantial escondido en vuestra alma  
necesita brotar y correr murmurando  
hacia el mar.  
Y el tesoro de vuestros infinitos secretos  
sería revelado a vuestros ojos.  
Pero no pongáis balanzas para pesar  
vuestro desconocido tesoro.  
Y no registréis los secretos de vuestro  
conocimiento con cuchillos y sondas.  
Porque el yo es un mar inconmensurable.  
No digáis: “He hallado la verdad”,  
Sino más bien: “He hallado una verdad.”  
No digáis: “He hallado la senda del espíritu.”  
Decid más bien: “He encontrado  
al espíritu caminando en mi senda.”  
Porque el espíritu es peregrino  
de todas las sendas.  
El espíritu no camina en línea recta,  
ni crece como el bambú.  
El alma se despliega como un loto  
de pétalos innumerables.”<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup> Gibran Kahlil, Gibran, *El Profeta*, México, Editorial Orión, 1968, pp. 121-122

Un verdadero artista es impredecible, escapa constantemente a las definiciones que las normas de la estética pretenden establecer; puede, por ejemplo ignorar al posible receptor de su obra y crear para sí mismo, para su propia satisfacción y por actos espontáneos. Un poeta, sin propósito alguno, se puede conmover profundamente ante una simple flor y, ya sea que escriba o no su experiencia, sus emociones habrán alcanzado un nivel elevado de inspiración; algunos pintores crean una obra que atesoran para sí mismos y otros, pintan una y otra vez el mismo lienzo porque no les satisface lo que hacen. Hay músicos y escritores que desde el primer intento realizan con limpieza su obra y otros que pulen y pulen su trabajo para adecuarlo a su idea original; otros insisten en considerar que la obra no es suya, sino que les fue transmitida por entes espirituales, etc. Es por todo esto que, un ejemplo del método de la percepción en el arte sería aplicable, principalmente, en los casos en que el artista tiene una gran técnica, pero no la capacidad innata para crear o sea, cuando se hace necesario dirigir y controlar el flujo de ideas, o despertar el proceso creativo desde el interior de la mente.

El tallador de marfil mencionado anteriormente, o el tallador chino de jade, observa cuidadosamente la materia bruta; su propósito es crear algo con ella; esta es la primera etapa del método. Se aparta del grupo para concentrarse mejor en su labor de análisis, o sea, está buscando el momento propicio para su actividad estética; allí no le asaltan pensamientos que entorpezcan su proceso creativo, más bien está esperando en silencio que el mismo material le sugiera qué hacer, que se revele a su percepción interior la forma definitiva, sin anteponer su propia personalidad a la materia y sin imponer un diseño preconcebido, sino el que está ahí, en el objeto mismo. Con la seguridad de que la obra está en el interior del material, talla

con habilidad para descubrirla, se ha convertido sólo en el medio que ayudó al objeto a manifestarse.

En el ejemplo anterior, vemos que los pasos del método de la percepción intrasensorial pueden conjugarse; ahora veamos un ejemplo del artista que no encuentra tan fácilmente la inspiración:

Un poeta quiere escribir algunos versos que tengan que ver con la naturaleza, ese es su propósito, por lo tanto camina en el bosque, tratando de involucrarse de las condiciones adecuadas para la intención que tiene, observa lo que le rodea, todo parece ser motivo de admiración, ( aquí ya apareció una emoción que va a coadyuvarle en el proceso creativo); son tantos los temas posibles, que su mente empieza a pensar en varios a la vez, lo cual le causa desasosiego. Decide sentarse bajo un árbol para concentrarse y evitar la agitación que se adueñó de su mente. Poco a poco descarta pensamientos innecesarios y logra la quietud interior. Sus brazos se relajan a los lados e inadvertidamente toma con sus dedos una pequeña semilla, la coloca en la palma de su mano y la observa sin analizarla. Su cerebro parece brillar, porque concibe interiormente el poema que buscaba; ahora le acompañan la alegría y la exaltación y escribe: “Cuando deposito la minúscula semilla en terreno fértil, también estoy sembrando esperanza en mi corazón, y cuando la planta rompe la tierra y eleva sus tiernos bracitos al sol, mi esperanza se vuelve ternura...y cuando” etc. El poema continuó y el artista logró su propósito.

## **CAPÍTULO 5.- La percepción intrasensorial en la ciencia**

Los científicos siempre se han esforzado por ser muy objetivos, pero un gran número de ellos recurren o han recurrido (a veces involuntariamente), a la intuición intelectual o a las percepciones intrasensoriales para esclarecer sus ideas, redondear sus operaciones mentales, descubrir e innovar procesos científicos o visualizar inventos.

Obviamente, dependerá de la capacidad mental del científico, la penetración en sí mismo, su habilidad para objetivar sus abstracciones; con esto la obtención del resultado esperado puede ser directo y casi inmediato.

Nicola Tesla, inventor de finales del siglo XIX y principios del siglo XX, no dibujaba ningún plan, ni hacía anotaciones de ningún tipo; todo lo mantenía en su mente, lo ensamblaba en su mente y lo hacía “funcionar” en su mente durante un tiempo para saber el desgaste, las fallas, los ajustes y otros pormenores de sus inventos. Cuando estaba convencido de su trabajo, llamaba a diferentes técnicos y les entregaba por separado las piezas a elaborar.

Tomás Alba Edison, por otro lado, decía que el 1% era inspiración y 99% transpiración, pero en realidad, él se sentaba a solas todas las mañanas para aclarar su mente respecto a la secuencia de sus inventos, porque manejaba varios a la vez.

A otros científicos les llegaba la inspiración por medio de objetos comunes, a través de sueños u observando la naturaleza; hay innumerables ejemplos de descubrimientos obtenidos de tal modo; a veces, incluso, en momentos inadecuados, como a Newton, que se olvidó por horas de sus invitados, cuando fue a escogerles un vino en su cava.

El tren de pensamientos llega en forma tan arrolladora, que puede frenar toda actividad corporal, aislando a veces al filósofo, al artista o al científico de las actividades simples y cotidianas.

De aquí la fama de distraídos que tienen o han tenido muchos genios creativos; tanto se abstraen de la realidad objetiva y son tan intensas sus inmersiones en la actividad mental, que los asuntos de la vida práctica dejan de tener una gran importancia. (En cierta ocasión Einstein llegó a dar clases sin calcetines).

Recordemos que cuando se mantiene trabajando el cerebro en cierta dirección, es decir, cuando se hace funcionar el engranaje mental, éste no se detiene hasta lograr su objetivo; objetivo que se activa con la voluntad, la motivación, la constante búsqueda y el contenido mental: mientras más datos, más información, más preparación y más práctica; mayores posibilidades de profundizar en las soluciones que se buscan.

O sea que para la fase creativa o resolutive, hará falta cierto talento, el de saber qué hacer o cómo organizar la producción mental.

Un visionario podrá concebir el futuro y hablar de éste. Un inventor, por otro lado, producirá objetivamente algunas de sus concepciones:

“ya sea el invento una nueva teoría física, la construcción de una máquina o la trama de un juego, la característica común es que los elementos de la imaginación no son sumados unos a otros, sino dispuestos de tal forma que producen una nueva función.”<sup>45</sup>

El arte y la ciencia comparten también el estado onírico como antecedente de la creatividad y la invención respectivamente; Werner Wolff continúa:

“La invención es frecuentemente resultado de la actividad onírica. Kekulé Von Stradonitz, cuya teoría sobre la composición del Benzol es fundamental en química orgánica, describe el origen de su concepción en la forma siguiente: sentado en el piso superior de un autobús comenzó a soñar; los átomos jugueteaban ante él, combinándose los más

---

<sup>45</sup> Werner Wolff, *Introducción a la Psicología*, México, FCE, Breviarios, 1974, pág. 165

pequeños por parejas rodeando a éstos los más grandes. Pasó gran parte de la noche describiendo su visión y llegó así a formular su teoría.”<sup>46</sup>

El otro aspecto descrito por Werner Wolff, es el que se refiere a buscar un momento propicio para desencadenar las percepciones intrasensoriales

“El matemático francés Henri Poincaré confiesa que sus ideas creadoras no le vienen cuando está trabajando en su despacho, sino en los momentos en que deja libre la imaginación mientras pasea por las calles o va de excursión. Tanto la imaginación científica como la artística son, con frecuencia, la estructuración de la actividad onírica y la invención es el acto de encontrar relaciones desconocidas hasta entonces.”<sup>47</sup>

Finalmente describe las etapas para lograr creatividad:

“Del mismo modo que la memorización, la imaginación creadora también se desarrolla, al parecer en varias etapas. La primera fase es de preparación o del deseo que evoca imágenes centradas alrededor de un problema específico; sigue el período de incubación en el que se trabaja con esas imágenes; la siguiente etapa es aquella en que la mente se ilumina repentinamente con la solución, y, por último, la fase en que se completan y verifican los resultados.”<sup>48</sup>

De acuerdo a la cita anterior, la invención es el resultado visible de la investigación y de la creatividad científica; es un proceso matizado del mayor rigor objetivo y de diversos factores subjetivos como la intuición, la inspiración, los sueños, etc.

---

<sup>46</sup> *Ibid*, pág. 165

<sup>47</sup> *Ibid*, pág. 165

<sup>48</sup> *Ibid*, pág. 165

Ahora bien, la psicología y la psicofisiología han tratado de clarificar qué ocurre a nivel cerebral y orgánico cuando se producen percepciones intrasensoriales o estados de conciencia diferentes a los “normales”; para ello han experimentado con diferentes métodos y con drogas de tipo psicodélico.

Uno de los experimentos más notables fue el de los tanques de aislamiento sensorial. En 1954, John Lilly, conocido en el mundo científico por su trabajo con delfines y ballenas, construyó el primer tanque de aislamiento.

Motivado por la incógnita ¿qué le pasaría al cerebro si se le privara de toda información sensorial?, decidió experimentar consigo mismo y se sumergió en su tanque de flotación (la elevada salinidad del agua hace flotar al cuerpo). Esta motivación podemos considerarla como la fase del propósito en el método de percepción intrasensorial.

Los científicos de la época consideraban que si al cerebro se le privaba de estimulación quedaría inconsciente, pero no fue así ni con John Lilly ni con quienes le siguieron; al contrario, descubrieron toda una gama de actividad interior en las profundidades de su psique: imágenes de tipo onírico, ilusiones, trances, apariciones místicas, viajes extra corporales, etc. Obviamente, como toda experiencia, ocurre de acuerdo a la preparación, a los recuerdos, a los intereses y al propósito de cada individuo.

El interesado en la mente percibirá con detalle la actividad de las neuronas, el funcionamiento cerebral, las redes nerviosas y así sucesivamente. El físico contemplará el juego de los átomos en sus propios universos, sus espacios, las energías generadas entre núcleo y electrones, etc.

Otros sólo se relajarán, como ocurre actualmente con los tanques de flotación comerciales. No perciben nada porque no están interesados en ello, o quizá porque su contenido mental es muy pobre.

Parece que al privar de estímulos externos al cerebro, éste se desorganiza y los pensamientos e imágenes interiores se desenvuelven con entera libertad.

Entrar al tanque de aislamiento es, claramente, la forma de propiciar las condiciones, o sea, la segunda fase del método de percepción intrasensorial.

Obviamente, la soledad y el silencio son requisitos indispensables en el tanque de aislamiento sensorial; se vuelve un espacio psico-físico en el cual, en determinado momento se inicia la exploración de sí mismo hasta llegar al silencio interior y de ahí a la fase creativa, según lo que se esté buscando:

“El tanque asiste en una función muy simple; nos permite expandir el estado de alerta de nuestro ser interior, de nuestro fluir interno. Esta sensibilidad aumentada de los rangos y diversidades del mundo interior, no solo enriquece ese ámbito, sino además, el curso de nuestra vida diaria en el mundo en que vivimos.”<sup>49</sup>

No vamos a ahondar en el tema, pero la psicofisiología explica estos mecanismos nerviosos, químicos y cerebrales y avanza a grandes pasos para localizar áreas y procesos específicos para cada actividad mental.

Ya Paul Chauchard señalaba lo siguiente:

“... El estudio del adormecimiento es también muy interesante para mostrar la desorganización del pensamiento que sigue a la de las estructuras fisiológicas cerebrales, con manifestaciones de imágenes hipnagógicas que no son aún las del sueño.

El sueño, salvo los sueños patológicos del orden del coma y principalmente el sueño anestésico profundo, es la supresión del funcionamiento cortical bajo una inhibición generalizada. Se trata de la imposibilidad de funcionamiento armonioso normal de las estructuraciones fisiológicas asociativas que

---

<sup>49</sup> John C. Lilly, *The Deep Self*, New York, Simon and Shuster, 1977, pág. 24

aseguran el curso normal de un pensamiento lógico verbalizado.”<sup>50</sup>

Paul Chauchard nos está dando a entender que, para ahondar en el mundo interior, tenemos que descompensar la organización lógica de la mente a través de un adormecimiento, y, a la vez, que no siempre está presente la conciencia en la actividad mental:

“ No somos conscientes de todos los mecanismos nerviosos elementales que aseguran el pensamiento, ni de todos los mensajes de los sentidos que llegan a la corteza, y no sólo de los mensajes normales que vienen de la sensibilidad y que sin embargo, originan condicionamientos precisos asociándose a mensajes conscientes, sino tampoco de la mayor parte de los mensajes que pueden ser propiamente conscientes, sea porque nos encontramos distraídos o porque no hemos aprendido a reconocer los mil detalles que llegan a nosotros de fuera o de adentro.”<sup>51</sup>

La neurofisiología ha clasificado las ondas cerebrales de acuerdo a HERTZIOS o ciclos por segundo:

BETA: 35 y 14 ciclos x segundo; corresponde a la vida cotidiana

ALFA: 13 y 8 hertzios; corresponde al cerebro tranquilo, aunque todavía despierto.

THETA: 7 y 4 hertzios; corresponde al adormecimiento, sueño ligero.

DELTA: 4 y 0 hertzios; corresponde al sueño profundo.

Cuando inducimos nuestra mente a penetrar en ese estado en el que nuestras percepciones interiores se agudizan, quizá estemos bajando nuestra frecuencia

---

<sup>50</sup> Paul Chauchard, *Compendio de Biología Humana*, Buenos Aires, Editorial Buenos Aires, 1966, pág. 238

<sup>51</sup> *Ibid*, pág. 244

hasta las ondas THETA; con gran esfuerzo logramos resultados que ciertas drogas producen vía rápida, pero casi siempre sin dirección ni control.

Bajo el efecto de drogas psicoactivas la intensidad imaginativa es mayor que la de los sueños: el tiempo es una eternidad o pierde el sentido de duración y transcurrancia; el espacio se amplifica o se vuelve elástico; los colores y las formas se avivan y multiplican; las percepciones visuales y auditivas son más agudas que en circunstancias normales, pero solo si el usuario se enfoca en las mismas; un gran número de imágenes atraviesan su mente, incluyendo las geométricas; aparecen percepciones imaginarias, ilusiones y alucinaciones como reacción a casi todos los estímulos, las emociones pueden intensificarse a grados a veces abrumadores: La alegría se vuelve euforia, el miedo, pavor; la tristeza, tragedia y así sucesivamente.

Solo algunos experimentadores con propósitos específicos, han podido aportar a la ciencia información valiosa que intenta descifrar la mente humana.

Desde principios del siglo XX, hasta la actualidad, los científicos que han investigado las sustancias químicas psicoactivas, han descrito casi el mismo tipo de experiencias: La relación entre objetivo y subjetivo pierde su sentido y puede intercambiarse; el mundo percibido está formado por relaciones matemáticas: todo está interconectado, tal vez con motivos geométricos que se combinan infinitamente; hay música de armonías visibles que forman parte de ese todo; la mente crea innumerables ideas ante cualquier concepto pensado, a tal velocidad y con tal profundidad que pareciera albergar conocimientos de años o décadas; todos los pensamientos, conjeturas, comparaciones, asociaciones, visiones y sensaciones son difíciles de retener y traducir en palabras.

Hay, en lo anterior, puntos en común con la experiencia que podemos obtener en forma sistemática y sin drogas, manteniendo el control todo el tiempo, si bien es cierto que las percepciones interiores una vez desencadenadas aportan imágenes e ideas condensadas a tal velocidad, que a la mente consciente le es difícil recordar.

Ahora sabemos, gracias a la neuroquímica, que el organismo sintetiza transmisores cerebrales con principios activos muy similares a los de las drogas alucinógenas.

Los métodos de ayuno, silencio y soledad pueden producir esas sustancias y crear estados de conciencia controlados, con el objeto de aprovecharlos en el conocimiento y la creatividad.

En *La Mezquita Azul*, Luis Villoro relata una experiencia que él denomina de *lo otro* y, entre otras cosas exclama:

“El yo se ha perdido, pequeño, trivial, olvidado.”<sup>52</sup>

Pues bien, la ciencia tiene una explicación porque ha monitoreado el cerebro de gente muy religiosa:

“En momentos de fe, oración y meditación, no solo hay una mayor actividad en los lóbulos temporales, sino que la actividad de la parte parietal del cerebro (la encargada de que el individuo se sitúe en el tiempo y en el espacio) se ve disminuida. Esto quiere decir que las personas se abstraen de su realidad cotidiana y sienten que son una parte pequeña en medio de una inmensidad. Es como si se olvidaran de sí mismos para concentrarse en lo que algunos llaman el Ser.”<sup>53</sup>

---

<sup>52</sup> Luis Villoro, *La Mezquita Azul, una experiencia de lo otro*, México, UAM, Azcapotzalco, 1996, pág. 51.

<sup>53</sup> Susana Opra, *¿Por qué creemos en Dios?*, en la revista Quo, marzo 2004, pág. 82.

## **CAPÍTULO 6.- La percepción intrasensorial en el misticismo**

El misticismo es un área en la que también se aplica el método de la percepción intrasensorial; de hecho, las doctrinas orientales y algunas culturas americanas y europeas, han establecido diversas disciplinas, técnicas y rituales encaminados a la inmersión del practicante en sí mismo.

La finalidad del místico no es exclusivamente la creatividad, ésta la puede pasar por alto; su meta es la iluminación espiritual o la comunicación con lo divino.

Se ha considerado en general, aun cuando es difícil definirlo con exactitud, que el misticismo es una doctrina religiosa o filosofía que enseña la comunicación inmediata y directa entre el hombre y la divinidad, en la visión intuitiva y en el éxtasis.

Ya vimos anteriormente que la conciencia es subjetiva; es una actividad continua del cerebro que conlleva atención, intención y autoconciencia.

La autoconciencia supone una percepción integrada y el conocimiento mismo de las percepciones.

En la conciencia participan la memoria, el aprendizaje y otras representaciones mentales que requieren del conocimiento consciente. Esto quiere decir que podemos lograr ser conscientes hasta de nuestra propia conciencia; la autoconciencia, que ha sido considerada como el nivel más elevado de autoconocimiento.

“La realidad de los estados internos es el punto de partida seguro de todo conocimiento. Percatarse, presencia-para-mí de un estado, conciencia de él, son lo mismo; la observación interior no es más que percepción interna elevada por el interés a la atención, es decir, dotada de una conciencia intensificada.”<sup>54</sup>

Por lo anterior se ha considerado que existen diversos estados o niveles de conciencia; desde un estado de vigilia normal, hasta los estados de

---

<sup>54</sup> Wilhelm Dilthey, *Teoría de la Concepción del Mundo*, México, FCE, 1945, pág. 255

conciencia de éxtasis y trance que han caracterizado a místicos de diferentes épocas y regiones.

¿Qué caracteriza estos estados de conciencia?

En primer lugar, la disminución o el cierre de las percepciones del exterior y la atención centrada en la conciencia misma, lo cual elimina la utilización exclusiva de la mente racional o preponderante. En segundo lugar, la búsqueda de una verdad esencial o de una visión, que puede ser desde el significado de la existencia, hasta la comprensión o el enfrentamiento a lo divino. En tercer lugar la experimentación de emociones y estados mentales que, tanto impulsan el proceso, como exaltan hasta el éxtasis al místico y, en cuarto lugar la obtención de la visión anhelada, la revelación, la iluminación o la recepción de algún conocimiento importante o trascendental para quienes logran llegar a esta última etapa.

Para San Agustín la iluminación divina está en el interior, debe concentrarse su búsqueda adentro de uno mismo, pero solo por la influencia de Dios nos puede llegar:

“Todo esto sirvió de amonestarme que volviese hacia mí mis reflexiones y pensamientos, y guiándome Vos, entré hasta lo más íntimo de mi alma: Y pude hacerlo así porque Vos os dignásteis darme auxilio y favor. Entré, y con los ojos de mi alma (tales cuales son) vi sobre mi entendimiento y sobre mi alma una luz inmutable.”<sup>55</sup>

A través de estados de contemplación y de meditación puede lograrse la iluminación espiritual.

A diferencia de la iluminación intelectual, que es esclarecimiento interior, es decir, poner en claro, llegar al fondo de un asunto o doctrina; la iluminación espiritual es la experiencia de lo divino, sentir la presencia Divina y adquirir de este modo, un entendimiento acompañado de una sensación de paz, de plenitud y de unidad con el universo.

El método más consistente para lograr la iluminación espiritual es el que algunas doctrinas orientales han propuesto para la meditación, aun cuando

---

<sup>55</sup> San Agustín, *Confesiones*, Buenos Aires, Editorial ELA, S.A., 1946, pág. 173

en éstas no hay un acuerdo en la meta que debe alcanzarse, ya que unas solo mencionan la relajación y otras aspiran a experiencias más profundas.

Sus pasos son generalmente: el aislamiento, el ambiente propicio, la relajación corporal y mental a través de ejercicios, posturas y respiraciones; la concentración en un tema y las conclusiones.

Las escuelas más serias mencionan que el propósito último de la meditación, es conseguir el diálogo interno con su Yo superior o verdadero y ascender a las esferas de la divinidad; esto es ya misticismo.

Sócrates decía que se dejaba orientar por un *daimon*, consideraba que era una voz profética dentro de sí, proveniente de un poder superior; le advertía sobre posibles errores, pero nunca le decía qué hacer. Para él todos tenemos un *daimon* interior de quien tendríamos que escuchar sus advertencias, al punto de hacerlo nuestro guía.

“Este demonio se ha pegado a mí desde mi infancia; es una voz que no se hace escuchar sino cuando quiere separarme de lo que he resuelto hacer, porque jamás me excita a emprender nada.”<sup>56</sup>

Cuando cambiamos de nivel cognitivo y experimentamos un estado diferente a la consciencia ordinaria, las emociones predominan; pero cuando se llega a la exaltación máxima, suceden acontecimientos sincrónicos, es decir, se crean puentes entre lo subjetivo y lo objetivo ; entre lo mental y lo emocional; entre tiempo y distancia. La realidad ordinaria deja de serlo, pasa a un plano casi inexistente; Los nuevos estados, de conciencia van adquiriendo cada vez más valor e intensidad.

Los místicos que practican constantemente con tales estados, se desapegan cada vez más de la vida “normal”; se encierran en esos mundos interiores que ellos consideran lo real.

Las investigaciones científicas han confirmado que estos estados producen alteraciones bioeléctricas, bioquímicas, sinápticas, de ritmos cardiacos y cerebrales.

---

<sup>56</sup> Platón, *Diálogos, Apología de Sócrates*, México, Editorial México, 2006, pág. 22

La imaginación, si se le puede llamar así, se vuelve tan real que el experimentador trasciende la sensación corporal o incluso, controla a voluntad sus funciones orgánicas como los ascetas y lamas tibetanos quienes han aprendido técnicas tan especiales como *el tummo*, una forma de meditación que consigue desarrollar un intenso calor para protegerse de los rigores invernales y el *lun-gom*, entre otras, que les permite soportar largas jornadas con muy escasos alimentos o recorridos de distancias enormes sin fatigarse.

Ya desde la antigüedad se utilizaban diversos métodos para inducir estados místicos de conciencia, desde ayunos prolongados, aislamiento sensorial, danzas interminables, inmersiones en agua helada, posiciones tortuosas, drogas psicoactivas, etc., hasta el sencillo cruce de ojos para desenfocar el aparato perceptual. En el Bhagavad Gita se recomendaba esto último:

“El yogui que busca la liberación corta el nexo de unión con los sentidos y se sienta con la mirada fija entre las cejas. Regula su respiración; controla sus sentidos, su mente y su intelecto; aparta el deseo, la pasión, el miedo con la mente concentrada y los sentidos y el pensamiento bajo control, se purificará, identificando su ser con el Ser que reside en todas las cosas permanecerá inmóvil y vigorosamente erguido; con el tronco, el cuello y la cabeza en una línea vertical, los ojos fijos en la punta de la nariz y la mirada vuelta hacia el interior ... una vez detenido el flujo del pensamiento, el yogui se deleita en la contemplación del Atman, iluminado con su propia luz. Entonces experimenta la felicidad que está más allá de todos los sentidos y en ella se afianza; pues el yogui que acalla sus pasiones y aquieta su mente, logra la suprema bienaventuranza, ve al Ser en todos los seres y a todos los seres en el Ser.”<sup>57</sup>

Para comprender el misticismo es necesario aceptar la idea de un principio espiritual, de un ser esencial, de un yo verdadero, de un alma,

---

<sup>57</sup> Bhagavad Gita, *Cap. IV, versos 20-28*, India, Editorial Vaisnavas, sin año de edición, pág 28

de un yo superior, de una voz de la conciencia, de un dios interno o como quiera interpretarse “eso” que el místico encuentra en sí mismo.

El concepto del alma ha creado siempre una polémica entre materialistas y espiritistas. Actualmente se ha sustituido el término y se habla de psique, mente o conciencia, o sea el alma como entidad sensible, consciente, voluntaria; cuyo lugar físico de asentamiento sería el cerebro, o más bien el conjunto de funciones cerebrales:

“Si la memoria, la conciencia, la voluntad, el curso del pensamiento, cambian mediante unos electrodos o la inyección de una sustancia química, estamos ante el dilema de aceptar la versión materialista que reduce la fe espiritualista a una simple superstición vacía de contenido o admitir que tras los procesos de la mente que se reducen a un proceso de información a través de la intrincada red de fibras nerviosas en el cerebro, se encuentra una conciencia apoyada sobre un sustrato energético capaz de abandonar el cuerpo tras su deceso.”<sup>58</sup>

Lo notable es que los místicos buscan en sí mismos niveles más elevados de ser o de existencia. Exaltando sus percepciones de un modo o de otro, tratan de convertirse en su ser interior o espíritu; tratan de comprender lo divino contactando ese principio espiritual dentro de sí; o bien, tratan de escuchar lo que se ha dado en llamar voz de la conciencia: Un mensaje que se imprime en sus mentes con vívidas palabras; a veces incluso, dicen ver la entidad que les dicta el mensaje; por eso muchos místicos de diversas culturas, claman haber visto a un ser divino o al reino celestial.

El extremo de una visión mística sería similar al caso del filósofo Swedenborg, quien afirma haberse enfrentado con la persona de Jesucristo y recibido algunas indicaciones directas para mejorar la iglesia cristiana; a partir de ahí empezaron sus visiones místicas:

“También me ha sido dado ver que una sociedad angélica en su integridad, en la que el Señor está

---

<sup>58</sup> José Luis Jordán Peña, *Parapsicología/Ocultismo*, España, Ediciones Uve, 1982, pág. 62

presente de manera visible, aparece como un solo hombre. Aparecía en lo alto hacia el oriente, algo semejante a una nube dotada de un albor que se tornaba rojo y rodeada de pequeñas estrellas, que descendía; y en su gradual descenso resplandecía más y más, hasta aparecer por último en una perfecta forma humana.”<sup>59</sup>

El místico le da libertad a sus intuiciones, no reprime ni la fluidez de sus pensamientos, ni los estados emocionales que le impulsan a ahondar más en sí mismo, ni duda de la veracidad de sus visiones.

Un maestro chino *Lu-Tu-Ping*, expresaba ese tipo de percepciones interiores del siguiente modo:

“El ojo mira solamente hacia adentro y no hacia afuera. Experimentar lucidez sin mirar hacia afuera, eso quiere decir mirar la oscuridad interior y contemplarla; no se trata de un real mirar hacia adentro ¿Qué significa oír? Es el propio oír de la luz del oído. El oído solo escucha el silencio interior sin escuchar hacia afuera. Sentir lucidez sin escuchar hacia afuera, eso quiere decir escuchar hacia adentro, no se trata de un real escuchar hacia adentro. En este oír se oye solamente que no existe ningún sonido; en este ver se ve solamente que no existe ninguna figura. Cuando el ojo no mira hacia afuera y el oído no escucha hacia afuera, se cierran y están dispuestos a hundirse hacia adentro.”<sup>60</sup>

Los Shuaras, nativos del amazonas, utilizan una planta que se llama Ayahuasca para entrar en trance; según ellos, la planta les permite tener visiones sobre la vida y la muerte, les abre sus oídos para poder escuchar la voz del universo o voz del alma. El universo les habla con gran sabiduría y por medio de espíritus reciben consejos para aprender sobre las plantas curativas y sobre como transformase o cambiar de formas físicas.

---

<sup>59</sup> Emmanuel Swedenborg, *El Cielo y sus maravillas y el infierno*, Buenos Aires, Editorial Kier, 1933, pág. 70.

<sup>60</sup> José Raúl Legorreta, *op. Cit.*, pág. 53

No es fácil abrir las puertas de la percepción interna, especialmente las que nos comunican al “otro lado” de la realidad objetiva, a la divinidad. Quien explica o intenta explicar los actos de la creación, o las características de un creador, se está asomando a otros mundos y eso lo convierte en un místico; José Vasconcelos es uno de ellos porque se expresa del siguiente modo:

“Examinando objetivamente la línea que describen los distintos movimientos de la creación, encontramos que en la materia, el movimiento es siempre giratorio, y en el espíritu en cambio, el movimiento se resuelve constantemente en espiral.”<sup>61</sup>

Continúa con la explicación del alma:

“El alma, en cambio, solo puede ser representada por la espiral que asciende abarcando a cada paso más universo, huyendo de la esfera, perforando hacia arriba como para huir del espacio. No le basta lo plano, ni se resigna a lo curvo, y presiente que el tiempo desde que puede contarse y medirse ya no es de su esencia.”<sup>62</sup>

Por último, nos indica cómo se eleva el espíritu hasta alcanzar al Ser verdadero:

“La curva del espíritu no es ya círculo, ni parábola, ni elipse, sino ímpetu que ordena todos los átomos en un proceso estético, en espiral, y en música de sonos que trascienden la armonía de las esferas. No como música repetida a tal punto que llega a olvidarse su sonar, sino con música creadora que ante cada cosa vibra y la penetra, y la anima a superar la existencia, hasta perderse en la gloria y la alegría del ser verdadero.”<sup>63</sup>

---

<sup>61</sup> José Vasconcelos, *op. Cit.*, pág. 532

<sup>62</sup> *Ibid*, pág. 532

<sup>63</sup> *Ibid*, pág. 533

El trance místico es la manifestación máxima de la percepción intrasensorial, porque bajo ese estado, la realidad cotidiana se trasciende; el experimentador considera esa otra realidad como más verdadera e intensa.

Un aspecto más del misticismo que cabe destacar se refiere a la capacidad que tiene el pensamiento para crear la realidad; al pensamiento como poder de atracción de todo aquello que se desee, lo cual es un ensanchamiento de la conciencia que se logra cuando nos abstraemos en pensamientos elevados, nos aislamos del caos de la vida exterior y entramos en comunión con un poder espiritual de origen divino.

Veamos como lo expresa Ernest Shurtleff Holmes en uno de sus libros:

“La actividad de nuestra mente es pensamiento. Nosotros estamos siempre actuando porque siempre estamos pensando. En todo tiempo estamos bosquejando cosas para nosotros o impulsándolas hacia afuera de nosotros. En el común de los mortales se realiza este proceso sin que ellos se den cuenta consiente de él, pero la ignorancia no los excusa de sentir sus efectos.”<sup>64</sup>

Luego nos aconseja mantenernos atentos, en el silencio interior, porque sólo así se logran “divinizar” nuestros pensamientos:

“Cuando deseamos aumentar nuestra inteligencia, debemos, en primer lugar, estar tranquilos y oír la voz interior, para retirarnos por unos pocos momentos dentro del silencio del alma y tomar aquí lo que ya sabemos y comprobar que la más grande inteligencia se está desarrollando. Aquí tomamos indefinidamente el molde de nuestro pensamiento, la cosa en que estamos trabajando, y pedimos y recibimos nueva luz; y la sostenemos en la Luz Divina y tenderemos a creer que estamos siendo guiados; asentamos que la Suprema Inteligencia y el Poder

---

<sup>64</sup> Ernest Shurtleff Holmes, *Mente creadora y éxito*, México, 1962, pág. 13

Absoluto están actuando sobre nuestro pensamiento y trayéndolo a su realización.”<sup>65</sup>

Hasta que ocurre una identificación de nuestro ser con el Ser divino:

“La totalidad de las cosas se resuelven por sí mismas dentro de nuestra habilidad mental para controlar nuestro pensamiento. El hombre que puede hacer esto, puede *tener* lo que quiera, puede *hacer* lo que desee y *llegará a ser* lo que quiera ser. La vida, Dios, el Universo, son suyos.”<sup>66</sup>

La experiencia mística ha ocurrido siempre y sigue ocurriendo, a veces voluntaria y a veces espontáneamente. En algún momento, por algún motivo, con diferente duración y repercusiones, pero casi todos la hemos experimentado; así se trate de filósofos rigurosos y sistemáticos como es el caso de Luis Villoro, quien tuvo que ceder a una emoción profunda que no lo abrumó del todo, porque pudo mantener un “ojo” vigilante a sus reacciones y pensamientos para después analizarlos ya con el ojo crítico:

“Ahora todos somos una sola voz que se eleva como las flechas de los minaretes. Sé que soy uno de tantos, pequeño, insignificante en el mar de la humanidad en alabanza que en todos los tiempos se ha elevado a lo sagrado.”<sup>67</sup>

Y cede casi absolutamente a su experiencia:

“Entonces ruego: “Permite que se aleje mi orgullo, que se destruya mi intensa vanidad, que se borre por fin mi egoísmo.” Y solo en ese momento siento, solo entonces veo la verdad. Todo se vuelve para siempre transparente, todo es puro, detenido en suspenso, sereno y pacífico, todo está a salvo. El yo se ha perdido, pequeño, trivial, olvidado. ¡Qué magnífico que así sea!

---

<sup>65</sup> *Ibid.* Pág. 47

<sup>66</sup> *Ibid.*, pág. 81

<sup>67</sup> Luis Villoro, *op. Cit.* Pág.51

¡Que todo sea en el todo, que todo sea uno! ¡Que esplenda para siempre la luz del universo!”<sup>68</sup>

Ya en el análisis de su experiencia, nos da explicaciones muy certeras que amplían nuestra comprensión del misticismo:

“En la parte final de la experiencia se rompe la última dualidad: la del yo y el mundo exterior.

Los sentimientos anteriores culminan en un estado de elación, en que se tiene la sensación de estar en comunión con todo, al abandonar el apego al yo y afirmar una plenitud cuya imagen es la “Luz”. Al mismo tiempo, el mundo en torno parece transfigurado en expresión de esa realidad plena. Unidad, plenitud, realidad no están fuera ni dentro del sujeto, están en el todo, vacío de cualquier diversidad.”<sup>69</sup>

Estamos así, en la experiencia mística, ante una manera distinta de captar la realidad

---

<sup>68</sup> *Ibid*, pág .56

<sup>69</sup> *Ibid*, pág. 56

## CONCLUSION

¿Qué tan válido puede ser el conocimiento que se obtiene subjetivamente?, por un lado no es demostrable como lo son los conocimientos científicos, pero por otro, siempre estamos corroborando interiormente lo que vamos conociendo: lo interpretamos, lo comparamos, lo valoramos, o bien lo asimilamos para que se sume al caudal de nuestro contenido mental. ¿Qué estamos buscando a fin de cuentas en este proceso?

Comprensión. Efectivamente, cuando se asume una u otra posición filosófica, lo que se busca principalmente es comprensión, y esta comprensión es la que satisface casi siempre nuestras búsquedas; es personal, única y quizá transformativa. A veces parece resolver nuestras dudas básicas y, a veces esta resolución es temporal; algo la remueve, la supera y tenemos que renovar nuestras incursiones en el conocimiento.

El filósofo, como hemos visto, es quien más experiencia tiene sobre el manejo de pensamientos, porque en caso de que no ejerciera su conciencia al pensar, no lograría esclarecerlos.

El filósofo trabaja muchas veces con la percepción intrasensorial, aunque no le de ese nombre al proceso. A veces, profundiza con un elevado grado de conciencia en sus reflexiones y sus pensamientos parecen ir cobrando forma con claridad y fluidez; en otras ocasiones pareciera que los pensamientos son erráticos y volátiles, por más que insiste en aprehenderlos, se le escapan con facilidad. Es en este caso que el método de la percepción intrasensorial propuesto en el presente trabajo, puede resultar benéfico, ya que propone ciertos pasos que nos permiten controlar el proceso de nuestros pensamientos. Asimismo, puede resultar útil en las actividades estéticas y en el logro de experiencias místicas.

Debido a que la única justificación de veracidad para procesos subjetivos, como este de la percepción intrasensorial, es la frecuencia con que han sido experimentados por diferentes pensadores, artistas y místicos de diferentes épocas y culturas, me permito concluir este trabajo mencionando algunos ejemplos relacionados al tema.

Luis Villoro, al analizar su experiencia mística, reseñada en el último capítulo de este trabajo dice al respecto:

“Examinemos primero la validez de la experiencia descrita. Sólo la experiencia puede suministrarnos una aprehensión directa, sin intermediarios de la realidad. Pero una sola experiencia aislada no puede ser garantía suficiente de alcanzarla. Cabe la posibilidad de su distorsión por causas subjetivas, que reemplacen la realidad por una ilusión. Para aceptar una experiencia como fundamento de una creencia verdadera requerimos, primero descartar las posibilidades de distorsiones subjetivas que pudieran falsearla, segundo, comprobar que el contenido de esa experiencia puede ser confirmado por otras.”<sup>70</sup>

La experiencia que él vivió es muy similar en sus fundamentos a muchas otras, algunas son situaciones de percepción intrasensorial en relación al conocer y otras en relación al éxtasis místico, veamos, en diferentes autores algunos ejemplos:

Filón de Alejandría explica algo que nos sucede constantemente a la mayoría:

“No me avergonzaré de confesar lo que me sucede con mucha frecuencia. A veces, cuando quiero escribir según mi costumbre sobre un tema filosófico, al encontrar mi espíritu seco y estéril, renuncio a mi empresa, condenando mi presunción y glorificando a aquél que puede abrir y cerrar el espíritu. Otras veces, por el contrario, aunque comience vacío, de repente me siento lleno, los pensamientos llueven invisiblemente de lo alto, de suerte que quedo dominado por una inspiración divina y ya no sé dónde estoy, quién soy, con quién estoy, lo que digo, lo que escribo, pero veo las cosas como si estuvieran presentes ante mis ojos.”<sup>71</sup>

---

<sup>70</sup> Luis Villoro, *op. Cit.* Pág 60

<sup>71</sup> Filón de Alejandría, en *Historia de la Filosofía*, Brice Parain, México, Siglo XXI Editores, 1986, pág.72

Hermes Trismegisto narra su primera experiencia mística:

“Reflexionaba yo un día sobre los seres. Mi pensamiento vagaba por el espacio, y todas mis sensaciones corporales estaban adormecidas como en el pesado sueño que sigue a la hartura, a los excesos o a la fatiga.

Me parecía que un ser inmenso, sin límites determinados, me llamaba por mi nombre y me decía: - ¿Qué es lo que quieres oír y ver? ¿Qué quieres saber y descubrir? -¿Quién eres tú?- respondí yo. Entonces él me dijo: -Yo soy Poimandrés (el pastor y guía del hombre), la inteligencia soberana. Sé lo que deseas y estoy pronto a servirte. Entonces yo le contesté: -Quiero instruirme y conocer todo lo que concierne a los seres, conocer su naturaleza y conocer a Dios.”<sup>72</sup>

Tchuan Tseu, del siglo IV, a.c., describe lo que se siente, muchas veces, al inicio de una experiencia mística:

“Lo que me era interior y exterior se confundió. Recibí percepciones idénticas por los ojos y por los oídos, por los oídos y por la nariz, por la nariz y por la boca...Me pareció que mi espíritu se congelaba, que mi cuerpo se disociaba, que mis huesos y mi carne se licuaban. Mi cuerpo perdió la sensación de estar apoyado sobre algo y mis pies la de hollar el suelo. Arrastrado por el viento, iba de Oeste a Este como una hoja de árbol, como una viruta seca; acabé por ni saber al final si yo llevaba al viento o si el viento me llevaba.”<sup>73</sup>

Plotino, insiste constantemente en cerrar los ojos del cuerpo para abrir los del espíritu, y así mirar la luz divina como él la veía:

“En efecto, en ese mundo inteligible, todo es transparente; ninguna sombra limita la vista; todas las esencias se ven allí y se penetran en la profundidad más

---

<sup>72</sup> Hermes Trismegisto, *Escritos Sagrados*, México, Editores Mexicanos Unidos, 2005, pág. 10

<sup>73</sup> Tchuan Tseu, en *Historia de la Filosofía*, Brice Parain, México, siglo XXI Editores, 1986, pág. 265

íntima de su naturaleza. La luz encuentra por todos lados la luz.”<sup>74</sup>

San Agustín insiste constantemente en que la conciencia del propio existir es anterior al conocimiento sensible:

“¿Podréis acaso vosotros decir que también es falso lo que la misma Verdad me está diciendo con una voz muy fuerte, que llega a los oídos interiores de mi alma, acerca de la verdadera eternidad de nuestro creador?”<sup>75</sup>

Descartes también nos indica que debemos apartar la mente de los sentidos:

“Conocí por esto que yo era una sustancia cuya total esencia o naturaleza consiste únicamente en pensar y que, para existir no necesita de lugar alguno ni depende de ninguna cosa material; de manera que este yo, es decir, el alma por la cual soy lo que soy, es enteramente distinta del cuerpo y hasta es más fácil de conocer que él.”<sup>76</sup>

Algunos místicos modernos experimentan constantemente un preámbulo al éxtasis divino, como en el ejemplo siguiente:

“Caminé hacia el jardín más cercano. Era una caminata totalmente nueva, como si la gravedad hubiera desaparecido. Estaba caminando o corriendo, o simplemente volando – Es difícil decirlo-. No había gravedad, me sentía ligero, como si alguna energía me hubiese tomado. Estaba en las manos de alguna otra energía. Por primera vez no estaba solo; por primera vez no era más un solo individuo; por primera vez la gota había caído en el océano. Ahora el océano era mío, yo era el océano, no había límites.”<sup>77</sup>

Por último, cito un pequeño párrafo de los Cherokees de Norte América:

---

<sup>74</sup> Plotino, *Las Enéadas, Enéada 5ª, Libro 8º*, México, Ediciones Ateneo, 1980, pág. 340

<sup>75</sup> San Agustín, *Confesiones*, Buenos Aires, Editorial ELA, 1946, pág. 361

<sup>76</sup> René Descartes, *Discurso del Método*, Madrid, Ediciones Madrid, 1999, pág.56

<sup>77</sup> Shree Rajneesh, Bhagwan, *The discipline of Transcendence*, India, Editorial Malpani, 1982, pág. 112

“Abre tus sentidos y explora los sentimientos que surgen en ti, toca las cosas que te rodean, siéntelas, escúchalas, y míralas realmente; asegúrate de pedir permiso y dar gracias. Experimenta la sensación de alegría, relajación y asombro.”<sup>78</sup>

Queda pues, abierta la posibilidad de explorar y desarrollar las diferentes facetas de la percepción intrasensorial.

---

<sup>78</sup> Michael Garret, J. T.- Garret, *Medicine of the Cherokee*, Santa Fe, New Mexico, Bear & Co Publishing, 1996, pág. 205

## BIBLIOGRAFIA

BERGSON, HENRI

*Introducción a la Metafísica*

México, Editorial Porrúa, colección "Sépan Cuántos", 491, 1980.

BHAGAVAD GITA

*Cap. IV, versos 20-28*

India, Editorial Vaisnavas, sin año de edición.

BRUNTON, PAUL

*The Secret Path*

York Beach, Maine, A Mountainvue publication, 1984.

CHAUCHARD, PAUL

*Compendio de Biología Humana*

Buenos Aires, Editorial Buenos Aires, 1966.

CONZE, EDWARD

*El Budismo, su Esencia y su Desarrollo*

México, FCE, Breviarios 275, 1978.

CROCE, BENEDETTO

*La Intuición y el Arte*

en la Antología de textos de Estética y Teoría del Arte

Adolfo Sánchez Vázquez, México, UNAM, Lecturas Universitarias 14, 1982.

DESCARTES, RENÉ

*Meditaciones metafísicas*

Argentina, Editorial Aguilar, 1980.

DESCARTES, RENÉ

*Discurso del Método*

España, Ediciones Clásicos Universales, 1999.

DILTHEY, WILHELM

*Teoría de la Concepción del Mundo*

México, FCE, 1945.

DUBOS, RENÉ

*Un Dios Interior*

Barcelona, Salvat Editores, 1986.

FILÓN DE ALEJANDRÍA

*Historia de la Filosofía, El pensamiento prefilosófico y oriental*

Brice Parain, México, Siglo XXI Editores, 1986.

GARRET, J. T.- GARRET, MICHAEL  
*Medicine of the Cherokee*  
Santa Fe, New Mexico, Bear & Co Publishing, 1996.

HAYDN, JOSEPH  
*A Dictionary of Famous Musical Quotations*  
New York, Mc Millan, 1985.

HERMES TRISMEGISTO  
*Escritos Sagrados*  
México, Editores Mexicanos Unidos, 2005.

HOLMES, ERNEST SHURTLEFF  
*Mente creadora y éxito*  
México, 1962.

HUME, DAVID  
*Del Conocimiento*  
Argentina, Editorial Argentina, 1980.

HUNT, ROLAND  
*Fragrant and Radiant Healing Symphony*  
London, The C.W. Daniel Company LTD, 1949.

JORDÁN PEÑA, JOSÉ LUIS  
*Parapsicología/Ocultismo*  
España, Ediciones Uve, 1982.

KAHLIL, GIBRAN  
*El Profeta*  
México, Editorial Orión, 1968.

LEGORRETA, JOSÉ RAÚL  
*El Misterio de la Luz de Oro*  
México, Umbral Editores, 1982.

LILLY, JOHN C.  
*The Deep Self*  
New York, Simon and Shuster, 1977.

LINGERMAN, HAL A.  
*The Healing Energies of Music*  
USA, A Quest Book, 1983.

LLORENS, TOMÁS

*Miguel Angel*

Madrid, Historia Viva, 1993.

MARTÍN, ALONSO

*Enciclopedia del idioma*

Editorial Madrid, 1958.

OPRA SUSANA

*¿Por qué creemos en Dios?*

revista Quo, marzo 2004.

PANATI, CHARLES

*Súper Sentidos*

México, Editorial Diana, 1980.

PLATÓN

*Diálogos*

México, Editorial México, 2006.

PLOTINO

*Las Enéadas*

México, Ediciones Ateneo, S.A., 1980.

RAJNEESH, BHAGWAN SHREE

*The discipline of transcendence*

India, Editorial Malpani, 1982.

REMY, YVES Y ADA

*Mozart, Un Músico Libre*

España, Espasa y Calpe, 1974.

ROUSSEAU, JUAN JACOBO

*Confesiones*

Madrid, Editorial Espasa y Calpe, 1979.

SAN AGUSTÍN

*Confesiones*

Buenos Aires, Editorial ELA, S.A., 1946.

SUZUKI, D.T.- FROMM, ERICH

*Budismo Zen y Psicoanálisis*

México, FCE, 1964.

SWEDENBORG, EMMANUEL

*El Cielo y sus maravillas y el infierno*

Buenos Aires, Editorial Kier, 1933.

TCHUANG TSEU

*Historia de la Filosofía, El pensamiento prefilosófico y oriental*

Brice Parain, México, siglo XXI Editores, 1986.

VASCONCELOS, JOSÉ

*Tratado de Metafísica*

Obras Completas, tomo III,

México, Libreros Mexicanos Unidos, 1957-1961.

VILLORO, LUIS

*Crear, Saber, Conocer*

México, Siglo XXI Editores, 1982.

VILLORO, LUIS

*La Mezquita Azul, una experiencia de lo otro*

México, UAM Azcapotzalco, 1996.

WOLFF, WERNER

*Introducción a la Psicología*

México, FCE, Breviarios, 1974.