

Proyecto de investigación Conciencia y Sociedad Distópica
Comunidad en Telegram. 11 de enero de 2024
Enlace de suscripción al canal en Telegram: <https://t.me/socdistopica>

¿ESTAMOS NUBLADOS?: SINTOMAS Y TRATAMIENTO

En el marco del Proyecto de investigación Conciencia y Sociedad Distópica se hacen reiteradas referencias a los conceptos de "inconsciente colectivo", "sociedad distópica" y "era de las masas", así como a su impacto e influencia decisiva en los individuos y la sociedad. Y es que tanto la inconsciencia colectiva como la psicología de masas, aunque han estado presentes desde el principio de los tiempos en la evolución del ser humano, se manifiestan con especial fuerza en la actualidad, coexistiendo y deteniendo o impulsando la complejidad de la psique.

Sin embargo, los que en este contexto propagan y utilizan la psicología de masas en contra de la evolución pueden coadyuvar, aunque no sea su propósito, dependiendo de nuestra práctica Consciente y no sin ciertos procesos de dolor, a alcanzar un mayor estado de Conciencia personal y social.

De modo que, como se detalla en este texto elaborado por Ricardo Andrés Grinszpun, coordinador de Cultura y Educación del Proyecto, podríamos plantear que tanto de cada uno de nosotros individualmente como de cada uno de nosotros colectivamente depende que "la nube", con sus diferentes formas, se disipe y prevalezca la luz de la Conciencia.

-¿Qué es el mal?-, le pregunté. Y el Ángel, reconociendo la irrefutable presencia del maligno, respondió: -El mal no existe: es Bien en transformación- (En *La respuesta del Ángel*, de Gitta Mallasz, la "escriba de los ángeles", compendio de sus notas sobre acontecimientos ocurridos bajo la sombra y el horror de Segunda Guerra Mundial y en uno de los numerosos y sucesivos encuentros angélicos que se relatan en la obra.

NUBOSIDAD VARIABLE. LUEGO EN AUMENTO. CONSIDERACIONES

Podemos en nuestro día a día observar en nuestro entorno todo tipo de conductas tendientes a la crispación, la agresividad, la distancia y grieta producto de excusas y

motivos inverosímiles e inexplicables. Estas situaciones suceden en el cotidiano incluso con familiares, y con personas que hasta no hace mucho tiempo estaban entre nuestros seres queridos, amados y altamente significativos. Como un iceberg que soporta altas temperaturas, nuestros círculos cercanos (y lejanos) se rompen. Se agrietan, se separan y dejan de formar parte del concepto de unidad. La disociación, la extinción del vínculo, la reacción inesperada pasa a ser moneda corriente en el intercambio social. La soledad se extiende como una larga sombra sin encontrar el sentido de tamaña distancia e indiferencia. Asoma masivamente con cada vez mayor visibilidad una humanidad insensible, inconsciente: el infrahumano. Que se caracteriza especialmente por una ausencia de compromiso consigo mismo, con sus propósitos espirituales y por una profunda amnesia e ignorancia en lo que al autoconocimiento se refiere. Un olvido abismal del propio sentido de su Presencia, de lo que Es , lo que Somos y lo que nos integra. Manifestándose en la versión más indeseable de sí mismo a través de sus propios desacuerdos y en su práctica hacia los demás. Al parecer como Humanidad en tanto la observamos desintegrada de si misma y de todos los seres vivos con los que interactúa, no nos está yendo "bien".

En su mayor parte esta generación - grupo humano dejó de compartir el viaje de la Transcendencia y de la Consciencia. Pasamos en el mejor de los casos, en esa red, a formar parte de lo que define a un grupo en su uso coloquial: a una reunión de personas. Si bien los sucesos, procesos y prácticas individuales nos conducen en el mejor de los casos al autoconocimiento, somos seres esencialmente relacionales. Necesariamente nos embebemos en "laboratorios vinculares" experienciales. Algunos más significativos que otros, pero a cada uno de ellos le asignamos un sentido vital de aprendizaje.

Nacemos, crecemos y partimos en grupo. Nuestra personalidad a la que nos asociamos en el devenir del camino se configura casi enteramente a partir de las relaciones con otros seres. Requerimos de los otros para establecer nuestra confianza básica al llegar al mundo. Y de la asistencia de los otros en las postrimerías de nuestro ciclo vital.

¿Hacia dónde estamos yendo? ¿Quiénes persisten sosteniendo la brújula que le da orientación y sensatez a este viaje maravilloso que estamos compartiendo?. ¿Por qué motivos no nos detenemos a considerar las señales que suceden a lo largo del camino?

Fue Sullivan quien anunció: "*El individuo logra la salud mental en la medida en que tiene Consciencia de sus relaciones interpersonales*". ¿Gozamos de salud? ¿Somos Consciencia? ¿Adónde estamos cuando no estamos?

Cumplimos roles, conductas relevantes, y desempeñamos funciones en el seno de los grupos: a veces somos funcionales y otras disfuncionales para el logro de objetivos.

Podemos iniciar, inquirir, informar, opinar, orientar. Podemos estimular, conciliar, transigir, observar. También podemos obstruir, dominar, agredir...

Reconocernos en la práctica actitudinal y por lo tanto en el rol que asumimos en nuestra manifestación individual y colectiva nos posibilita observarnos en nuestro propio reflejo.

Nuestro propio espejo que nos devuelve la imagen, la entrega, la versión que somos de nosotros mismos y tomar Consciencia de la que proponemos a los otros. Ya sea como líderes, como facilitadores, o como participantes de la experiencia grupal.

LAS FORMAS DE LA NUBES: SITUARNOS EN EL CENTRO DEL HURACAN

En el segundo libro publicado por el Proyecto de investigación Consciencia y Sociedad Distópica (www.sociedaddistopica.com), titulado "*De la distopía a la revolución*" (Ediciones Adaliz 2023), hemos planteado que el miedo, la inseguridad y la incertidumbre conforman lo que hemos denominado "*el trípode del peligro existencial*". Que no es otra cosa que lo que experimenta actualmente gran parte de la humanidad.

Encontramos a cada paso diferentes expresiones que dan forma a nubarrones de diversa magnitud. Nos nublan la marcha. Vientos y sonidos reconocibles y recurrentes que ensombrecen nuestro camino mediante intentos persistentes de infundirnos a través de recursos y herramientas que ya hemos compartido, de un hálito de temor, confusión, desesperanza. Disparan a nuestras mentes y emociones.

De allí la importancia de observar en calma las diferentes formas de "las nubes", permitiéndonos esta metáfora. Para discernir primero acerca de la artificialidad inteligente de cada una de ellas. Y luego reencontrarnos con el auténtico poder que anida en cada uno de nosotros individual y colectivamente para disipar y dejar sin efecto todo intento de manipulación.

- Psicología autoritaria: opresores y oprimidos asociados a una misma narrativa.
 - El génesis del autoritarismo perfectamente podría afirmar: "en el principio fue el miedo"
- Psicosis Masiva y Calentamiento Social: La humanidad psicótica y el cambio del clima emocional.
 - El ya aludido Gustave Le Bon nos decía: "*Las masas nunca han sentido sed por la verdad. Se alejan de los hechos que nos les gustan y adoran los errores que les enamoran. Quien sepa engañarlas será fácilmente su dueño; quien intente desengañarlas será siempre su víctima*".
 - Cuando la Consciencia se nubla y acaba abrumada dentro de tal relato único, ese seguimiento que hemos calificado de ciego es literal. Y este proceso psicótico/hipnótico, cancela nuestro sentido común.
 - El Doctor Joost Meerloo hablaba de "menticidio", el asesinato de la mente, "una pandemia de locura" es absolutamente posible. Cuando la cultura cede

ante el caos y en un intento de reorganización, psicótica, por cierto, cede ante la explicación delirante.

- Indefensión Psicológica: una línea sutil entre lo falso y lo auténtico. "Ya no lo hacemos por tu bien". Lo hacemos por el nuestro.
 - Entonces la sensación que persiste equivale a "otra vez lo mismo", "otra vez hablar de crisis", de "quiebre del futuro" respecto del desarrollo personal, familiar y social.
 - El acostumbramiento a las crisis ha generado en esta humanidad el concepto de indefensión aprendida.
- Extraviar el amor: extraviar el alma.
 - Este es el propósito de las fuerzas involutivas. Extraviar almas extraviando el amor en el olvido del Ser trascendente que somos.
 - El caldo de cultivo con sus ingredientes ya descritos es la Inconsciencia.
 - Otra consideración que cual golpe de gracia se asesta en la inconsciencia para plasmar contundentemente la "muerte de Dios" en cada uno de nosotros y extraviar el mapa que nos puede reconectar al tesoro de amor que somos, al Alma que somos, es la siguiente: la humanidad está atravesando un duelo mayúsculo.

¿Puede acaso extraviarse, nublarse, el alma? ¿Es posible que "perdamos de vista" al Ser divino e imperecedero que somos? ¿Existe acaso la alternativa de no acercarnos siquiera a la mínima noción de certeza del Ser trascendente que somos?

La respuesta es sí:

- Si no tenemos claro discernimiento y conocimiento acerca de lo que implica atravesar un duelo.
- Si no nos mojamos en esa experiencia extrema, que implica un cierre de ciclo, una partida.
- Si no tomamos Consciencia de que no vamos a regresar a una experiencia que vivimos y jamás volveremos a vivir.
- Si no salimos con el corazón en la mano de una habitación de dolor y aturdimiento con la certeza de que la única acción necesaria y posible es vivir el dolor y aceptar con amor la experiencia del final de un ciclo.
- Si no comprendemos el sentido profundo que nos regala esta generación humana que, finalizando como todo ciclo evolutivo de la vida, le está dando paso a una nueva humanidad Consciente.

La aceptación no es adaptación. Ni es resignación. La aceptación no sucede cuando nos mantenemos y permanecemos en nuestra versión fragmentada. Presa. Rota. Extraviada. La aceptación, en este caso la del final de una fase de la humanidad que convivimos, debiera ser el primero de los estados a experimentar en este duelo. Sin

embargo, otros estados del duelo se imponen con gran velocidad. Los "vientos huracanados y las nubes" arremeten y ganan la carrera. De modo que "compramos" el relato que nos retiene capturados para que permanezcamos en esa prisión virtual que el sistema intenta imponernos. Estados mentales que nos arraigan a la creencia de que, como decía el poeta Roberto Juarroz, no tenemos la llave ni el combustible para incendiar la prisión que nosotros mismos construimos.

Las cinco etapas del duelo que nos propone la doctora Kubler Ross describen un proceso no lineal que hace evidente, atento a todo lo compartido aquí, que en tanto permanezcamos anclados en cualquiera de las etapas, pero sin que suceda la aceptación, subsistirá la experiencia de captura y de pérdida sin esperanza.

Las enunciemos al sólo efecto de que en Consciencia quien lee estas palabras pueda asociar estos estados, a la nube que intenta imponerse para detenernos en el "no amor" en tanto seamos objeto de captura en las primeras 4 de estas:

- Negación
- Ira
- Negociación
- Depresión
- Aceptación

Mientras permanezcamos recurrentemente en las primeras 4 fases del duelo no le daremos entidad a la esencial: la aceptación. La aceptación sucede cuando hay pleno acuerdo con nosotros mismos. Y cuando nos referimos a nosotros mismos lo hacemos observándonos como totalidad que somos. No sólo cuerpo mental, o cuerpo físico, o cuerpo emocional...sino como totalidad íntegra que con-forma la vida y la Consciencia que somos y a la que contribuimos para su actualización y despliegue.

- Aceptar que estas nubes que nublan la Consciencia colectiva tienen la forma del totalitarismo y de la idiotización.
- Aceptar que la tecnocracia autoritaria no mostró aún su máximo despliegue.
- Aceptar que estas nubes y las que vengan, son sólo algunos ejemplos de escenarios y ejes de acción.
- Aceptar que el código autoritario bien se vale de las mismas herramientas que tienen el mismo propósito: extraviarnos. Crisis financieras, sanitarias, tecnológicas, guerras, atentados, etcétera.
- Aceptar que para las fuerzas involutivas todo vale para alejar al ser humano del Ser Transcendente que Es.

- Aceptar que estamos atravesando un duelo por el final de ciclo de esta generación humana.
- Aceptar que somos nuestros propios carceleros. Y nos extraviamos en la creencia de que una "fuerza mayor" nos somete y se impone.
- Aceptar que construimos nuestra propia prisión y que contamos con el combustible para disolverla.
- Aceptar que nada ni nadie tiene el poder de extraviarnos.

Nada interrumpe el Amor que somos, en tanto cada uno en Consciencia y colectivamente descubramos la forma del Amor que encarnamos y la manifestemos.

LAS FORMAS DEL AMOR: DESPEJANDO HACIA EL AMANECER

La disipación de "las nubes" y el debilitamiento del sistema destructivo provisoriamente imperante, dependen tan sólo del aumento de la presión de la humanidad en Consciencia "en el centro del huracán". Que no consiste en otra cosa que situarnos allí. En el centro. En calma y claridad. Conscientes individual y colectivamente.

Un mundo que ya no habitamos. Decidir qué mundo es el que habito.

Ubicarnos en el centro de nuestro huracán conlleva dos gestos indispensables de Consciencia.

- Ser Conscientes del mundo que elegimos no habitar.
- Ser Conscientes del mundo que elegimos habitar.

Entonces podríamos considerar que estamos habitando simultáneamente y viviendo en transición, dos mundos, dos humanidades diferenciadas. Metafóricamente hablando: mientras transitamos el pasillo entre un mundo – sistema destinado a cerrar su ciclo y otro mundo que nos abre sus puertas a la creación utópica, dos humanidades conviven: una Humanidad *Inconsciente* y otra Humanidad *Consciente*. Por si fuera necesaria la aclaración: esta hipótesis no cuestiona, ni juzga ni plantea jerarquía alguna. Pero sí se requiere considerar que, si bien convivimos en este mundo nublado, todos tenemos margen y recursos internos para "entrar" o "salir" de "ese" mundo indeseable. Se requiere entonces de una autoobservación introspectiva: ¿Qué mundo, qué humanidad estoy habitando? Y en el caso de que nuestra elección libre fuera migrar, transitar el "pasillo", mudarme y habitar y mi experiencia Consciente individual y la nuestra colectiva: ¿qué fuerzas son las que nos impulsan en ese movimiento? ¿Qué fuerza actualiza esta versión de nosotros mismos? ¿Cuáles son las herramientas – conductas – prácticas que necesariamente debo integrar a mi experiencia cotidiana? Si la Consciencia y el pensamiento consciente son vistos como parte de la vida, no como su maestro ni como su oponente, sino como una iluminación que se desarrolla dentro del individuo,

entonces toda nuestra vida puede ser la experiencia unificada y unificadora que es la característica en la naturaleza y en toda forma de Vida. La mejor base posible para una acción sabia la tenemos en un individuo que esté funcionando de una manera unificada. Esta –dice el Doctor en psicología Carl Rogers- es la base de un proceso y no de una autoridad estática.

Los organismos están siempre buscando, iniciando, siempre “tramando algo”. Hay una fuente central de energía en el organismo humano. Dicha fuente es una función confiable del conjunto del sistema, más que de una parte de este y la forma más simple de conceptualizarla es como tendencia a la realización, a la actualización, involucrando no solo el mantenimiento sino el enriquecimiento del organismo. Plasmar nuestra autorrealización más allá de los condicionamientos que suceden a cada paso de nuestras vivencias. Así pues, al comprometernos con nuestro propio clima psicológico nos permitimos Ser. No nos ponemos en manos del azar. Nos infiltramos en una tendencia que impregna la totalidad de la vida orgánica, que permite alcanzar la máxima complejidad de la que el organismo sea capaz. Y a una escala todavía mayor, sintonizamos con una potente tendencia creativa que ha formado nuestro universo, desde el diminuto copo de nieve hasta la mayor de las galaxias, desde la ameba hasta el más sensible y dotado de los seres humanos. Además, puede que estemos tocando el borde de nuestra capacidad para trascender a nosotros mismos, para crear direcciones nuevas y más espirituales en la evolución humana. Estas nociones centrales, posibilitan que observemos no sólo nuestras capacidades y el poder de la actualización de nosotros mismos, sino además retomar la visión de que si bien habitamos en dos mundos paralelos (uno el de la inconsciencia, y otro el de la Consciencia), sólo en cada humano se gesta la elección del mundo a habitar. En tal sentido nada nos retiene.

Sostener y trasladar una nube que no es nuestra en un mundo en tinieblas, no debería ser una opción. En tanto aceptemos en Consciencia que a lo más importante si no a lo único que hemos venido, es a renacer y a trascender.

Devolver la nube al dueño. Si no le satisface el producto, puede devolverlo

No son tiempos de rechazo, reacción, confrontación, lucha.... Es tiempo existencial: lo que está en juego es nuestro Ser espiritual. Y este sistema provisionalmente imperante va por *ello*. De modo que la invitación a movernos a ese plano, espiritual, álmico, es el auténtico desafío presente. Citando al poeta lírico Píndaro: *“No te afanes, alma mía, por una vida inmortal, pero agota el ámbito de lo posible”*.

Devolver las nubes a sus dueños requiere de la visión comprensiva de nosotros a nosotros mismos: de nuestro ser trascendente que abraza a nuestro personaje, personalidad, ego, representante, o como cada uno prefiera llamarlo. Es tiempo del abrazo comprensivo y de ir dejando atrás como parte del duelo, esa imagen de nosotros mismos que clama y ya no quiere, ni puede ni debe sostener construcciones, demandas, deberes ni oscuros propósitos de un sistema que persigue por cualquier medio, coparnos y extraviar nuestra presencia divina. En ese sentido direccional, el que nos orienta a

devolver la nube al dueño, es decir disolverla en nosotros, la sustancia que nos da pauta inequívoca de nuestro acuerdo pleno es la calma, la paz y el sentido común que nos regala nuestra presencia trascendente: extraviar el amor, sería entonces lisa y llanamente lo mismo que extraviarnos nosotros de nosotros mismos. Y la práctica necesaria y suficiente para que esto no suceda, es la presencia sostenida en la Consciencia. En el Amor. Sólo a través de la forma creada y co-creada de esta práctica, en el amor y en la consciencia los procesos del despliegue álmico no se interrumpen, no se corrompen, no se distorsionan. No se extravían.

Nuestra mente, así, ocupando su lugar, se reconoce como una socia. Una aliada potente, lúcida y plenamente aceptada en su máxima funcionalidad. Ya no teme, pero sí acompaña la sentida manifestación de la prudencia y del discernimiento: plena sabiduría orgánica. Se va desprendiendo, soltándose y aligerando pesos de "paquetes", con forma de patrones, hábitos, constructos, expectativas, ilusiones, mandatos y aprendizajes que hasta aquí han operado en forma de miedo y de creencias que, si bien las hemos configurado dándoles entidad, la realidad es que no nos pertenecen.

DONDE HAY AMOR, ME QUEDO. UNA PRÁCTICA SOLEADA

De la mente a la Consciencia

De la mente a la Consciencia supone llevar a cabo un viaje. Un movimiento. Un recorrido. Una mudanza. Este viaje también supone que hay un punto de partida: la mente. Y un punto de llegada: la consciencia. Y puede además proponer un ticket de ida y vuelta. Viajar bidireccionalmente de un ámbito al otro, de manera recurrente con el propósito de retroalimentar, nutrir, expandir la visión creativa que sucede en y entre estas diferentes ópticas: la mental y la transcendental.

También implica como todo movimiento, una acción. Y que esa acción suceda en plena libertad y auto acuerdo congruente, correspondiéndose con la experiencia vivida. Más allá de los "resultados". Que la acción, incluso, siendo esta manifestada en la libre decisión de la no acción, sea la expresión de la Presencia Consciente.

Pero para tener claridad acerca de estos conceptos y aplicarlos a una práctica cotidiana y permanente, es necesario que podamos observarnos: qué de mí se está manifestando. La mente es el conjunto de facultades cognitivas que engloban procesos tales como la percepción, el pensamiento, la conciencia, la memoria, etcétera, algunas de las cuales son características del humano y otras son compartidas con otras formas de vida. Este conjunto de procesos debe ser diferenciado de los estados mentales, tales como los deseos, las creencias, que son instancias, tipos o ejemplos de dichos procesos.

De allí la importancia de que ante cualquier situación, escenario de experiencia, que requiera de una decisión o simplemente dar por cierto algo o no, pongamos a nuestra disposición nuestras ópticas íntegras: no es lo mismo llevar a cabo una acción, cuando

ésta deviene de un proceso eminentemente mental, utilizando exclusivamente este cuerpo de nuestros cuerpos – función, que llevarla a cabo a partir de un proceso inclusivo de nuestro pensar-sentir-integrar logrando acuerdo pleno en nosotros mismos: sin miedo, sin dudas, con certeza y confianza: Consciencia y prudencia. De allí surge con toda su potencialidad afirmativa la acción que se corresponde con la manifestación de nuestro Ser trascendente. Y ante la pregunta: “qué de mí se está manifestando?” la respuesta es clara y simple: Todo – Yo, mi Ser, mi Sí mismo, mi Sentir, mi Intuición, mi Sabiduría Organísmica. Asimilamos nuestra experiencia íntegramente con pleno acuerdo y en plena calma.

Queda claro entonces que nuestra mente tiene funciones que intervienen como una de nuestras ópticas posibles y disponibles. Cuando nuestra acción o nuestras creencias surgen exclusivamente desde nuestros relatos mentales, nuestra experiencia se expresa la mayor de las veces en un acuerdo parcial, en desacuerdo y en tironeos con nosotros mismos. Le “conferimos así” un poder extraordinario, y extralimitado a nuestro cuerpo mental pidiéndole más, o que resuelva situaciones para las cuales sus funciones si bien pueden ser necesarias, no siempre son suficientes. Nuestra mente entonces se desborda, se inquieta, se agita en una búsqueda que va más allá de lo que por sí sola puede gestionar. Las consecuencias de este “sufrimiento mental” ya las hemos descrito.

La Consciencia (del latín *conscientia* “ser conscientes de ello”) se define, en términos generales, como el conocimiento inmediato que el sujeto tiene de sí mismo, de sus actos y reflexiones. Constatarse propiamente ante el entorno. Pero también se refiere a la capacidad de los seres humanos de verse y reconocerse a sí mismos como íntegra expresión de Vida y de actuar basados en esa visión y reconocimiento.

Si estamos nublados se plantea entonces este desafío: entrenarnos en este viaje recurrente de la mente a la Consciencia, para alimentar esta visión total, ya no parcial, de nosotros mismos y de nuestro entorno. Y entrenarnos implica llevar a cabo una gimnasia con un compromiso absoluto en el uso práctico de herramientas aplicadas a nuestra Presencia mayúscula: individual y colectiva.

Acercándome a mí mismo

- ¿Qué anhelo vivir?

¿Será esta acaso la primera etapa en este viaje? ¿Cómo acercarme a mí mismo, si curiosamente no somos otra cosa que Nosotros Mismos? Sin embargo, en nuestras nubladas actitudes vemos que nos auto descuidamos. Nos separamos de nosotros mismos, nos disociamos en total divorcio de nuestra auténtica naturaleza. ¿Somos tan conscientes como creemos? ¿Tenemos el control de todo lo que hacemos? Quienes responden que sí podrían desilusionarse, ya que el inconsciente influye y nos afecta mucho más de lo que parece. Nos observamos y no nos gustamos. Nos preguntamos por qué hago esto o aquello, si nosotros mismos no acordamos con lo que hacemos o con la forma de hacerlo. Y de esta observación puede surgir esta pregunta que siendo tan simple es tan profunda: ¿Qué anhelo vivir? No nos preguntamos en esta instancia, aún, ni *cómo*,

ni *cúando*, ni *dónde*, ni *con quién*. Ya llegarán oportunamente esas preguntas que, sí corresponden más al ámbito del plan mental, y de la Consciencia del sentido vincular. Primero nos acercamos a nosotros mismos y redactamos nuestra propia lista de anhelos.

- La sala de espera. Donde aguardan los anhelos.

Por diferentes circunstancias intuimos y descubrimos que nuestros propósitos de vida estaban nublados y en "nuestra sala de espera", pidiendo ser atendidos. A lo mejor confusos o desordenados y muy probablemente, a los gritos...En nuestra sala de espera están nuestros anhelos. Esperan ser atendidos, vividos y cumplidos. Y una vez más: no nos preguntamos todavía, ni *cómo*, ni *cúando*, ni *dónde*, ni *con quién*. Sólo le entregamos un "número de orden y prioridad" a cada uno de los anhelos. Un orden de atención. El orden lo decidimos nosotros mismos porque se corresponde con nuestras prioridades en esta etapa en la que vamos *de la mente a la consciencia*, resignificando sin nubes y con más claridad, qué anhelamos vivir en este momento de nuestras vidas. Ya no: lo que NO queremos vivir, ni "qué nos permiten vivir", ni "qué nos imponen vivir". Se trata de entrenarnos metódicamente. Abordar cada situación por simple o compleja que sea en modo reflexivo. No reactivo. En modo Presente (No en pasado ni en futuro). No en modo automático. Es mi Ser sintiente y Consciente quien me guía. No mi personaje egoico.

- La llave es La Presencia. Es un juego de Presencia constante. Nos preguntarnos sostenidamente: dónde estamos cuando "no estamos". La Consciencia sucede en cada instante que vivo.
- Desaprender, Re-aprender a observarnos y a observar desde nuevas ópticas y perspectivas. Recuperar nuestras herramientas de gestión esenciales: proponiéndonos manifestarnos a partir de conductas y actitudes como la empatía, la aceptación, la autenticidad, la congruencia.
- Diferenciar a nuestros patrones, hábitos y constructos, de nuestros procesos creativos: mudarnos a lo "nuevo" que existe en nosotros y que podemos expresar y entregar.
- Instalar y "degustar" la versión actualizada de nosotros mismos: ¿cómo SOY cuando más me gusto? ¿Cómo soy cuando no me gusto?
- Que la Vida manifieste a través nuestro la "Tendencia Actualizante" evolutiva y afirmativa.
- Discernir y diferenciar "creencia" de "certeza Consciente".
- Preguntarnos si en nuestra acción predomina nuestro ego pensante, nuestro Ser sintiente, o ambos asociados en acuerdo íntegro.
- Diferenciar deseos mentales de anhelos espirituales.

Entrenarnos en "el gimnasio" de Ser cada día más, la mejor versión actualizada de nosotros mismos es en sí una experiencia ejemplar que disuelve a los miedos y que nos permite comprender la transcendencia que tienen en nuestras vidas nuestros propios desacuerdos como instancias que más allá de su dimensión, su profundidad, su brecha, su complejidad, operan como impactantes hitos desafiantes. Las nubes, al asumirlas, nos

hablan acerca de nuestros propios desacuerdos. Y los desacuerdos nos interpelan, nos cuestionan, y pueden ser fuente inspiradora como el tábano Socrático para la disolución de nuestros propios constructos si nos asomamos y adentramos en ellos no sin fuertes dosis de coraje y curiosidad: el gusto de reconocernos una y otra vez. Escuchando activamente el relato que respira. Ya no el ruido que ensordece. Es una práctica que en tanto podamos plasmarla individualmente, estaremos abriendo el gran portal al entramado de la Consciencia colectiva, a través de nuestra relación con los otros.

Acercándome al/lo otro

Todo vínculo implica una unión en la que se establece un contrato. Una estructura fundacional, relacional y dinámica. Frecuentemente un contrato, por ejemplo, un "Convenio marco de colaboración" comienza enunciando en el encabezamiento, con anterioridad a las cláusulas, los "Considerandos". Es decir, se describen en los "considerandos", detallada y minuciosamente, los fundamentos, argumentos, propósitos, las circunstancias y los intereses que le dan sentido y que motivan el convenio, a partir de los cuales luego se ordenarán los sucesivos "artículos" o "cláusulas" que enuncian y describen los compromisos entre "las partes" que suscriben dicho convenio. Si todos los cuerpos que integran nuestro propio Ser trascendente individualizado (verbigracia: cuerpo mental, cuerpo emocional, cuerpo físico, cuerpo etérico, Alma individual), se reunieran y firmaran un convenio marco de colaboración, es decir, si firmáramos un contrato de colaboración con nosotros mismos, considerando, además:

- que hemos contratado con La Vida,
- con el propósito de manifestarla a través de nuestra Presencia Divina
- en sagrada Libertad,
- mediante la forma del Amor que somos
- para expandir eternamente la Consciencia que Somos y
- que cada uno la descubra en sí mismo individualmente,
- y la comparta con el entramado de la preciosa e infinita Consciencia Colectiva.

En tal caso, el de ser conscientes de haber "firmado en el firmamento" dicho acuerdo, estaríamos bastante encaminados para gestionar nuestras experiencias inaugurando, valga el símil, diferentes "laboratorios vivenciales", gerenciándolos con el objeto de ensayar diversas investigaciones en un gran abanico de escenarios y de experiencias vinculares. Asumiendo también que en estos diferentes "convenios y acuerdos" vinculares, si bien los considerandos pueden ser los mismos, las cláusulas e incluso los objetivos de las experiencias a investigar pueden ser diferentes. Ya que dependerán de cada vínculo en sí. Claramente no investigamos lo mismo en un vínculo laboral, que en una amistad o que en una pareja. Entendiéndose por "vínculos" todo aquello y todos aquellos con lo/los que estamos vinculados. Aunque a veces no seamos Conscientes de ello. Transitar estos pasajes comunicantes que vinculan a nuestra mente con nuestra Consciencia sin juicios, posibilita

- observar el registro vivencial de nuestras trayectorias, historias y recorridos.

- específicamente contemplar comprensivamente "la necesidad de las relaciones y de sus ciclos".
- integrar el sentido profundo que podemos encontrar en nuestros acuerdos y desacuerdos vinculares.

Siendo este el acuerdo, el sentido y el propósito que nos relaciona Colectivamente y a modo de práctica podríamos establecer un diálogo, un debate creativo y empático entre nuestra mente y nuestro Ser sintiente. Preguntarnos, escucharnos, acompañarnos:

- ¿Para qué me vinculo? (el sentido existencial)
- ¿Cómo me vinculo? (la forma en la que me manifiesto)
- ¿Cómo vivo el vínculo? (la experiencia vivida: el gozo; el dolor)

En esta maravillosa Red de Consciencia Colectiva, la "necesidad" de los vínculos, sus sentidos, sus formas, al ser plasmadas en una práctica Consciente, reflejan nuestro aprendizaje experiencial. Compartimos y facilitamos el proceso evolutivo en nosotros y en los otros. Somos reflejo y reflejados. El otro y "lo otro" se constituyen en el reflejo perfecto de nosotros mismos. Y nosotros en el de ellos. Siempre y cuando podamos observarnos y contemplarnos sin juicios, sin velos, sin máscaras, en esos espejos que nos devuelven y reflejan nuestras imágenes. Actuales. Auténticas. Podemos SER sincrónicamente el perfecto reflejo que devuelve la auténtica y sentida imagen que "escuchamos" en este ir y venir. En esta práctica amorosa vincular. En esta estética vincular, como Reflejos Divinos:

- Aplicamos nuestra Presencia
- Somos individual y colectivamente el reflejo soleado de la Vida.
- Vivimos libres: sin miedo, sin inseguridad, sin nubes. Sin no amor.
- Integramos con lucidez, con certezas sentidas, con calma.
- Practicamos con los gestos que anhelamos entregar y recibir en el reflejo vincular.

Finalmente, podremos aventurar una hipotética respuesta a las preguntas anteriores referidas a nuestros vínculos y descubrir en nosotros y en los otros, que tenemos el poder de acercarnos atentamente, en cada instante, a la Vida que somos y elegir: donde hay Amor, me quedo.

Acercándome a la Vida

Aunque parezca una obviedad, acercarnos a la Vida es mucho más que acercarnos a la humanidad. Implicándonos en esta práctica, en cada uno de nuestros gestos Conscientes, es la Vida, la que a través de nosotros y a través de todo ser vivo, se acerca a sí misma, se observa a sí misma. Se reintegra, se expande, se actualiza y avanza en su proceso evolutivo Consciencial. Como humanidad que somos, podemos elegir contribuir en ese proceso evolutivo Consciencial. Pero entre otras cosas ello dependerá de cuán

Conscientes estemos de Ser lo que somos y vive en nosotros. De allí surge el compromiso posible en este Contrato: considerando que lo que nos convoca es contribuir y retribuir mediante nuestras acciones como humanos a la Vida que es Todo lo que Es y Es Todo lo que Somos. Recapitulando: hasta aquí, en este tramo hemos intentado poner una mirada consciente acerca de diversas "formas" de manifestar y ejercitar el peso de la ignorancia o la levedad y la transcendencia de la sabiduría.

Sobreviviendo en la ignorancia de nuestro ego, acerca de nuestro Ser trascendente estamos al servicio de:

- Las fuerzas de la involución, que intentan valerse de las fuerzas espirituales evolutivas y de la sabiduría en consciencia de la humanidad.
- Las grietas por donde se filtran el miedo, la inseguridad y la incertidumbre, lo que hemos denominado "*el trípode del peligro existencial*".
- La Psicología autoritaria: opresores y oprimidos asociados a una misma narrativa distópica.
- La Psicosis Masiva y del Calentamiento Social: plasmada en una humanidad psicótica, ignorante e inmersa en la confrontación y el calentamiento del clima emocional.
- La Indefensión Psicológica: una línea sutil entre lo falso y lo auténtico. Lo relativo y lo escéptico.
- El fin último: Extraviando el amor, extraviar las almas.

En la sabiduría de nuestro Ser Trascendente podemos estar al servicio de:

- La forma del Amor, que habita, late y se expresa a través de cada uno de nosotros.
- La disipación del ciclo del huracán en el que está turbulentamente inmersa la mayor parte de la Humanidad.
- Un mundo y una Nueva humanidad que podemos crear. Ya no insistir permanecer en complicidad con un mundo distópico que aun habitamos.
- Disolver y devolver la nube al dueño.
- Permanecer donde hay amor.

Jugar en Presencia, Crear y practicar nuestra nueva versión:

- Mediante el viaje continuo de la mente a la Consciencia.
- Acercándome a mí mismo en la búsqueda de autoconocimiento.
- Acercándonos en los vínculos que nos dan sentido, forma y experiencia Consciente.
- Acercándonos a la Vida que Somos y hemos venido a manifestar.

Contemplando que este viaje milagroso que se nos ha regalado supone atravesar diferentes "estaciones", sentires, pensares, que pueden integrarse en "senti-pensares".

- Implicándonos comprensiva y compasivamente en las numerosas "mudanzas" que nos mueven e impulsan desde el peso del Ego, hacia el vacío y plenitud del Ser.
- Pasando por noches oscuras, que en tales procesos de "mudanza" requieren resignificar, seleccionar, descartar, rellenar, desocupar y devolver "cajas, paquetes y canastos". Decidiendo qué nos vamos a llevar, y qué no es nuestro. Qué es lo que ya no necesitamos en la nueva habitación.
- Dejando atrás el lastre y las capas de un personaje que fuimos y ya no nos representa.
- Transitando el camino de confianza en la trama de la Vida.

Porque La Verdad Absoluta quizás no sea asequible, comprensible para nuestra humanidad. Si a penas y apenas viajamos en el borde del misterio...Pero sí podemos acercarnos a la Vida sintiéndonos. Impulsados por una fuerza, una energía vital plena de confianza. Integrando todo lo nuestro, aunque por momentos consista en dolor, en tristeza incluso al dejar atrás una versión nuestra que, aunque nos "ha servido", ya no la necesitamos. Posándonos como una mariposa, en una atención neutra, sin relatos que interrumpan, sosteniéndonos en equilibrio exclusivamente en la flor de "el sentir" ... Ya no exclusivamente pensarnos, explicarnos, interpretarnos, juzgarnos, ni a nosotros mismos ni al otro. Ni a nada. Entramos en el vacío. En el silencio que se escucha entre dos palabras. Nos dedicamos a investigar-nos en la vivencia: en lo que llamamos "laboratorio". Con nuestras "sustancias y probetas". Atendiendo en presencia el proceso que transitamos proveniente de nuestro discurso mental, pasando por nuestro estado emocional e integrándose sutilmente con un catalizador alquímico: nuestro corazón...Comprobando en la investigación propia y en las que compartimos con otros estas experiencias, que al reunir nuestra mente-emocionalidad con nuestro sentir, en el preciso instante en el que lo vivimos, es decir, en el único instante en el que vivimos, actuamos como poderosos "transformadores e integradores" de nosotros mismos y de nuestra vivencia: vivimos en la experiencia. Ella es nuestra autoridad... Dejamos de explicarla. Sólo atendemos el genuino interés de vivir la Vida. Ya no, "sobrevivirla".

Acercarnos a la Vida es también animarnos a re-conocer el campo morfogenético en el que circulamos. Es recordar la "trama de la Consciencia colectiva". Es aportar nuestra humilde semilla retribuida en experiencia, utilizando las herramientas que hay en nosotros, promoviendo un nuevo estado evolutivo de Consciencia. Para su expansión y despliegue. Acercarnos a la Vida y mojarnos en ella, es el fundamento, el propósito y sentido de nuestros contratos. Es la responsabilidad, es el compromiso y es la confianza profunda en el compartir colectivamente en este espacio - tiempo, en el que suceden paso a paso las oportunidades eternas de desaprender, y aprender, nuevas perspectivas. Para abrirnos a una forma de Amor plena de vivir y de Ser la Vida. Sin nubes.

Juntos y Conscientes. Compartiendo el don y los talentos que somos. Anidando en las miradas inmanentes que dejan huella en la evolución que somos y que manifestamos a través de nuestras acciones.

“Poniendo en hora el reloj” que marca la única hora en la que vivimos: Presente.

Cruzando un dintel y regresando, siendo. Libre-mente en el vuelo que elegimos volar...

En la Divina Realidad.

Lectura complementaria recomendada:

Nublas la consciencia de lo real (Adaliz Ediciones, junio 2023)

Libro nº6 de la Biblioteca del Proyecto de investigación Consciencia y Sociedad Distópica:
<https://adaliz-ediciones.com/21-proyecto-csd>

Web del Proyecto:

<https://sociedaddistopica.com/>

Si quieres apoyarnos:

Todos los que compartimos y colaboramos en el Proyecto C&SD lo hacemos de forma gratuita. Puedes ayudarnos aportando **1 euros al mes** a través de la plataforma Teaming:

<https://www.teaming.net/distopica>

Material compartido en la Comunidad de Telegram del Proyecto C&SD desde la entrada en funcionamiento de la misma:

2023

Noviembre:

+Jueves 2 (Vídeo, 37 segundos):

Bienvenida de Emilio Carrillo a la Comunidad

+Jueves 9 (Texto, 4 páginas):

Nacer de nuevo y Agenda 2033

+Jueves 16 (Texto, 6 páginas):

Razones que hacen prever un mayor calentamiento global en 2024

+Jueves 23 (Texto, 8 páginas):

¿Qué es la distopía? ¿Qué es la consciencia?

+Jueves 30 (Texto, 10 páginas):

Tensiones en torno a la inteligencia artificial y avance del transhumanismo

Diciembre 2023:

+Jueves 07 (Texto, 4 páginas):

Reescribiendo la historia

+Jueves 14 (Texto, 8 páginas):

Situación de la religiosidad en el mundo

+Jueves 21 (Texto, 11 páginas):

Distopía y economía: un gobierno mundial en la sombra

+Jueves 28 (Texto, 5 páginas):

Población mundial: evolución histórica, situación actual, prognosis y estimación de reencarnaciones

2024

Enero:

+Jueves 4 (Texto, 8 páginas):

¡Feliz 2024!: Vívelo desde Reverencia por la Vida

+Viernes 5 (Texto, 9 páginas):

Mutilación del árbol de la vida: la sexta extinción en marcha

+Jueves 11 (Texto, 16 páginas):

¿Estamos nublados?: síntomas y tratamiento

