



Hypnos, dios griego del sueño, bronce del S. IV antes de nuestra era

INVESTIGACIÓN SUEÑOS

2007/2008

Versión ampliada con Epílogo y Anexos febrero 2015

EXPERIMENTACIÓN CON EL NIVEL DE SUEÑO

Este trabajo no arranca de ninguna tesis sino de la necesidad de sintetizar y ordenar la experiencia de tratar de incursionar en el nivel de sueño, para aprender a soñar con lo que se quiere soñar.

Recoge la propuesta de dirigir los sueños planteada en los materiales de Escuela, que encuadran la investigación práctica. En dichos apuntes se mencionan también casos que constituyen antecedentes históricos de incursiones en el nivel de sueño.

Acá se aportan antecedentes históricos adicionales basados en distintos autores, fundamentalmente, en la recopilación realizada en el Siglo II por Artemidoro de Efeso.

Luego se describen las circunstancias en que surge el interés por el mundo onírico, los procedimientos utilizados para incursionar intencionalmente en él sorteando las dificultades que presenta, sobretudo los rebotes posteriores de sueño en vigilia. Se explica la manera utilizada para fijar la intención con la que se va a entrar al nivel de sueño, trabajando en base a copresencias que se fijan en el campo de presencia y que tienen fuerte carga afectiva; cómo este interés fijado se puede recordar durante el transcurso de la noche y la forma de anotar los sueños sin llegar a despertar.

La experimentación ha permitido detectar a una “mirada” que observa las secuencias oníricas y que aporta una calidad distinta a los sueños, con respecto al sueño habitual más pesado y vegetativo. Esa mirada es la que va buscando las imágenes coincidentes con el interés fijado, mientras que la carga afectiva es la que dispone a la conciencia a soñar en la dirección formulada. Así se van observando las secuencias oníricas que hacen pie en las traducciones de distintos impulsos, en las sensaciones y los recuerdos, sirviendo al propósito determinado.

El tratar de manejar los sueños ha resultado un trabajo que no es compositivo, sino de orientación, de dirección mental, de apuntar con fuerza hacia lo que se quiere, lo que se necesita, soñando con los contenidos que la conciencia vaya encontrando entre lo que tiene a disposición.

También se rescatan observaciones adicionales, que aunque no constituyen el foco central de la experimentación, resultaron en comprensiones de interés. Por ejemplo que todos los datos de memoria están presentes en todos los niveles de conciencia; que se puede acceder desde el sueño a los registros grabados desde otros niveles; que es posible establecer nuevas relaciones entre los datos ya guardados en memoria, aprender en los sueños, integrar, resolver; que la construcción interna va tomando forma en todos los niveles de conciencia; que por las características del nivel de sueño, se puede apreciar con facilidad la ubicación de las imágenes en las coordenadas del espacio de

representación. Se ha constatado que la carga afectiva da dirección a los procesos mentales independientemente del nivel de conciencia; que las copresencias tienen poderosas cargas afectivas y orientan a la conciencia en esa dirección; que un propósito requiere de esa carga afectiva para poder operar.

Se anotan consideraciones referidas a la interpretación de los sueños y se concluye enunciando posibles líneas de trabajo a futuro. Estas podrían dar continuidad a lo que se hizo antiguamente con los sueños (sanación, adivinación, incubación, interpretación) o bien orientarse en direcciones nuevas susceptibles de llevarse adelante incluso en equipo.

En el Anexo 1 está la materia prima de la investigación de 15 meses, con los sueños anotados y clasificados. El Anexo 2 da cuenta de sueños en los que dejan sus trazas cada uno de los Pasos disciplinarios.

En resumen, este trabajo – encuadrado en los materiales de Escuela y apoyado en algunos antecedentes históricos – toma la experiencia de incursionar en el nivel de sueño para aprender a dirigirlos, describiendo los procedimientos que lo hacen posible y anotando algunas de las comprensiones que fueron apareciendo.

Es una experimentación que corresponde a un momento de proceso (Tercera Cuaterna y primeros meses de Ascesis) en el que se aprovecha de crear un nuevo hábito al dormir: el de dirigir los sueños hacia un interés fijado.

Octubre 2008

1.- ENCUADRE

De los materiales de Escuela, las siguientes notas sobre el Sueño encuadran la investigación:

“Hay varias formas de dirigir los sueños. Para manejar el sueño y soñar lo que uno quiere, hay que hacer un trabajo sistemático. El tema es empezar. Este trabajo no se recomienda por los líos compensatorios.

Meterse en el sueño es una anormalidad, es lo mismo que meter sueño en vigilia. El precio que se paga es que hay rebotes del sueño en vigilia, se meten contenidos oníricos en la vigilia, aparecen imágenes, alucinaciones.

Con la plasticidad que tiene el sueño se puede llegar a lugares lejanos, volar, es un poco mágico. Este es el entrenamiento clásico.

Conviene empezar por los modos sencillos para aprender y vamos tomando la mano hasta que uno pueda manejarlo solo. Una cosa es rescatar sueños y anotarlos y otra cosa es inducirlos (producirlos). Te puedes encontrar con “respuestas” de otro lado.

Meterse en el sueño lleva a aprender sobre uno mismo.

Lo más interesante son : los “sueños producidos”, manejar los sueños.

Uno se debe meter en el sueño y producir las imágenes que uno desea.

Procedimientos

No conviene despertarse muchas veces, 2 o 3 veces es suficiente para una sesión. No debe hacerse más porque altera mucho. Luego se debe descansar suficientemente.

Para favorecer el rescate de los sueños, debe ser incómodo, para llevar hacia “arriba” los “pescados “del sueño.

Esas incomodidades (poca ropa, sin almohada, etc) hacen que sueñes liviano, te duermes y te despiertas y ahí vas, en el “duerme vela”.

El sueño vegetativo, es muy profundo y no te acuerdas.

El sueño no tiene manejo vigílico, sino que te lleva, por ello tienes que tener la imagen cargada, el propósito, la dirección que quieres dar al sueño. Es el mecanismo de los “aforismos”, es el mecanismo del “pedido”, es una fuerza extraordinaria. Ese esfuerzo de ir hacia arriba, pero inverso, es lo onírico, lo alucinatorio. Irse al sueño con una pregunta, con un problema a resolver. Hay que cargarlo antes o pedirle al Guía inspiración para una situación. En el sueño dirigido hay una dirección o sea de alguna manera se están metiendo mecanismos de reversibilidad que no tiene el sueño normalmente.

Son esos niveles los sugestivos, los que tienen otros significados. Se puede contactar con otro nivel más allá de la vigilia, también puedes tener aptitud para manejar los bajos niveles, ya que en la Ascesis vas hacia arriba y en ella se están haciendo esfuerzos por conectar con otro plano, sin producir imágenes porque se jode todo, sino más allá de las imágenes y la representación, entonces también en el plano bajo se puede conectar y dirigir.

El “sueño dirigido”, es sueño en el que operan imágenes proyecto elaboradas en vigilia y que son introducidas en el sueño mediante práctica.

Como hipótesis, vamos a trabajar en la clarificación de imágenes en vigilia, respecto del “propósito”, tratando de llevarlo al sueño y al levantarnos retomarlo incluso en el estado intermedio del “duermevela”.

Por ejemplo:

Entrada en el Paraíso, como jardines, con seres alados y luminosos, volando más allá hasta las fuentes luminosas en las que la luz transforma en “bondad” (paz, fuerza, alegría) siendo insuflado por inspiración que te acompaña en la vida cotidiana (“mundo material”).

Nos interesa la dinámica, la potencia del sueño.

Contextos históricos

Los antiguos decían que en el sueño puedes ver cosas que no se pueden ver en la vigilia.

Sabían que el sueño común deforma y decían que ese sueño salía del “cuerno de nácar” y no había que seguirlo. Hay otros sueños que salen del “cuerno de Tor” el “sueño premonitorio” que revela cosas, o donde se comprende algo interesante, o se logra conocimientos etc. Estos eran los “sueños verdaderos”.

Los adivinos, tenían sueños verdaderos, los oráculos, las pitonisas, tenían unos sueños inspirados, inducidos artificialmente, muchas veces con gases o bebidas tóxicas. Pero eso no interesa, es mejor manejarlo con la cabeza y que te entregue información interesante.

Históricamente se conoció la inducción hipnótica.

Está llegó a ser una técnica de inspiración para entrar en trance. Una persona se ponía a dormir y el otro le apretaba el pecho suavemente – inhalar y exhalar – se trabaja guiando al sujeto, contactando táctilmente entre maestro y discípulo, pero el sujeto no dirigía el sueño, sino que era inducido por el guía.

Por ejemplo:

Ahora está viendo un dragón, etc.,....era una inducción hipnótica y se le iban induciendo imágenes desde afuera. Eso es posible. Allí se metían los olores, se le sugería que iba caminando por un jardín, y se olía fragancia de rosas etc.

Incluso en el sueño profundo podían infiltrarse esas imágenes.

Es la misma época de Mary Shelley y Lord Byron (en donde aparece el mismo argumento: Frankenstein cobra vida, echa a andar por si solo) y los experimentos con la electricidad, de Volta. Es la época del inconsciente, del “Ello” y los instintos, antes de la aparición del psicoanálisis . Es la época del Neo-romanticismo.

Cagliostro, utilizaba un fuentón y una vela.

Cuando lograba meter a alguien en el sueño artificial (época de Mesmer), le indicaba al otro que fuera a Palermo y fuera a ver a su novia y le diera información. Esos experimentos hacía con sus colaboradores.

Los sueños juegan un papel muy importante en la aparición de estos fenómenos y han tenido mucho que decir en la historia.

La interpretación de los sueños ha sido un tema en la historia, ya que “revela” significados profundos, que le dan conocimiento del alma humana.

Los sueños han sido estudiados y utilizados porque tienen que decir algo sobre la materia humana.

Traducción de impulsos

“El lenguaje de los pájaros”, es un pre-lenguaje como los gestos, los mudras, las danzas. Hay ciertas verbalizaciones, actitudes corporales. Hay una parentela de cosas con los automatismos de los médium, con esas palabras de las pitonisas, de los oráculos, de los magos. Cuando trates de inducir los sueños acuérdate que están enganchados con muchas otras cosas. Los automatismos están por todos lados, el torrente sanguíneo entre otros (es una maquinaria muy compleja). Hay que aprender a descubrirlos (medio de reojo) y a respetarlos.

Es muy importante lo que uno puede ver de uno mismo, posturas, las cosas que te brotan como si fueran de otro, que no sabes de donde salen.

¿Cómo es que se expresa eso?

Verbalizaciones, mudras, todo eso es lo que se denomina “lenguaje de los pájaros”.

El duermevela

El “duermevela”, es un estado intermedio entre la vigilia y el sueño, en el que uno va dando más o menos dirección a las imágenes y en las que el potente poder de las imágenes produce efectos físicos (dolores, irritaciones, placer).

Por ejemplo:

Al tocar unas brasas en el sueño, aparto la mano porque me quemo y ese movimiento brusco hace que incluso se mueva el brazo despertándome.

La potencia de las imágenes en el sueño y la traducción de impulsos de los lugares de los que proceden, puede producir modificaciones físicas, ya que estamos trabajando desde un nivel vegetativo, propio del trabajo del automatismo y de la máquina.”

2. ANTECEDENTES HISTÓRICOS ADICIONALES¹

La práctica que consiste en retirarse a un lugar sagrado, primero una gruta, una montaña, un desierto o un bosque, luego un templo, para que se produzcan ahí sueños inspirados o una visión, parece ser una práctica universal.

Para los griegos, los sueños provenían de los dioses. Homero nos dice que los sueños son personajes alados y divinos, enviados por el propio Zeus. Como los dioses están muy presentes en sus vidas, también el manejo de los sueños opera por intermedio de la acción divina. Pero algo que motiva extraordinariamente a los griegos y luego también a los romanos, es la posibilidad de sanar a través de una visión obtenida en el sueño. Así es como se difunde ampliamente la práctica que procura tener el sueño que uno desea.

Desde la antigüedad se asegura que en ciertas grutas se pueden incubar sueños de este tipo. Según Pausanias había que sacrificar un carnero y dormir envuelto en su pellejo para que el dios se presentara en sueños.

Más tarde vienen los templos de Asclepio y de Serapis. Virgilio nos describe esta práctica en el templo de Fauno (Eneida, VII).

Durante la época helenística existieron 420 templos de Asclepio que funcionaron hasta el siglo quinto. Entre los más antiguos está el de Epidauro; otro muy conocido fue el de Pérgamo.

A ellos se llegaba luego de una verdadera peregrinación realizada a lo largo de caminos polvorientos e inseguros. Pero sólo podía acudir un consultante al templo de Asclepio si su enfermedad había sido declarada incurable por un médico.

Cuando se deseaba obtener una visión, era importante conservar la pureza; para ello era necesario que durante el camino la persona se abstuviera de ingerir alimentos que pudieran interferir con los sueños: el vino y todo tipo de alcohol, la carne, ciertos pescados, las habichuelas, etc.. Al llegar al templo debía practicarse el ayuno y la persona se sumergía en un baño ritual. La castidad debía ser total, tanto durante el trayecto como durante la estadía en el lugar sagrado.

1

Bibliografía

- Artemidoro, "La interpretación de los sueños", Editorial Gredos
Marc-Alain Descamps, "Sueños Lucidos", Dolmen Ediciones, 1999.
David Coxhead and Susa Hiller, "Dreams", Avon Publishers, October 1975
Virgilio, "La Eneida", Editorial Iberia, 1968
Platón, "La República", Ediciones Ercilla, Santiago de Chile, 1941

Luego de la entrada al recinto, una vía sacra conducía a una fuente donde los enfermos depositaban los exvotos que dan fe de las numerosas curaciones. El emplazamiento comprendía todo un conjunto de monumentos admirables: la Tholos de Epidauro o la rotonda de Pausanias, el teatro de 14.000 plazas en Epidauro, de 20.000 en Pérgamo, donde se celebraban las ceremonias, los cantos y las danzas. Además había bibliotecas, pórticos, etc., y todo este conjunto estaba situado entre frondosos árboles y en ubicaciones de gran belleza natural. Las serpientes de Asclepio reptaban libremente por todo el lugar.

Sólo los agonizantes y las mujeres próximas a dar a luz no podían entrar.

Para poder penetrar en el templo de Asclepio, el peregrino debía haber recibido una invitación del propio dios, ya sea por medio de una aparición en estado de vigilia o a través de un sueño nocturno.

Se efectuaban diferentes ceremonias de preparación: procesiones, oraciones, cantos, danzas, baños aromáticos, incienso, la ingestión de una bebida alucinógena llamada el *Kykleón*.

Algunas de las ceremonias se llevaban a cabo en subterráneos iluminados por antorchas. En Pérgamo se encontró un túnel de 80 metros que conducía a un templo subterráneo de 60 metros de diámetro llamado el *Telésforo*. Una fuente vertía sus aguas en un cuenco, al igual que en el sótano de la *Tholos* de Epidauro.

Una vez concluidos los sacrificios preliminares, las purificaciones y las abluciones, el peticionante debía dormir a la espera del sueño de invitación.

Obtenido éste, a la noche siguiente se le permitía entrar al santuario de Asclepio a pernoctar. Habitualmente el sueño salvador del dios sólo podía darse dentro del templo; de ahí el término griego *enkoimesis*, que se traduce por incubación, de *incubare*, que significa “dormir en un santuario”.

El peregrino no podía penetrar en el templo sino llegada “la hora de la lámpara sagrada”, es decir a la caída de la noche. Permanecía primero asombrado frente a la estatua de Asclepio con su bastón alrededor del cual se enrollaba una serpiente. A sus pies yacían un gallo y un perro, y en ocasiones llevaba en la cabeza una corona de laurel y en la mano sostenía una piña de pino.

Habiendo concluido sus oraciones y su adoración, la persona se recostaba en el *adyton* o “lugar reservado a los invitados”. Se tendía sobre el suelo, en medio de la penumbra y del espeso humo de los inciensos y perfumes de oriente.

En el templo de Asclepio grandes serpientes verdes y amarillas de dos metros de largo se deslizaban lentamente sobre las gradas de mármol entre los pétalos de flores y los cuerpos de los durmientes.

Además, durante el día, un sacrificio ritual había precedido a lo anterior. Por intermedio de los sacerdotes el peregrino ofrecía una cabra o un cordero a los dioses. Se retiraba el pellejo del animal y la persona debía pasar la noche envuelta en este despojo sangriento.

El dios aparecía en el sueño, o durante el estado de vigilia por medio de una visión. Tocaba entonces el órgano enfermo del soñador y éste sanaba durante la noche.

Una vez obtenida la sanación, el sobreviviente se consagraba a los dioses por

el resto de su vida. Después de haber sanado, el peregrino ofrecía un sacrificio de acción de gracias al dios, reembolsaba los gastos ocasionados y ayudaba a los más necesitados. Se convertía en un ser cuya vida era obra del milagro, y debía dar testimonio del poder del dios por el resto de sus días, única forma de asegurar una curación permanente. Volvía periódicamente al lugar, a efectuar retiros y dedicarse al servicio del templo.

Si el enfermo no sanaba en el curso de la primera noche se le consideraba como incurable, o como alguien que no había cumplido con todos los requisitos o que se había equivocado y no había sido realmente invitado por el dios.

Sabemos por Platón, que Asclepio y sus hijos sólo sanaban a aquellas personas que estando en buen estado de salud experimentaban una dificultad pasajera, pero que se negaban a prolongar en forma indefinida la vida a aquellos moribundos que le temían a la muerte (La República, 1. III, 404-408).

Se han encontrado setenta estelas conmemorativas que relatan casos de sanación con la respectiva descripción de la enfermedad y del sueño terapéutico. Las más antiguas son testimonios de curaciones de parálisis, ceguera, mutismo, etc.. y de las visiones correspondientes; por ejemplo, un enfermo cubierto de parásitos sueña por la noche que el dios lo desviste y limpia su cuerpo, y se levanta al día siguiente sin parásitos. La inscripción de una estela votiva nos relata cómo Alcetas de Malieis recuperó la vista: “Tuvo una visión en sueños; sintió que el dios se aproximaba y le abrió los ojos con sus dedos y en ese momento pudo ver los árboles del santuario. Al día siguiente, había recuperado la vista”.

Más tarde esto llegó a ser cada vez más raro y los sueños no hacían sino indicar el tratamiento que se debía seguir para aliviar los males del enfermo; pero si se los ponía en práctica, la sanación era inmediata. Por ejemplo, un enfermo que sufre de pleuresía recibe en sueños la orden de mezclar con el vino las cenizas calientes del altar y de aplicar este cataplasma sobre el costado enfermo, lo que produce su sanación.

Aelius Aristide de Esmirna (129 – 190 de nuestra era), nos cuenta que en su época los peregrinos debían registrar todos sus sueños. En su libro “*Discursos Sagrados*”, relata en detalle sus frecuentes visitas al templo, los remedios y los consejos que recibió, sus visiones y su curación tras una larga enfermedad. “Hasta uno llegaban las revelaciones y uno podía escucharlas, ya sea en sueño, ya sea estando despierto. Los cabellos se erizaban sobre la nuca; sentía uno correr las lágrimas sobre el rostro y experimentaba felicidad al mismo tiempo; el corazón se henchía. ¿Qué hombre habrá de encontrar palabras para describir tal experiencia? Aquel que ha conocido lo que digo podrá compartir el estado en que se encontraba mi espíritu”.

Pero el dominio de los sueños fue una práctica utilizada por los griegos no sólo para obtener sanaciones, sino también para la videncia, las premoniciones y los oráculos.

Aristóteles expone sus teorías sobre el mundo onírico en un par de opúsculos particularmente, titulados “Acerca de los ensueños” y “Acerca de la adivinación por el sueño”. En el primero analiza la naturaleza de este fenómeno. A su juicio, “el hecho de soñar es propio de la facultad sensitiva del alma en la medida en que ésta es imaginativa”. Las causas que motivan estas vivencias son “los movimientos producidos por las sensaciones, tanto por las del exterior como por las procedentes del propio cuerpo”. Durante el estado de vigilia la multiplicidad de los estímulos y la actividad del pensamiento nos impiden prestar atención a estas manifestaciones. “De noche, en cambio, por la inactividad de cada uno de los sentidos en particular, y por su incapacidad para actuar – a causa de que se produce el reflujo de calor desde el exterior hacia adentro –, estos movimientos vuelven al origen de la sensación y se ponen de manifiesto al apaciguarse la confusión”. Quiere decirse, pues, que emergen en el período de reposo fisiológico, cuando el alma se repliega sobre sí misma.

Estas exposiciones teóricas presuponen un origen exclusivamente físico de los sueños. Por consiguiente, cabría esperar que quedase descartada la posibilidad de que algunos de ellos en determinadas circunstancias pudiesen revelar el futuro. Sin embargo, Aristóteles no afirmará esta posición. Su postura será extremadamente cautelosa: “En cuanto a la adivinación que tiene lugar en el sueño no es fácil ni despreciarla ni darle crédito. Pues el hecho de que todos o muchos supongan que los ensueños tienen algún significado, en tanto que se dice como consecuencia de una experiencia, ofrece credibilidad”.

En la *Iliada* (I 62 y sigs.) Aquiles propone consultar a un adivino, a un sacerdote o bien a un intérprete de sueños (*oneiropólos*) para averiguar la causa de la actitud del dios Apolo. En la misma obra (V 148 y sigs.) se menciona al viejo Eurídamante, el cual también practicaba este arte y, sin embargo, no averiguó la suerte que le aguardaba a sus hijos en el transcurso de la guerra. En estos ejemplos ya aparecen configurados los rasgos esenciales que caracterizarán la oniromancia en los siglos venideros, esto es, la creencia de que algunos sueños pueden predecir el futuro, la convicción de que el lenguaje empleado no es directo, sino alegórico, y la existencia de unos profesionales avezados en las técnicas interpretativas.

Artemidoro de Efeso que vivió en el segundo siglo de nuestra era, presenta en su libro “La interpretación de los sueños” una tarea de recopilación respecto de la producción anterior consagrada a esta materia. El autor sostiene que ha consultado la totalidad de la bibliografía existente, incluida la más antigua, y al mismo tiempo reivindica su originalidad de pensamiento. Define al sueño como “un movimiento o una invención multiforme del alma que señala los bienes y los males venideros”. Indica que la visión onírica está compuesta por elementos, es decir, por una serie de imágenes apropiadas y naturales. El aspecto que más le preocupa es la clasificación de estas experiencias. Establece una neta separación entre los sueños de valor profético (*óneroi*) y aquellos privados de un mensaje premonitorio (*enýpnia*). Los primeros nos comunican lo que acontecerá, los segundos levantan acta de los apetitos que dominan al sujeto

momentáneamente; por tanto, no son significativos.

Los *óneroi* a su vez se dividen en dos grupos. Los que nos anuncian sucesos de cumplimiento inmediato y cuya representación se corresponde con los hechos son llamados sueños *directos*. En cambio, cuando media un espacio de tiempo suficiente entre el presagio y el evento, de forma que aquel puede ser dilucidado por medio del razonamiento, entonces nos encontramos ante un sueño *simbólico*. Esta modalidad es la única que le interesa a Artemidoro y, por consiguiente, todo el tratado estará dedicado a su estudio.

También subdivide a los sueños en *provocados* – o de estado ansioso – y en *divinos*. El significado de este último adjetivo le obliga a determinar su punto de vista: “yo no me encuentro en la misma postura de incertidumbre de Aristóteles sobre si la razón del soñar es exterior a nosotros y depende de la divinidad o si, por el contrario, existe en nuestro fuero interno alguna causa que predispone a nuestra alma hacia un cierto estado y origina de forma natural lo que acontece. Simplemente llamo a dichos fenómenos “divinos” al igual que calificamos así en el lenguaje corriente a todos los hechos que se escapan a nuestras previsiones”. Y más adelante dice: “pues la divinidad suscita visiones en consonancia con lo que sucederá en el futuro al alma del sujeto, debido a que ésta posee facultades mánticas por naturaleza o bien porque exista alguna otra razón que induce a las representaciones oníricas”.

El significado del mensaje anunciador de un hecho futuro es averiguado mediante la aplicación de criterios tales como la continuidad, la inversión, la antítesis, la contigüidad, la semejanza, etc... Aparte de estos recursos existen otros basados en operaciones lingüísticas y gráfico-numéricas entre otras variantes posibles. Resultan particularmente interesantes aquellos mecanismos que son de naturaleza verbal.

Por ejemplo, una persona enferma del estómago vio durante la noche a Asclepio ofrecerle los dedos de su mano derecha instándole a comerlos. Comiendo cinco dátiles logró sanarse (en griego, los dátiles tienen el mismo nombre que los dedos). Asimismo, Frontón, que sufría de gota, soñó en el templo que se paseaba por los suburbios (*propolis*), nombre que recibe también la cera de abeja obtenida a la entrada del panal, sustancia que lo curó de sus males.

Artemidoro presenta la interpretación de 3.000 sueños y explicita que es necesario considerar la condición sexual del destinatario, la condición social, el estado de salud, el grado de parentesco, la edad, la profesión, las circunstancias personales, las disposiciones psíquicas, etc.. En consecuencia, interpretar un sueño equivalía a resolver una ecuación con tres incógnitas, representadas por el asunto de la visión onírica, la persona a quien va destinado el mensaje y el desenlace auspiciado. Dado el número de variables, las combinaciones posibles eran infinitas, por tal razón resultaba indispensable consultar a un especialista, capaz de desentrañar en esta complicada trama la

clave del enigma. Sus libros apuntan a satisfacer esa necesidad, constituyendo suertes de manuales en los que también se ilustra el camino que debe seguir el aprendiz hasta llegar a maestro.

Artemidoro también expone sobre cómo lograr el dominio de los propios sueños: “Recuerda que quienes llevan una vida honesta y encaminada hacia el bien no tienen ensueños ni ningún otro tipo de representación irracional, sino exclusivamente visiones oníricas y, en su mayoría, de las llamadas directas. De hecho, sus mentes no están enturbiadas por miedos o esperanzas y, sin duda, dominan los placeres corporales”. (IV, prefacio, 363). No habrá paralelo alguno entre los sueños de personas virtuosas y los sueños del común de la gente. Los sueños de estos últimos estarán llenos de representaciones irracionales, de las ocupaciones cotidianas de la víspera, de sus temores y esperanzas. Es en vano pues que habrá que intentar interpretarlos. En sus últimos libros, que dedica a su hijo, Artemidoro lo disuade de emprender tan inútil tarea.

Muchos errores de interpretación según él, provienen del hecho de confundir una visión enviada por los dioses con una visión solicitada a éstos. Concretamente, algunas personas utilizan procedimientos mágicos para interpretar a los dioses y buscan apremiarlos mediante el incienso o pronunciando sus nombres secretos; otros incluso formulan sus preguntas en forma demasiado precisa y conminatoria. En estos casos, no habrán de obtener más que simples sueños y serán tan insignificantes como aquellos que son producto de las preocupaciones cotidianas. Asimismo, habrá que evitar comer en exceso “ya que los alimentos tomados sin moderación no permiten vislumbrar la verdad, ni siquiera mediante aquellas visiones que se producen al alba”. Habrá que dirigirse a los dioses con respeto y discreción.

Sin embargo, Artemidoro precisa que al utilizar la expresión “visión enviada por los dioses” hace alusión a una visión inesperada y da la siguiente indicación para obtener esas visiones: “Habrá pues que rogar a la divinidad por todas aquellas cosas que nos preocupan, pero en cuanto a la forma de formular por anticipado la respuesta, habrá que dejar, al propio dios, o a la propia alma, entera libertad” (IV.3).

Platón trata acerca de las condiciones necesarias para lograr el dominio y el control de los propios sueños. Divide al alma humana en tres categorías: el *nous*, la razón o vida intelectual cuyo asiento se encuentra en el cerebro y que corresponde a la sabiduría de los intelectuales y de los pensadores, el *thumos*, la voluntad o vida activa que mora en el corazón y corresponde al valor de los guerreros defensores de la ciudad, los *epitumia*, deseos o vida afectiva cuyo asiento está en el vientre y que corresponde a las pasiones de los comerciantes y de los productores.

Dice que se habrá primero de encaminar todos los esfuerzos para apaciguar a la segunda parte del alma, la irritación de la voluntad y la violencia, librándose de la cólera. En lo que a la tercera parte se refiere, la avidez del deseo de comer, de matar y del sexo, será necesario adormecerla con prudencia, escogiendo la vía intermedia; así no se la excitará ni por los excesos ni

mediante las privaciones. Por último, la tercera parte, la sabiduría, habrá de desarrollarse mediante el dominio de los propios pensamientos que no deberán ser sino bellos y puros, y por la práctica de la meditación.

Es durante el sueño que para Platón el alma alcanza mejor la verdad. Los deseos “despiertan durante el sueño nocturno, cuando aquella parte del alma que es dulce y razonable y que ha sido hecha para dirigir a la otra se duerme, y que la parte bestial y salvaje, colmada de alimento y de bebida se agita, y rechazando el sueño, busca satisfacer sus apetitos. Bien sabes que en este estado nada habrá de detenerla, ya que ha dejado de lado toda vergüenza y razón: no dudará en violar a su propia madre en el pensamiento, o a cualquier otro ser que se le ponga por delante, trátase de un hombre, dios o animal; no habrá sangre con la que no se ensucie las manos, ni alimento del que se abstenga; en breve, no habrá locura ni impudor que se prohíba comer...”.

“Pero, según mi opinión, cuando un hombre posee la salud y la temperancia y no se entrega al sueño sino después de haber despertado a su razón y de haberla alimentado con bellos pensamientos y hermosas reflexiones, concentrándose en sí mismo en una meditación interior; cuando ha calmado el deseo sin someterlo al ayuno y sin hartarlo, de modo que logre dormirse sin agitar ni con sus alegrías ni con sus penas al principio mejor, sino que éste pueda buscar descubrir solo, libre de la tiranía de los sentidos aquello que no conoce, ya sea en el pasado, el presente o el futuro; cuando este hombre ha logrado así mismo suavizar su ardor (thumos) y que sin haber experimentado irritación logra dormir con el corazón en paz; cuando ha logrado apaciguar a estas dos partes de su alma y ha estimulado a la tercera, ahí donde reside la sabiduría, y se entrega finalmente al descanso, es en estas condiciones, bien lo sabes, que el alma alcanza mejor la verdad y es cuando aparecen con menos frecuencia las visiones monstruosas de nuestros sueños” (República, 1. IX, 571c-572b).

En cuanto a que el ser humano puede aproximarse mejor a la verdad a través de las visiones, encontramos que lo sostiene el pensamiento de Jenofonte, también discípulo de Sócrates. El alma alcanza el plano más elevado de conocimiento, la *scientia intuitiva*, que permite trascender el tiempo para obtener una visión del futuro. “Ciertamente, es durante el sueño que se revela mejor el carácter divino del alma; es entonces cuando puede prever el futuro, sin duda porque en ese momento se encuentra libre de las ataduras del cuerpo” (Ciclopedia, VIII, 7). Glaucón no era el único conocedor de estos temas fuera de Platón, ya que los demás discípulos de Sócrates también los conocían, al igual que los Pitagóricos. De hecho Pólipo nos relata que, durante su viaje a Oriente, Pitágoras había aprendido de los Caldeos el arte de las visiones.

3.- EXPERIMENTACIÓN

Desde comienzos del 2004, cuando comencé como Aprendiz, fui anotando los sueños que recordaba, transcribiéndolos mes a mes en el computador y clasificándolos según indicaran traducciones de impulsos, integración de

contenidos, comprensiones, contextos disciplinarios o después la traducción de los registros del Paso en que me encontraba. Esta sistematización mensual retro-alimentó el interés por el mundo onírico y me fue dejando frente a la evidencia del modo de trabajo de este nivel de conciencia.

A fines de Junio del 2007, se me recomendó comenzar a experimentar introduciendo Vigilia en Sueño en base a un interés fijado previamente. He continuado con esta práctica hasta ahora, sostenida salvo breves interrupciones, acumulando la experiencia y el material que da origen al presente trabajo (Anexo 1).

a) Procedimientos:

Antes de acostarme, unos 15 minutos antes, mientras me lavo los dientes por ejemplo, pongo atención a los contenidos que están copresentes en mi conciencia y que, sea que me lo proponga o no, de todas maneras me voy a llevar al sueño.

Advierto que antes de ir a dormir puedo detectar una tendencia que tenderá a aparecer en el mundo onírico. Se trate de registros experimentados ese día, de comprensiones que quiero profundizar, de situaciones vividas que me quedan sin integrar completamente, de preguntas, necesidades, inquietudes, curiosidades o sentimientos que están actuando de modo sutil y copresente y que van a ser inercialmente arrastrados al nivel de sueño.

Antes de definir el interés con el que entrar al sueño, hago todo un rastreo para traer a presencia contenidos que están actuando copresentemente y que tenderán a explicitarse en las secuencias oníricas, tratando de detectar cuáles de ellos tienen mayor potencia, más carga emotiva o están asociados a una mayor necesidad.

De todos esos temas que están dando vueltas, selecciono lo que tiene mayor carga afectiva, aquello con lo que más me interesa soñar.

Pongo a foco ese interés y lo formulo por escrito, anotándolo junto con la fecha en mi cuaderno.

En ese acto de anotar, refuerzo el interés fijado, concentrándome en el tema, pero sobretodo queriendo hacerlo, disponiéndome con muchas ganas a irme a soñar con eso.

Por algunos períodos he trabajado con “menús” de 3 o 4 temas previamente definidos y fijos entre los cuales elegir, o he probado a dar continuidad a un mismo tema siguiéndolo durante varias noches, también he experimentado con temas libres, pero en definitiva he podido detectar que en el momento de la definición de la intención con la que entrar al sueño, se traen a presencia contenidos que están copresentes y que tenderán a evidenciarse en el mundo onírico. Ese trasfondo temático está presente en realidad en los distintos niveles de conciencia, está actuando en vigilia y si voy a dormir, me lo llevo al sueño. Al filiar estas copresencias y anotarlas como la intención con la que quiero soñar, el trabajo está ya a mitad hecho y resulta fácil soñar con ello. Es como montarse en la tendencia y aprovecharla.

En esa intención, en esa dirección que está copresente antes de ir a dormir, puedo advertir una necesidad operando, un sentimiento. Hay algo que quiero que aporten las estructuraciones oníricas, algo que estoy buscando, que necesito clarificar, algo que me inquieta y estoy necesitando resolver o transformar, que siento que me está empujando, algo que me importa mucho. En ese sentido, se parece al Pedido y también al Propósito y requiere de una carga afectiva especial. Llevo esa intención querida, esa necesidad muy sentida al nivel de sueño.

Para hacerlo, tomo una postura corporal de perfecto relax (con la que nunca antes me quedaba dormida y que he ido grabando en este período) y asocio esa postura con la intención formulada. Sigo “cargando” la intención mientras voy cayendo al sueño y comienzan a presentarse las secuencias oníricas. Durante la noche muchas veces cambio de posición corporal, pero al detectar algún sueño saco el brazo de la cama para anotarlo en el cuaderno dejado sobre el velador y lo hago casi sin despertarme, desde el “techo” del nivel de sueño. Es como si la mano escribiera casi por sí sola, en forma semi-autómata, sin abandonar del todo el nivel de conciencia en el que estoy. Pero inmediatamente después de anotar, vuelvo a tomar la posición corporal de perfecto relax. Eso “refresca” la intención fijada previamente sin que tenga que volvérmela a formular, sin racionalidad, como si hubiese quedado “grabada” en la posición del cuerpo, “activando” el tema que he fijado desde Vigilia.

Vuelvo al sueño profundo nuevamente, hasta dar con otra secuencia de imágenes coincidente con la intención, la anoto, retomando luego la postura corporal para caer al sueño llevando el interés. Así sucesivamente hasta la mañana.

Anotado el último sueño, abandono, suelto la intención fijada y ya no retomo la posición corporal de relax. Entonces me doy una “largona” de sueño profundo, despertando con tranquilidad y sin apremios.

Este último período de sueño reparador y profundo, compensa los posibles rebotes de nivel y me descansa bien. No he tenido, a excepción de los primeros meses cuando no podía manejarlos, rebotes de sueño en el nivel vigílico. Salgo de esta “largona” bien repuesta y habitualmente logro rescatar también de ella algún sueño más.

b) Observaciones:

Trabajando así, he ido observando que en el momento de dejarme caer al sueño mantengo muy levemente una suerte de “atención” que permite seguir las secuencias oníricas que se van presentando, un seguimiento suave que va “buscando” entre las imágenes aquellas que dicen relación con el tema fijado previamente y “descartando” lo que no corresponde, exigiendo de algún modo a la conciencia a soñar con lo que me he propuesto.

No se trata de sueños pesados, vegetativos, en los que caigo desplomada, sino de sueños algo más altos, sueños paradójales, con sus trenes de imágenes

que se suceden y una leve noción de estarlos observando, dejándolos correr para “atrapar” a las secuencias de interés, sueños en los que experimento que además de dormir estoy haciendo un trabajo en la dirección fijada.

Pero es sobretodo la carga afectiva la que dispone a la conciencia a soñar en la dirección formulada, y eso opera creando una suerte de “continente”, de “forma”, de “campo” que incluye en él a las traducciones de impulsos cenestésicos e incluso se sirve de esas traducciones porque le resultan funcionales al enmarque establecido. Lo mismo ocurre con los contenidos de memoria, que para aparecer quedan determinados por el tema que he fijado. Ese campo de copresencias con su carga afectiva, va definiendo las secuencias oníricas haciendo pie en las traducciones de distintos impulsos, sensaciones y recuerdos, de modo que le sirvan a su propósito.

Ejemplo:

14 de Agosto 2007

Me propongo soñar con Punta de Vacas.

Sueño 1: Estoy en la Plaza de las Estelas y escucho “El Camino” siendo recitado en los distintos idiomas.

Sueño 2: Estoy en la Multiuso y veo llover afuera. Si salgo, me mojaré. ¿Cómo será la mansarda para colgar y secar la ropa? Estamos varios amigos, comiendo unas verduras como pimentones rellenos, sentados en torno a las mesitas que hay en la Multiuso.

Sueño 3: Estoy dentro de la Ermita y el techo suena mucho con la lluvia que cae; no se pasan las paredes, pero hace frío. Tengo una clara sensación de todo el espacio interno de la Ermita. Veo en un rincón la hélice de cerámica que hizo Bruno para reconstruir la termocupla.

Los tres sueños de esta noche se dan en Punta de Vacas, tal como me lo había propuesto antes de ir a dormir, incorporando la traducción de un impulso auditivo que es suave en el primer sueño y va tomando mayor definición con el transcurso de la noche. Sin duda llovía afuera y seguramente cada vez más fuerte, siendo ese estímulo incorporado al sueño y resultando una materia prima útil para la configuración buscada. El impulso cenestésico del hambre es traducido e incorporado en el segundo sueño anotado y el del frío en el tercero. La memoria aporta datos útiles para que todo siga siempre enmarcado por el interés fijado, como es en este caso la forma cerámica para reconstruir la termocupla que efectivamente había hecho Bruno en nuestro Taller un tiempo antes.

Al tratar de manejar los sueños he intentado entonces no tratar de manejar los contenidos, sino la dirección general del sueño. No es un trabajo compositivo, sino de orientación, de dirección mental, de apuntar con fuerza a lo que quiero, a lo que necesito, soñándolo con los contenidos que la conciencia vaya encontrando entre lo que tiene a disposición. No importa en qué se vaya

apoyando, todo le irá sirviendo a su propósito: los impulsos cenestésicos del intracuerpo, las señales que recibe de memoria, los estímulos externos que alcanza a percibir, lo que aparezca irá siendo traducido de manera de resultar funcional a esa dirección general a la que apunto. Y al tratar de aprender a soñar con lo que quiero soñar, he ido descubriendo lateralmente, adicionalmente, algunos mecanismos interesantes, como es por ejemplo justamente éste determinismo que la carga afectiva tiene sobre los contenidos, organizándolos y estructurándolos según la orientación de esa dirección emotiva.

Ejemplo:

23 de Septiembre 2008

Soñar con Rosario

Estamos dando un Centro de Trabajo en un gran barracón en la selva. Está Andrés K. de partícipe y define las funciones. A mí no me importa qué hacer, siempre y cuando se haya definido una función de enfermería y haya también un lugar apropiado para que Rosario pueda estar sin dolor. Todo lo demás me parece secundario. Dario está descifrando un viejo libro de procedimientos alquímicos y me voy a ayudarlo, es fascinante, llega también Tomy.

c) Consecuencias adicionales:

Algo que puede parecer obvio, pero que recién descubrí al trabajar con los sueños, es que todos los datos de memoria están presentes en todos los niveles de conciencia. Sólo que en el nivel de sueño no cuento con la reversibilidad que me permite evocarlos y rescatarlos a voluntad, mientras sí dispongo de ello en vigilia. Pero en el sueño de todas maneras cuento con todo lo que tengo almacenado en memoria: datos, información, registros, tonos, tensiones, etc... por eso es que puedo acceder también desde el sueño a los registros de los mejores estados de lucidez, a los registros de mayor plenitud, a los estados internos inspirados. No es solamente desde los niveles altos de conciencia, sino que también desde los sueños puedo tener registros de estados muy especiales.

Ejemplo:

7 de Febrero 2008

Me propongo soñar con la transformación interna.

Sueño 1: Sueño que toda mi cabeza es una flor de pétalos de luz que se están abriendo.

Sueño 2: Está el bustito de Silo, caigo en cuenta que sus ojos están mirando hacia la coordenada Z, hacia lo Profundo.

Sueño 3: Voy con Jorge y Santiago caminando por Roma por las calles angostas y antiguas, todo es bello, es estético, mágico y sorprendente. Estamos buscando una plaza y pasamos cerca de una casa antigua en la que ha quedado abierta una llave o cañería de agua y se ha formado una fuente nueva, cayendo esa agua desde arriba como una llovizna o cascada suave

hacia la calle. Es maravillosa. Se forma un arco iris, siento su humedad multicolor.

De hecho, cuando estaba trabajando en el proceso de la Disciplina, cada uno de los Pasos dejó sus trazas en el nivel de sueño y aparecieron secuencias oníricas que muchas veces me facilitaron el avance tanto en procedimientos como en registros y comprensiones del Paso en el que estaba (Anexo 2).

Puedo también desde el sueño, establecer nuevas relaciones entre los mismos datos que ya tengo guardados en memoria y comprender de otro modo situaciones que en vigilia me resultan incomprensibles. Aprendo en los sueños, comprendo, integro, resuelvo y, como en ese nivel las estructuraciones difieren mucho de las de vigilia, aportan nuevas claves que pueden ser “reinyectadas” posteriormente en el nivel de conciencia vigilico a fin de clarificar aquello que estoy tratando de comprender mejor, como si se trataran de “ocurrencias” que surgen desde lo onírico, sin que hubiera podido formularlas desde otros niveles de conciencia.

Ejemplo

5 de julio 2008

V. en S.: mi Guía.

Siempre me representé a mi Guía como registro de presencia ubicado detrás de mí, como presencia alta ubicada en la profundidad de la dimensión Z. Es muy curioso, pero la ubicación de esa presencia en el Espacio de Representación es la de la entrada a lo Profundo.

Incluso puedo dar desde el sueño con soluciones prácticas a asuntos que intento implementar y que requieren de un enfoque diferente para poder sortear en la vida cotidiana las resistencias que he venido encontrado.

Ejemplo:

24 de Septiembre 2008

Sñar con la difusión de nuestras producciones audiovisuales.

En el sueño recuerdo el buen trato que nos han dado siempre en el canal de los Mosciatti en Concepción, donde podríamos probar a transmitir lo nuestro. También en TVN señal internacional.

Lateralmente he ido comprendiendo que la construcción interna se va plasmando y va tomando cuerpo en todos los niveles de conciencia, como si los fuera tiñendo con sus nuevos tonos, expresándose en cada uno de ellos, abarcando y organizando estructuras de conciencia en base a conjuntos de experiencias. No es solamente un proceso que se verifica en los niveles altos y de gran reversibilidad, sino que los registros que van tomando forma aparecen también con claridad en los otros niveles. Como es explicado en Psicología IV y en el Comentario audiovisual de Silo sobre “La Experiencia”, en el nivel de sueño paradójal también aparecen indicadores de la conciencia inspirada².

² “...uno sueña cosas extraordinarias, cosas que uno no ve en la vida diaria, a veces cuando se despierta, todavía siguen las influencias del sueño en uno y a uno le resulta muy atractivo y

Ejemplo:

30 diciembre 2007

V en S.: integrar lo ocurrido en Manantiales

El cielo estrellado y las antorchas. Hablo muy consciente de lo que estoy generando al hablar y a distancia de mí; como si las palabras pasaran por mí.

Toda la gente está conectada con todo durante la cena, yo misma soy parte de ese tejido de existencia que nos interconecta.

29 de enero 2008

V. en S.: la dirección autónoma de la conciencia en P12.

Alguien – no sé quien es - me hace un regalo y lo deja atrás mío, en la perspectiva detrás de la cabeza, es algo muy antiguo, muypreciado, envuelto en un viejo papel metálico, hermoso. Sé lo que es, no necesito abrirlo...

Otra de las consecuencias adicionales que han ido apareciendo al hacer este trabajo dice relación con el hecho de que como en el nivel de sueño el mundo externo queda reducido al mínimo y todo, o casi todo, se da en el espacio interno, me ha resultado a veces más fácil poder determinar el “donde” se ubican las representaciones, cuál es su ubicación en lo ancho, en lo alto y en lo profundo del Espacio de Representación. Esto me ha resultado especialmente interesante cuando, por ejemplo, durante el sueño se precisa la localización del punto de entrada a los espacios profundos.

Ejemplo

5 de octubre 2008

Soñar con el tema de la muerte

Sueño que me voy a morir y me doy cuenta. Entonces busco el punto de entrada a Lo Profundo, yéndome hacia atrás, más atrás, alto, más alto, atrás, más atrás y soltándome ahí, dejándome ir ahí. No hay temor, hay entrega.

Así como han ido apareciendo estas observaciones adicionales en el proceso de trabajo con los sueños, seguramente hay varias otras consecuencias que podrían extraerse atendiendo a este nivel de conciencia. Desde ya, muchas de las comprensiones laterales me han resultado incluso más interesantes que la experimentación misma con el nivel de sueño.

El constatar que la carga afectiva da dirección a los procesos mentales independientemente del nivel de conciencia; que las copresencias tienen poderosas cargas afectivas y orientan a la conciencia en esa dirección y en todos sus niveles de trabajo; que un propósito requiere de esa carga afectiva para poder operar; la relación entre memoria y niveles de conciencia; la acumulación en memoria de los registros con su ubicación precisa en el

muy profundo lo que ha sucedido adentro de los sueños.

Pero uno comprende que esos sueños -que no es lo que sucede en la vida cotidiana- trabajan en otro espacio mental, en otro lugar de la mente. Lo mismo que dijimos del enamoramiento, trabajan en otro lugar de la mente, no en el lugar de la mente en que trabaja la representación diaria. Pero existe entonces en cada uno de nosotros, la capacidad de ubicarnos en otros lugares, de tomar otras profundidades. Nuestras experiencias se transmiten, para producir esos cambios en la profundidad de la mente humana.” Comentario audiovisual de Silo sobre “La Experiencia”.

Espacio de Representación; su manifestación en los distintos niveles de conciencia y el acceso a ciertos estados internos interesantes también desde el sueño; el re-ordenamiento singular de la memoria en este nivel, son algunos de los mecanismos que se me han hecho evidentes aún cuando no he estado buscando observarlos.

d) Interpretación de sueños:

Durante todo este período no me he detenido nunca a realizar una interpretación completa en base a las reglas de interpretación alegórica. El material anotado lo he ido clasificando en forma veloz, en base a algunas pocas categorías que he establecido para determinar el primario con que dice relación lo soñado (traducciones de impulsos, integración de contenidos, comprensiones, sueños inspiradores, etc..) ya que he ido buscando fundamentalmente aprender a dirigir los sueños, a soñar con lo que quiero soñar y a que el interés fijado opere copresentemente dirigiendo las operaciones oníricas. En ese sentido, lo que me ha interesado confirmar es si la intención establecida en vigilia se corresponde o no con los sueños anotados.

De todas maneras, también como una suerte de comprensión adicional que va apareciendo sin que le preste mucha atención, ha sido la detección de las imágenes con las que se van traduciendo una y otra vez ciertas sensaciones cenestésicas repetitivas, ciertos dolores o incomodidades fácilmente interpretables; cuáles son los climas y tonos afectivos que se repiten, los temores y especialmente cuales son los temas en que ando y que presionan de nivel en nivel constituyendo los intereses de este momento de proceso. No ha sido necesario hacer mayores interpretaciones para tener señal de lo que me ocurre.

Otra constatación que he ido teniendo a medida que han ido pasando los meses y la práctica se ha ido haciendo habitual, es que no solamente he ido verificando la correspondencia entre el interés fijado en vigilia y las imágenes oníricas rescatadas, sino que además las secuencias oníricas mismas se han ido depurando de la alegorización excesiva, convirtiéndose en sueños más sintéticos, más livianos, más altos. Una suerte de calidad onírica nueva para un hábito mental que no tenía y que se ha ido consolidando.

e) Líneas de trabajo a futuro:

La experimentación con los sueños podría abrir diversas líneas de trabajo a futuro, tal como lo ha sido históricamente. Se podría, por ejemplo, ir en dirección a la sanación como se hacía antiguamente en los templos de Asclepio, o de la adivinación como fue en el caso de las Sibilas, o descifrando señales de lo sagrado en la interpretación de sueños que se puedan tener en lugares fuertemente inspiradores lo como ha sido con la práctica de la "incubación".

Se podría dar comienzo a una etapa de experimentos a llevarse a cabo entre

varios partícipes, pruebas de tipo paranormal, anticiparse a hechos que luego suceden, traducciones que se hagan de un mismo estado interno, etc... etc...

Sin embargo, en este momento de proceso y más bien por descarte, siento que ninguna de esas direcciones encuentran en mí suficiente carga afectiva como para ser encaradas a modo de líneas de trabajo.

No sé bien cómo quiero seguir avanzando. Tengo claro que quiero continuar experimentando y usando el tiempo nocturno para profundizar en comprensiones. Sé que puedo llevar el interés más allá, que todavía hay mucho para explorar, que podría ir acercándome cada vez más al Propósito e incursionando fuertemente en los sueños. Pero no alcanzo todavía a definirlo con precisión.

EPÍLOGO

Han transcurrido siete años desde que esta investigación fuera presentada ante la Escuela. Desde entonces, la experiencia de trabajo en el nivel de sueño se ha ido acumulando y la pericia, así como el intercambio con muchos otros, ha ido permitiendo depurar los procedimientos y simplificarlos.

Siempre manteniendo el interés de dirigir los sueños, ahora puedo afirmar que existe un modo muy simple de hacerlo, que todos conocemos como la práctica de el Pedido.

Efectivamente, cuando por necesidad existe suficiente carga afectiva como para realizar un sentido Pedido antes de dormir, y repetirlo más de una vez al caer al nivel de sueño, ese propósito es el que va dando dirección a las secuencias de imágenes que se van sucediendo durante la noche, posibilitando el encuentro de las respuestas que muchas veces en vigilia no parecían posibles y que en cambio desde el nivel de sueño sugieren formas nuevas de comprender o resolver las dificultades que se experimentan.

En el Pedido están todos los elementos que en esta investigación fueran detectados hace años como indispensables para poder dirigir los sueños: la formulación de un propósito claro, la carga afectiva que lo acompañe, la mirada que llevada al nivel de sueño va distinguiendo entre una y otra secuencia para poder orientarse hacia aquellas que dicen relación con lo buscado. Pero además, el acto de “pedir” tiene otras connotaciones y significados para uno que el acto de “experimentar”. El acto de Pedir compromete a la conciencia y surge genuinamente de una necesidad muy sentida, mientras la experimentación exige de una suerte de neutralidad, de un desapego mayor.

Así, hoy puedo afirmar que para avanzar dando dirección a los propios sueños, basta con llevarse el Pedido a la almohada y repetirlo con fuerza, dejándose caer en él al sueño. Una y otra noche, reiteradas veces, hasta que su acción desde la copresencia oriente hacia las secuencias de imágenes que se corresponden con la respuesta buscada.

En esto del trabajo con el nivel de sueño parece que todo depende - como por lo demás sucede con cada cosa que hacemos desde cualquier nivel - del Propósito que tenemos en la vida y también específicamente en este caso, de las intenciones que tenemos al irnos a dormir.

La ventaja del sueño es que no tiene auto-censura, juicio ni mentira y nos permitimos todo con libertad. En ese nivel estamos simplemente confrontados a nuestras imágenes de memoria, a las traducciones de impulsos del intracuerpo y a los pocos provenientes de los sentidos externos, a las comprensiones que realmente tenemos, a los registros que nos resultan más significativos y a la experiencia interna acumulada... y toda esa realidad interior va desplegándose en las secuencias oníricas con las que vamos soñando y

sus climas correspondientes. Por lo general, la materia prima con la que elaboramos los sueños responde a esas fuentes, a esos estímulos que re-elaboramos. Muchas veces no se trata de impulsos que tengamos presentes, sino que están por ahí, más bien co-presentes y a los que les prestamos poca atención.

Entonces una manera sencilla de ver a las imágenes oníricas, es como indicadores de la propia dirección mental y del mundo interno: dime con qué sueñas y te diré en qué andas.... Y si realmente andas en temas interesantes, eso se traduce con claridad en los sueños. Como también se traduce en todos los demás niveles de conciencia.

Un trabajo sostenido con el Propósito, dejándose caer en él antes de cruzar el umbral de los sueños, me ha parecido igualmente de sumo interés. Pero se trata de un procedimiento mucho más complejo que el del Pedido, porque por cierto requiere como condición previa haberlo configurado con bastante precisión y carga afectiva a fin de poder evocarlo bien y refrescarlo para que opere con toda su potencia, llevando como si fuera un hilo de Ariadna, a la conciencia en sus actos lanzados en búsqueda de aquello que la completa y haciéndola experimentar la tensión de búsqueda que, a la vez, le permite ir descartando todo lo que no tiene pleno acuerdo con ese fuerte Propósito.

Son formas más especializadas pero posibles y muy interesantes de explorar, suertes de sondas a lanzar hacia los niveles de conciencia menos racionales, en los que encontramos la presión de los mismos actos pero con sus muy particulares traducciones plásticas.

Respecto del intercambio con otros, durante estos siete años no solamente se ha dado una copiosa correspondencia con amigos de todas las latitudes, sino que además hemos sostenido encuentros sobre sueños en varios de nuestros Parques de Estudio y Reflexión. Hemos ido allí a soñar, a profundizar, experimentar e intercambiar con otros Maestros, tomando un renovado impulso que ha contribuido a la permanencia en este trabajo. Adjuntamos acá como anexos las notas que resumen el trabajo de uno de los encuentros realizados en el Parque Punta de Vacas y de otro en Parque La Reja.

Por otra parte, hemos salido también al medio con el tema de los Sueños, realizando talleres de corta duración o sostenidos semana a semana durante más de un año. Los hemos ofrecido a personas que nada sabían de lo nuestro, adaptando nuestro lenguaje y simplificando todas las explicaciones para hacernos comprensibles. Este ejercicio nos llevó, por ejemplo, a explicar aquello que llamamos “copresencias” como “lo que adviertes con el rabillo del ojo” sin darte mucho cuenta o a incentivar a la interpretación alegórica preguntando “¿por qué sueñas lo que sueñas?”. Fue justamente en ese esfuerzo por hacernos simples y comprensibles, que se comenzó a aclarar el mecanismo del Pedido como aquel que favorece el soñar con lo que quiero soñar y que termina por orientar los sueños.

Adjuntamos también como anexos, por si fueran de utilidad, los materiales que sirvieron para convocar, los programas de trabajo, encuadres que dimos y carpetas para los partícipes de estos Talleres de Sueños que desarrollamos de cara al medio durante este tiempo.

Con ello nos parece que estamos dejando este ciclo más completo y disponible para cualquiera que pueda tener interés por adentrarse en el mundo onírico.

Parque Punta de Vacas, Febrero 2015

Bibliografía

Artemidoro, "La interpretación de los sueños", Editorial Gredos.

Marc-Alain Descamps, "Sueños Lucidos", Dolmen Ediciones, 1999.

David Coxhead and Susa Hiller, "Dreams", Avon Publishers, October 1975.

Virgilio, "La Eneida", Editorial Iberia, 1968.

Platón, "La República", Ediciones Ercilla, Santiago de Chile, 1941.

Silo, Comentario audiovisual sobre "La Experiencia", 2008.

Silo, "Apuntes de psicología", Virtual Ediciones, Santiago de Chile, 2010.

Luis Ammann, "Autoliberación", Editorial Moebius, Buenos Aires, 2003.

Enai Ra, "Sueños que cambian la vida", edición artesanal, París, 2007.

Lisandro Gracia, "Observaciones sobre el nivel de sueño", producción de Escuela de Parques de Estudio y Reflexion Tortuguitas, 2011.

EXTRACTO DE ANEXO 1 - ALGUNOS DE LOS SUEÑOS 2007-2008

15 de julio 2007

Vigilia en el sueño: me propongo soñar con la difusión televisiva.

Un nuevo spot genera nuevos bríos en quienes están intentando transmisiones.

Acá podría la Laura ver los canales regionales y yo ver la agencia y los mangos con la Julia (pasando en CHV en las mañanas y no en las noches) y también en programas.

Julián podría averiguar con la Alicia del spot de Gerardo y si no lo hace, armar él uno en base al material que ya hay.

Detecto más sueños que en otras noches y los escribo. Algunos están en el “techo” del sueño, en el “piso” del semi-sueño, como post-sueños, pero luego de escribirlos vuelvo a caer al nivel de sueño profundo. Tengo la impresión de que opera durante toda la noche la intención de soñar con un tema específico, formulado desde vigilia. Registro la actividad de “observar” el sueño. Además todos los sueños anotados dicen relación con el propósito formulado.

Es muy impresionante el trabajo de meter la vigilia en el sueño. No sólo registro una suerte de “mirada” que está atenta al soñar, sino que efectivamente algunos de los sueños anotados dicen exacta relación con mi propósito formulado por escrito. Además hago muchos más sueños que lo habitual, o los puedo rescatar mucho más que lo normal. ¿Será que en todas las noches hay tanta actividad onírica, sólo que no la observo y la dejo pasar?

Notable es también la actividad del post-sueño, referida siempre al interés fijado, así como las “ocurrencias” que no surgen desde el nivel vigílico y aparecen aquí.

16 de julio 2007

Vigilia en sueño: quiero soñar con Punta de Vacas.

Sueño con la explanada entre las estelas, que se va ampliando hasta convertirse en un piso blanco desde donde se puede comenzar a focalizar el límite y poner la cabeza de otro modo.

Hay olor a chocolate y a torta por todo el cordón montañoso.

Sueño con Roberto Kohanoff, no recuerdo qué.

Subo a la montaña con Loredana, llegamos a Punta de Vacas. Hay un retiro de Escuela, soy una de las nuevas postulantes.

El introducir vigilia en los sueños me hace atender mucho más a ellos. Nuevamente anoto cuatro sueños y todos referidos al tema fijado. Es como si hubiera dejado un “hilo de Ariadna” dentro del laberinto onírico y pudiese rescatar los temas que me interesan.

30 de Julio 2007

Vigilia en sueño: quiero buscar a Silo

Sueño que voy en auto a Mendoza y viajo, y viajo... estoy ya por la zona de los campos con viñas previos a la llegada a Chacras. Me llaman por teléfono al celular en el auto, es la Eliana, quiere saber cómo va el viaje. Pero en el mismo sueño caigo en cuenta que estoy haciendo una traducción de impulsos del sonido del teléfono, que me despierta.

13 de Agosto 2007

Quiero soñar con Silo

Estoy practicando el Paso 10 y explicándolo mientras lo hago, a distancia de la situación.

Estamos pagando la cuenta en el counter de un hotel en el que hemos estado y aprovecho de practicar el Paso 10. Entonces registro que tengo a alguien parado por detrás. Me doy vuelta y es Silo, que espera también su cuenta.

Hacemos un libro recogiendo testimonios de la relación de algunos con Silo. Yo entrevisto y grabo el testimonio de Liza Goldshmidt, la mamá de Tomy, y luego el de los demás Hirsch. Voy a recoger también el mío, sea que se publique o no.

Silo en el Mirador de Punta de Vacas; todo el cielo se hace blanco; estoy dentro de la Sala y me pregunta porqué quiero entrar a Escuela. Le digo que solamente puedo registrar mi disponibilidad a lo que él proponga.

Silo me pasa un plato hondo de sopa - ¿o es una escudilla? – Somos monjes.

15 de Agosto 2007

Quiero soñar con los demás Parques del Mensaje de Silo

Las ceremonias de entronación de los tres lugares en Punta de Vacas tuvieron un significado y una enseñanza muy profunda, que quiero volver a estudiar y comprender mejor. ¿Se realizarán ceremonias similares al inaugurar otros lugares?

El Camino resuena en todos los idiomas, como anticipando los Parques que van a surgir en todas las regiones de la Tierra.

Vamos con alguna autoridad peruana en un bus muy chiquito, a ver unos terrenos fiscales que se ha comprometido a traspasar si queremos hacer allí el Parque en el Perú.

20 de Agosto 2007

Quiero soñar con aquello que da inspiración; tomar la cola del sueño de la noche anterior y entrar al sueño buscando el impulso inspirador.

Vamos hacia Delfos, está la fuente de la purificación y nos mojamos en ella, hay luego un altar de las ofrendas. Alguien muestra una niñita chica, como si la pudiéramos sacrificar, pero conversamos que nunca se sacrificaban seres humanos sino animales. Pasamos. Pero salimos como a un gran campo, una explanada abierta, al fondo puede estar el Templo.

Alguien se me acerca y me ofrece regalarme las obras completas de Platón.

Siento que está ahí Apolo, sólo que no se quiere mostrar. Lo Profundo tiene esa paradoja, no se lo puede atrapar.

21 de Agosto 2007

Seguir con el tema de la inspiración.

¿Quién era Orfeo? ¿Cómo eran sus Misterios? ¿Cómo hacían los órficos para tener certeza de la trascendencia?

26 de agosto 2007

Vigilia en sueño: la Belleza

Siempre la pienso visual o de espacios, mientras que el sonido – la música – la asocio a

armonía, pero no necesariamente a Belleza. También me resulta Belleza lo escénico, teatral.

De pié, estoy ante el piso infinito, blanco, liso, perfecto.

Está el Negro dando una conferencia en la Sala de La Reja, llena de gente y Dany Z. lo filma. Risas, conmociones, alegría. Es una situación muy bella.

27 de agosto 2007

Seguir con la Belleza

La noche, la luna, su luminosidad clara y fría, la inmensidad de los cielos. La Belleza está en la luminosidad, es luz.

Cada pueblo hace su proceso en la búsqueda de sus valores y la estética refleja sus concepciones. En nuestra cultura siloísta todavía está en pañales el desarrollo de una estética, que se corresponda y traduzca nuestra Doctrina y nuestra ética.

Un lago enorme, extendido, amplio. El agua refleja al cielo, como espejo. A lo lejos una nube esponjosa, voy volando hacia ella.

24 de septiembre 2007

Quiero llevar a Jayesh a mis sueños.

Estoy trabajando en la ONU en un documento sobre lineamientos mínimos para Latino América, discutimos y cambiamos frases entre quienes están haciendo la parte estadística. Sé que en la cafetería toda vidriada me está esperando Jayesh, vestido completamente de blanco.

Estamos en el Taller de Pirque con Jayesh, que está dichoso como un niño amasando la arcilla.

Una luminosidad intensa anima todo lo viviente. En Jayesh aparece como una especie de aureola en torno a su cabeza.

Jayesh duerme, todo vestido de blanco, muy calmo. Me acerco y no quiero despertarlo. Le pongo entre sus manos una flor roja muy linda, para que sepa que lo queremos tanto.

12 de Octubre 2007:

Vigilia en Sueño: quiero volver a soñar con Jayesh.

Una clínica, médicos y enfermeros, muchos nuestros en espera que han venido desde tantos países diferentes.

14 de Octubre 2007:

Vigilia en Sueño: Jayesh.

Hay viento y mucha gente. Es como si fuera una playa, veo al viento llevarse unas telas. Es Chapaty Beach y Jayesh está también ahí.

Hay una reunión con mucha gente, hemos puesto las sillas en círculo, pero Jayesh coloca la suya más atrás, en el rincón. Está contento. Charlamos. La reunión se va desarrollando. De repente me doy vuelta para decirle algo a Jayesh y su silla está vacía.

22 de Octubre 2007:

Vigilia en Sueño: Silo.

Silo nos explica que Jayesh, a diferencia de Salvatore, sabía que iba a morir y preparó sus actos mentales en dirección trascendente. Esa forma de morir es sumamente interesante, y esa forma de disponer la conciencia en vida también.

25 de Octubre 2007:

Vigilia en Sueño: aclararme qué testimonio dar en la película de Jorge H. mañana.

Me paro frente a la cámara, Jorge está detrás de ella, y dejo que todo lo que tengo que decir salga y salga, como si abriera una ventana y el aire pasara por ella.

22 de noviembre 2007

Vigilia en Sueño: la mística

Tenemos, entre varios, que cuidar un fuego sagrado que traemos desde lejos, transportándolo en una vasija de barro. Pasamos por terrenos pantanosos y lo defendemos de agresores. A la otra orilla de un río está ya a salvo y crece desde sus llamas una flor maravillosa, ígnea, resplandeciente, como llama de eternidad.

25 de noviembre 2007

Vigilia en Sueño: lo Sagrado

El Negro, de una gentileza y discreción impresionante, con el trato más extraordinario a los demás que alguien pueda dar, pasa raudo por mis sueños como lo más coherente que conozco.

13 de abril 2008

Vigilia en Sueño: ceremonia protección

Es lo Sagrado aquello que protege, ampara, vela por nuestro destino.

17 de Agosto 2008

Vigilia en Sueño: investigación sueños

La autenticidad, las traducciones de impulsos y la situación vital de quien sueña, son claves para interpretar. No se puede hacer un estudio sobre sueños desde afuera del soñante.

22 de Agosto 2008

Vigilia en Sueño: el espacio inspirador

El espacio quieto, detenido, del pasto enorme de la elipse del Hipódromo, con la luminosidad bañándolo. ¿Qué lo sostiene, lo suspende? ¿Qué es lo que se “muestra” en esa suspensión?

6 de Septiembre 2008

Soñar con Caucaia

La caverna de naturaleza con la fuente apareciendo en la noche, entre la neblina.

5 de octubre 2008

Soñar con el tema de la muerte

Luis Felipe y yo encontramos “señales” de calaveras por todos lados. Estamos en un jardín y los frutos de los árboles forman los “rasgos” que leemos como de calaveras. Estamos jugando y todo es muy lúdico. ¿Morirá él o moriré yo? Reímos, en realidad nos moriremos los dos!

Rosario, sus metástasis y su dolor. Escucho su risa en el sueño.

Sueño que me voy a morir y me doy cuenta. Entonces busco el punto de entrada a Lo

Profundo, yéndome hacia atrás, más atrás, alto, más alto, atrás, más atrás y soltándome ahí, dejándome ir ahí. No hay temor, hay entrega.

15 de octubre 2008

La inspiración

Una música extraordinaria suena majestuosamente en los sueños.

17 de octubre 2008

El jardín sagrado

Ese maravilloso olor que despide todo el jardín ¿de dónde viene? ¿porqué envuelve e incluye todo? Es como la mirada incluyente. Es ambrosía, elixir sagrado.

ANEXO 2

ALGUNOS SUEÑOS QUE FUERON DANDO CUENTA DEL PROCESO EN CADA UNO DE LOS PASOS DISCIPLINARIOS

Paso 1

“Veo aparecer la pared y mi Umbral en el sueño. Estoy soñando que trabajo en mi Rutina.”

“Estoy en una cena en la que me regalan una flor, es la flor del Paso 1, huele a mezcla de azufre y mercurio, del mismo paso en la Alquimia.”

Paso 2

“Amanezco con el registro del paso 2 - de ese ser diminuto que es un poco como morir; el mundo desaparece y todo se esfuma.”

“Soy una imagen microscópica”

Paso 3

“Sueño que soy una neblina dorada y luminosa que se expande y rueda.”

Paso 4

“Sueño que estoy en un espacio, como un escenario, pero apoyo la mano en la pared del fondo y se transforma en otro espacio.”

“Un espacio de toldos y quitasoles se abre y cierra con un sistema mecánico para modificar los espacios.”

“Tengo las llaves de algo en la mano, y el llavero se puede comprimir para ir formando uno a uno los 5 cuerpos geométricos: cilindro, cono, pirámide, cubo y esfera.”

Segunda Cuaterna

“Sueño con el casquete de atrás y estoy en el vacío.”

“He perdido mi yo y no sé cómo encontrarlo. Estoy rodeada de paredes de espejos que se reflejan unas en otras, pero no hay nada al centro salvo el reflejo.”

“Sueño que todo pasa en los bordes, nada al centro. Todo se refuerza hacia fuera, centrípetamente.”

Paso 9

“Tengo una cerámica azul muy especial, chiquita y planita, con la que puedo abrir la cúpula en la que estoy, como si esa cerámica fuera un control remoto. Así puedo salir afuera.”

“Estoy saltando en una cama elástica, que se hunde a mi peso y se levanta formando una convexidad enorme – lo cóncavo y lo convexo – como en el Paso. Soy liviana, casi como en el Paso, y es un gusto saltar en ella.”

Paso 10

“Pongo la cabeza de otro modo y la realidad cambia. Comprendo que todo lo que llamamos realidad es la naturaleza modificada por tantas, tantas intenciones humanas. La realidad externa son las intenciones humanas externalizadas. La realidad es mental. Todo, o casi todo, son cosas de la cabeza. Me despierto sintiendo que he practicado el Paso 10 en el sueño.”

“Sueño con la explanada entre las estelas, que se va ampliando hasta convertirse en un piso blanco desde donde se puede comenzar a focalizar el límite y poner la cabeza de otro modo.”

“Veo un partido de tenis; los jugadores se lanzan la pelota. Pero no los veo desde donde estoy sentada entre la gente, sino desde una mirada envolvente que los incluye.”

Paso 11

““Il Tuffatore” del Museo de Paestum – es un acto mental similar al del Paso 11 – lanzándose y dejándose ir sin yo.”

“Un cancerbero protege la entrada a lo Profundo. Sus tres cabezas son la imaginación, la memoria y la sensación.”

“Sueño con el Parque de La Reja. Estoy en el pasto y me acerco a la Sala. Los muros son como el “yo”, hay que escamotearlos para poder entrar.”

“Dejo el yo ubicado al medio y paso por detrás sin que se de cuenta.”

“Siento dos manos que se posan en mi cabeza, es mi Guía. Poco a poco las va extendiendo hacia atrás de mi cabeza, abriéndolas diagonalmente, como la perspectiva del Paso 11.”

“Registro la caída en lo profundo y estoy durmiendo.”

Paso 12

“El despertar interno y el completamiento de la Disciplina.”

“Todo amanece, yo también, es una aurora muy anhelada”.

ANEXO 3

Encuentro sobre los Sueños - Parque de Estudio y Reflexión Punta de Vacas 1, 2 , 3 y 4 de julio 2011

Participación : 20 Maestros de los Parques Punta de Vacas, La Reja, Manantiales, Caucaia y El Remanso.

Materiales:

Recopilación de los sueños personales

“Experimentación con el nivel de sueño” de Pía Figueroa

“Sueños que cambian la vida” de Enai Ra (Ariane Weinberger)

“Observaciones sobre el nivel de sueño” de Lisandro Gracia

“Apuntes de Psicología” de Silo

“Autoliberación” de Luis Amman

PLAN:

Día 1: Llegada al Parque e instalación.

Cena, armado conjunto del plan de trabajo

Taller: cera y moldes para fundición de bronce

Anotación de sueños

Día 2: Oficio

Intercambios (sala 1: sueños trascendentales y sobre las Disciplinas) (sala2: resolución de conflictos cotidianos a través de los sueños).

Almuerzo

Siesta con anotación de sueños.

Intercambios (sala1: sobre la clasificación de los distintos tipos de sueños)

(sala 2: métodos de rescate de los sueños, trucos para recordarlos)

Conjunto: aprender a dirigir los sueños, acción de la co-presencia en los sueños, fortalecer el Propósito desde el nivel de sueño.

Cena.

Taller: terminar moldes para fundición de bronce

Anotación de sueños

Día 3: Oficio

Intercambios. (sala 1: anotaciones de los sueños, trucos para ir mejorando) (sala 2: cómo soñar más)

Almuerzo.

Siesta con anotación de sueños

Intercambios: (sala 1: la interpretación alegórica de los sueños.) (sala 2: aprender a soñar con otros)

Conjunto: rescatar señales de lo profundo en los sueños.

Cena

Taller: fundición de bronce

Anotación de sueños

Día 4: limpieza y ordenar el ámbito.

Oficio.

Partida.

El plan de los 3 días se armó entre todos, en base a los intereses conjuntos.

1er tema: Intercambio sobre sueños relacionados con temas trascendentales y las Disciplinas:

Notamos que en los sueños relacionados con los pasos de las Disciplinas, surgían pautas para avanzar en el trabajo de la rutina, y también los indicadores del paso que se estaba trabajando. Esto nos hizo ver que la acción de la Disciplina seguía actuando en los distintos niveles de conciencia.

¿Cómo distinguir un sueño relacionado con temas trascendentales de uno cotidiano? Por las cargas de las copresencias y los contenidos de las copresencias. Los sueños cotidianos tienen que ver con el yo, con el paisaje de formación, con la conducta, los climas y las tensiones cotidianas. Los sueños ligados a temas trascendentales no tienen ese sabor al “yo”, están relacionados al Propósito y su tono afectivo, tienen una cenestesia más liviana, suave, sutil.

2º tema: Resolución de conflictos cotidianos a través de los sueños.

Igual que el Pedido, ante los conflictos que experimentamos en la vida cotidiana, en los sueños podemos encontrar su solución, transformación, apertura de futuro y posibilidades no previstas por la razón. Muchas cosas se aclaran en los sueños, especialmente las referidas a conflictos cotidianos. De hecho, existe el dicho popular de “voy a consultarlo con la almohada”, que alude a esas nuevas posibilidades que se advierten al ir a dormir para solucionar alguna dificultad y que no se las consideraba en el nivel de vigilia.

3º tema: Clasificación de sueños

Revisamos lo dicho en las investigaciones de Pía y de Lisandro respecto a la clasificación en distintas categorías para poder ordenar el material anotado y quedarse con una rápida impresión de por qué uno sueña con lo que sueña.

Vimos que cada cual puede organizar su propia forma de clasificación y también sus categorías, pero que resulta interesante ver al menos cuáles son los sueños que aportan inspiración, comprensiones, cuáles los sueños catárticos, los transferenciales, los que traducen impulsos cenestésicos evidentes, los que traducen impulsos desde otros sentidos, etc... y que puede también darse un sueño en el que aparezca más de una sola categoría (por ejemplo, un sueño catártico que también traduce tensiones musculares).

4º tema: Métodos de rescate de sueños, trucos para recordarlos

Existen distintas formas de rescatar los fragmentos de imágenes oníricas, y esto depende del interés del soñante. Lo importante es irse a dormir con la intención de rescatar el sueño y de anotarlo. Se sugiere dormir un poco incómodo en las 2 o 3 primeras horas, para facilitar el rastreo, y luego dormir tranquilo para no tener rebotes en vigilia. La copresencia del propósito con el que nos vamos a acostar nos dará la pauta de lo que vamos a rescatar.

5º tema: Aprender a dirigir los sueños, acción de la co-presencia en los sueños, fortalecer el Propósito desde el nivel de sueño.

Dirigir los sueños es soñar con lo que quiero soñar. Meter vigilia al sueño, fijar un propósito y soñar con eso. Hay que tomar en vigilia las imágenes que tienen carga afectiva, lo que de todas maneras nos llevaremos al sueño. Siempre hay contenidos que presionan, temas en los que uno está y que actúan, si uno se monta en eso, si lo detecta, porque uno se va ir al sueño con eso, entonces resulta mucho más fácil. Dirigir los sueños es a lo grueso, es soñar con el interés fijado, no se trata de una cosa de detalle ni de los contenidos específicos sino de la dirección general del sueño. Con más pericia, uno va descartando las secuencias dentro del sueño, que no tienen que ver con el interés fijado. Si el interés es fortalecer el propio Propósito, uno puede retomarlo antes de ir a dormir y dejarse caer al sueño entregándose a él, sintiendo toda su carga afectiva. Durante el

sueño uno lo busca, lo siente y luego anota las secuencias oníricas que se desarrollaron.

6° tema: Anotaciones de los sueños, trucos para ir mejorando

Vimos que lo fundamental es proponerse anotar los sueños, incluso si no se recuerda nada, anotar que no se los recordó. Siempre anotar, hasta que vayan apareciendo imágenes que consignar. Anotar también los climas. Todo lo que se rescate.

Cuando se mueve el cuerpo, las secuencias se van. Mientras menos nos movamos al anotar, mejor se retienen las imágenes. Por ello conviene siempre instalar el cuaderno abierto y el lápiz de modo accesible. Hay quienes necesitan encender la luz y otros pueden escribir a oscuras. El ideal es llegar a un cierto automatismo en el que no sea necesario despertar para anotar, sino hacerlo desde un semi-sueño profundo. Hay quienes prefieren usar una grabadora y relatar.

7° tema: Cómo soñar más

A veces la siesta permite recordar mejor los sueños; también el dormir en lugares no habituales o en forma diferente, con más calor o más frío, con una luz encendida o sin almohada, etc... Cambiar las condiciones y horarios habituales facilita en general el rescate de las secuencias de imágenes.

8° tema: Interpretación alegórica de los sueños

Hay diferentes grados de interpretación. El grado lo establece el interesado, no hay un grado mejor que otro. Por ejemplo, categorizar los sueños, por climas y temas, nos permite darnos cuenta en qué estamos sin entrar en mayores detalles. Esto requiere tener varios sueños en un periodo dado. Un segundo paso es el del análisis alegórico, que permite entender lo que se está integrando más en detalle. Requiere de un sueño completo (inicio, nudo y desenlace) o de un proceso de varios sueños. Una tercera forma es notar que toda imagen o clima es un impulso al cual la conciencia le da un significado. Para esto hay que descubrir cual es el significado que uno le da a las cosas. El soñante es el que tiene la última palabra respecto al significado de su sueño.

Para una interpretación rigurosa, tomamos las Reglas de Interpretación Alegórica del libro "Autoliberación" de Luis Ammann y vamos aplicándolas del mismo modo que hacemos con los trabajos de Operativa.

9° tema: Aprender a soñar con otros

Muchas veces los demás tienen momentos difíciles y podemos pedir por ellos o por un conjunto de personas cercanas, y luego en el sueño pueden aparecer formas de ayuda concretas. La conexión con los seres queridos que ya han muerto y el vínculo de amor que tenemos con ellos, se expresa sin ningún tipo de auto-censura en el nivel de sueño. Las reconciliaciones que se pueden dar en los sueños, a veces son más fáciles de realizar que en vigilia.

10° tema: aprender a rescatar señales de lo profundo en los sueños.

Uno puede rescatar reminiscencias que vienen de otro lado. Hay sueños significativos, sueños en que uno percibe que hay "algo más". Uno trata de completar ese sueño, buscando ese significado especial que tiene. El acto de completar, debe ser hecho con verdad. Hay situaciones en que con un Pedido, el sueño dice exactamente lo que hay que hacer.

ANEXO 4

Parque de Estudio y Reflexión La Reja

29, 30 de abril y 1° de Mayo 2011

Síntesis del Encuentro sobre los sueños

En este encuentro participaron 28 Maestros.

El interés general surgió a partir del estudio de la investigación de Pía Figueroa relacionada con los sueños.

Materiales

Recopilación de sueños personales.

“Experimentación con el nivel de sueño” de Pía Figueroa

“Sueños que cambian la vida” de Enai Ra (Ariane Winberger)

Obras Completas de Silo

Día 1

Intercambio

- Interés del encuentro y armado del temario en conjunto

Se expresaron diferentes intereses que van desde los procedimientos para dirigir los sueños a la clasificación de los que se recuerdan y anotan, la experimentación con este nivel de conciencia y la interpretación de los argumentos oníricos, los sueños relacionados con los pasos disciplinarios y con la ascesis.

- Procedimientos: Se intercambió sobre cómo entrar en el sueño, cómo dirigirlo, cómo fijar previamente un interés y cómo volver a las mismas secuencias de imágenes que se presentaron la noche anterior, etc.

- Clasificación de sueños: Cada uno armó sus propias categorías tratando de entender por qué sueña con lo que sueña y en qué está.

- Interpretación: entre todos realizamos el ejercicio de aplicar las reglas de interpretación alegórica al relato completo de un sueño, tal como si se tratara de una transferencia, con su reducción simbólica e interpretación alegórica, hasta llegar a la síntesis final.

Oficio

- Organización de la noche y del día siguiente.

Experimento en el nivel de sueño con olores, sonidos y despertadas reiteradas: constatamos la inercia del nivel que tiende a defenderse, los arrastres, los rebotes, los ruidos posteriores. No lo recomendamos en absoluto.

Acordamos que era conveniente dormir “cuando tengo sueño” sin ser interrumpido.

Día 2

Clasificación de sueños

- Ejercicio de clasificación: Trabajamos individualmente durante tres horas en la clasificación de los sueños recopilados por cada participante.
- Intercambiamos sobre el modo que hemos clasificado e interpretado los sueños.
- Intercambio sobre determinados sueños: Los sueños en que detectamos indicadores precisos de cada paso de la disciplina; rescate de sueños que contribuyeron en la comprensión de los pasos; los sueños significativos que generaron comprensiones; sueños inspiradores.
- Lectura de testimonios inspiradores, reflexiones sobre la muerte, sueños sobre el proyecto vital y sobre la proyección hacia el mundo.

Taller

- Fundición de bronce.

Día 3

- Lectura de sueños referidos a Silo, buscando aportar material para el libro de Enai Ra.
- Intercambio de las comprensiones surgidas este fin de semana y la continuación del trabajo emprendido aquí.

Comprensiones y descubrimientos.

- Tomar el sueño como algo tan verdadero que no lo eludo ni lo degrado, sino que le presto atención.
- Poder llevar la ausencia de autocensura que tiene el nivel de sueño al nivel de vigilia y trabajar con ese emplazamiento en los intercambios sobre sueños.
- Estar atentos a las señales que se traducen en los sueños.

Oficio de cierre.

ANEXO 5

TALLER DE SUEÑOS

CONVOCATORIA

INTRODUCCIÓN

En nuestra civilización, en este momento histórico, todo lo que no tenga una fundamentación científica y racional es generalmente rechazado y degradado. Así, también sucede con los sueños, a los que no damos importancia y consideramos como algo irrelevante, casi como si no tuvieran nada que ver con nosotros mismos.

Los pueblos antiguos en cambio, decían que en el sueño puedes ver cosas que no se pueden ver despierto.

Sabían que en los sueños surgen premoniciones, comprensiones interesantes, verdades a veces muy profundas a los que no se llega con el control racional, que por el contrario necesitan justamente que no exista ningún tipo de auto-censura para poder manifestarse y por ello irrumpen en el nivel de sueño en el que nos encontramos privados de los mecanismos de reversibilidad.

Los adivinos, los oráculos, las pitonisas tenían sueños inspirados, inducidos artificialmente, muchas veces mediante gases inhalados o bebidas tóxicas.

La interpretación de los sueños ha sido un tema importante en la historia, ya que “revela” significados profundos que aportan conocimiento del alma humana.

Los sueños han sido estudiados y utilizados porque tienen algo que decir sobre lo humano.

La práctica que consiste en retirarse a un lugar sagrado, primero una gruta, una montaña, un desierto o un bosque, luego un templo, para que se produzcan ahí sueños inspirados o una visión, parece haber sido una práctica universal en la antigüedad.

TALLER DE SUEÑOS

En cada sesión desarrollaremos un taller referido al mundo de los sueños, tomando parte del tiempo para ir pasando revista a los antecedentes históricos de los que disponemos información (cómo era la comprensión del mundo onírico para los antiguos griegos, durante la época del helenismo clásico, en tiempos de los romanos, en otras civilizaciones diferentes de la Occidental, para visionarios como Mahoma y los antiguos profetas, para las sibilas, para quienes buscaban sanación a sus dolencias y enfermedades, etc.. etc... cómo fue luego tomada esa información por Cagliostro y Mesmer para sus experimentaciones, por Freud y Jung para incorporarla a la psicología moderna y qué se sabe actualmente del nivel de sueño. Concluiremos viendo cuál ha sido el aporte de Silo al respecto).

Pero no solamente iremos acercándonos a los antecedentes históricos referidos a los sueños, sino que buscaremos incorporar a nuestras propias vidas la práctica de anotar los sueños, clasificarlos, interpretarlos y tratar de comprenderlos, intercambiando con otras personas y dejando que su verdad nos sorprenda y su plástica nos inspire.

Semana a semana buscaremos avanzar en ese espacio de la mente que no es racional, pero que sin embargo nos acerca a verdades profundas, a seres extraordinarios, a realidades formidables a las que todos tenemos acceso cotidianamente.

Completaremos este ciclo de un semestre, esperando haber incursionado en mundos maravillosos que están en nuestro interior y que se presentan, noche a noche, contribuyendo al ordenamiento de la memoria, la integración de los hechos que nos ocurren durante el día, la expresión de emociones muy profundas y de afectos muy verdaderos, así como de formas nuevas de comprensión de la realidad en la que nos encontramos habitualmente.

ANEXO 6

TALLER DE SUEÑOS

APROXIMACIÓN AL MUNDO ONÍRICO

En nuestra civilización, en este momento histórico, todo lo que no tenga una fundamentación científica y racional es generalmente degradado. Así, también sucede con los sueños, a los que no damos importancia y consideramos como algo irrelevante, casi como si no tuvieran nada que ver con nosotros mismos.

Los pueblos antiguos en cambio, decían que en el sueño puedes ver cosas que no se advierten en vigilia.

Sabían que el sueño común deforma la realidad y decían que ese sueño salía del “cuerno de nácar” y no había que seguirlo. Los distinguían de otros sueños que salen del “cuerno de Tor”, el “sueño premonitorio” que revela cosas o donde se comprende algo interesante, se logran conocimientos etc... Estos eran los “sueños verdaderos”.

Los adivinos tenían este último tipo de sueños, los oráculos, las pitonisas, tenían unos sueños inspirados, inducidos artificialmente, muchas veces mediante gases o bebidas tóxicas.

La interpretación de los sueños ha sido un tema importante en la historia, ya que “revela” significados profundos que aportan conocimiento del alma humana.

Los sueños han sido estudiados y utilizados porque tienen algo que decir sobre la materia humana.

La práctica que consiste en retirarse a un lugar sagrado, primero una gruta, una montaña, un desierto o un bosque, luego un templo, para que se produzcan ahí sueños inspirados o una visión, parece haber sido una práctica universal.

ANTECEDENTES HISTÓRICOS

Para los griegos, los sueños provenían de los dioses. Homero nos dice que los sueños son personajes alados y divinos, enviados por el propio Zeus. Como los dioses están muy presentes en sus vidas, también el manejo de los sueños opera por intermedio de la acción divina. Pero algo que motiva extraordinariamente a los griegos y luego también a los romanos, es la posibilidad de sanar a través de una visión obtenida en el sueño. Veamos en detalle cómo se producían estos sueños que mejoraban la salud, curando las enfermedades.

Desde la antigüedad se asegura que en ciertas grutas se pueden incubar sueños de este tipo. Según Pausanias había que sacrificar un carnero y dormir envuelto en su pellejo para que el dios se presentara en sueños.

Más tarde vienen los templos de Asclepio y de Serapis. Virgilio nos describe esta práctica en el templo de Fauno (Eneida, VII).

Durante la época del Helenismo existieron 420 templos de Asclepio que funcionaron hasta

el siglo V de nuestra era. Entre los más antiguos está el de Epidauro; otro muy conocido fue el de Pérgamo.

A ellos se llegaba luego de una verdadera peregrinación realizada a lo largo de caminos polvorientos e inseguros. Pero sólo podía acudir un consultante al templo de Asclepio si su enfermedad había sido declarada incurable por un médico.

Cuando se deseaba obtener una visión, era importante conservar la pureza; para ello era necesario que durante el camino la persona se abstuviera de ingerir alimentos que pudieran interferir con los sueños: el vino y todo tipo de alcohol, la carne, ciertos pescados, las habichuelas, etc.. Al llegar al templo debía practicarse el ayuno y la persona se sumergía en un baño ritual. La castidad debía ser total, tanto durante el trayecto como en la estadía en el lugar sagrado.

Luego de la entrada al recinto, una vía sacra conducía a una fuente donde los enfermos depositaban sus votos que dan fe de las numerosas curaciones logradas. El emplazamiento comprendía todo un conjunto de monumentos admirables: la Tholos de Epidauro o la rotonda de Pausanias, el teatro de 14.000 plazas en Epidauro, para 20.000 personas en Pérgamo, donde se celebraban las ceremonias, los cantos y las danzas. Además había bibliotecas, pórticos, etc., y todo este conjunto estaba situado entre frondosos árboles y en ubicaciones de gran belleza natural. Las serpientes de Asclepio reptaban libremente por todo el lugar. Sólo los agonizantes y las mujeres próximas a dar a luz no podían entrar.

Para poder penetrar en el templo de Asclepio, el peregrino debía haber recibido una invitación del propio dios, ya sea por medio de una aparición en estado de vigilia o a través de un sueño nocturno.

Se efectuaban diferentes ceremonias de preparación: procesiones, oraciones, cantos, danzas, baños aromáticos, incienso, la ingestión de alguna bebida alucinógena.

Algunas de las ceremonias se llevaban a cabo en subterráneos iluminados por antorchas. En Pérgamo se encontró un túnel de 80 metros que conducía a un templo subterráneo de 60 metros de diámetro. Una fuente vertía sus aguas en un cuenco, al igual que en el sótano de la *Tholos* de Epidauro.

Una vez concluidos los sacrificios preliminares, las purificaciones y las abluciones, el petitionante debía dormir a la espera del sueño de invitación.

Obtenido éste, a la noche siguiente se le permitía entrar al santuario de Asclepio a pernoctar. Habitualmente el sueño salvador del dios sólo podía darse dentro del templo; de ahí el término griego *enkoimesis*, que se traduce por incubación, de *incubare*, que significa "dormir en un santuario".

El peregrino no podía penetrar en el templo sino llegada "la hora de la lámpara sagrada", es decir a la caída de la noche. Permanecía primero asombrado frente a la estatua de Asclepio con su bastón alrededor del cual se enrollaba una serpiente. A sus pies yacían un gallo y un perro, y en ocasiones llevaba en la cabeza una corona de laurel y en la mano sostenía una piña de pino.

Habiendo concluido sus oraciones y su adoración, la persona se recostaba en el lugar reservado a los invitados. Se tendía sobre el suelo, en medio de la penumbra y del espeso humo de los inciensos y perfumes de oriente.

En el templo de Asclepio grandes serpientes verdes y amarillas de dos metros de largo se deslizaban lentamente sobre las gradas de mármol entre los pétalos de flores y los cuerpos de los durmientes.

Además, durante el día, un sacrificio ritual había precedido a lo anterior. Por intermedio de los sacerdotes el peregrino ofrecía una cabra o un cordero a los dioses. Se retiraba el pellejo del animal y la persona debía pasar la noche envuelta en este despojo sangriento. El dios aparecía en el sueño, o durante el estado de vigilia por medio de una visión. Tocaba entonces el órgano enfermo del soñador y éste sanaba durante la noche.

Una vez obtenida la sanación, el sobreviviente se consagraba a los dioses por el resto de su vida. Después de haber sanado, el peregrino ofrecía un sacrificio de acción de gracias al dios, reembolsaba los gastos ocasionados y ayudaba a los más necesitados. Se convertía en un ser cuya vida era obra del milagro, y debía dar testimonio del poder del dios por el resto de sus días, única forma de asegurar una curación permanente. Volvía periódicamente al lugar, a efectuar retiros y dedicarse al servicio del templo.

Si el enfermo no sanaba en el curso de la primera noche se le consideraba incurable, o como alguien que no había cumplido con todos los requisitos o que se había equivocado y no había sido realmente invitado por el dios.

Sabemos por Platón, que Asclepio y sus hijos sólo sanaban a aquellas personas que estando en buen estado de salud experimentaban una dificultad pasajera, pero que se negaban a prolongar en forma indefinida la vida a aquellos moribundos que le temían a la muerte (La República, 1. III, 404-408).

Se han encontrado setenta estelas conmemorativas que relatan casos de sanación con la respectiva descripción de la enfermedad y del sueño terapéutico. Las más antiguas son testimonios de curaciones de parálisis, ceguera, mutismo, etc. y de las visiones correspondientes; por ejemplo, un enfermo cubierto de parásitos sueña por la noche que el dios lo desviste y limpia su cuerpo, y se levanta al día siguiente sin parásitos. La inscripción de una estela votiva nos relata cómo Alcetas recuperó la vista: "Tuvo una visión en sueños; sintió que el dios se aproximaba y le abrió los ojos con sus dedos y en ese momento pudo ver los árboles del santuario. Al día siguiente, había recuperado la vista".

Más tarde esto llegó a ser cada vez más raro y los sueños simplemente indicaban el tratamiento que se debía seguir para aliviar los males del enfermo; pero si se los ponía en práctica, la sanación era inmediata. Por ejemplo, un enfermo que sufre de pleuresía recibe en sueños la orden de mezclar con el vino las cenizas calientes del altar y de aplicar este cataplasma sobre el costado enfermo, lo que produce su sanación.

Aelius Aristide de Esmirna (129 – 190 de nuestra era), nos cuenta que en su época los peregrinos debían registrar todos sus sueños. En su libro "*Discursos Sagrados*", relata en detalle sus frecuentes visitas al templo, los remedios y los consejos que recibió, sus visiones y su curación tras una larga enfermedad. "Hasta uno llegaban las revelaciones y uno podía escucharlas, ya sea en sueño, ya sea estando despierto. Los cabellos se erizaban sobre la nuca; sentía uno correr las lágrimas sobre el rostro y experimentaba felicidad al mismo tiempo; el corazón se henchía. ¿Qué hombre habrá de encontrar palabras para describir tal experiencia? Aquel que ha conocido lo que digo podrá compartir el estado en que se encontraba mi espíritu". Pero el conocimiento de los sueños fue una práctica utilizada por los griegos no sólo para obtener sanaciones, sino también para la videncia, las premoniciones y los oráculos.

Aristóteles expone sus teorías sobre el mundo onírico particularmente en un par de opúsculos, titulados "Acerca de los ensueños" y "Acerca de la adivinación por el sueño".

En la *Ilíada* Aquiles propone consultar a un adivino, a un sacerdote o bien a un intérprete de sueños para averiguar la causa de la actitud del dios Apolo. En esa época existía la creencia de que algunos sueños pueden predecir el futuro, de que el lenguaje para hacerlo no es directo, sino alegórico y existían profesionales avezados en las técnicas interpretativas.

Artemidoro de Efeso que vivió en el segundo siglo de nuestra era, presenta en su libro “La interpretación de los sueños” una tarea de recopilación respecto de la producción anterior consagrada a esta materia. El autor sostiene que ha consultado la totalidad de la bibliografía existente, incluida la más antigua, y al mismo tiempo reivindica su originalidad de pensamiento. Define al sueño como “un movimiento o una invención multiforme del alma que señala los bienes y los males venideros”. Indica que la visión onírica está compuesta por elementos, es decir, por una serie de imágenes apropiadas y naturales. El aspecto que más le preocupa es la clasificación de estas experiencias. Establece una neta separación entre los sueños de valor profético y aquellos privados de un mensaje premonitorio. Los primeros nos comunican lo que acontecerá, los segundos levantan acta de los apetitos que dominan al sujeto momentáneamente; por tanto, no son significativos.

Los premonitorios a su vez se dividen en dos grupos. Los que nos anuncian sucesos de cumplimiento inmediato y cuya representación se corresponde con los hechos, son llamados sueños *directos*. En cambio, cuando media un espacio de tiempo suficiente entre el presagio y el evento, de forma que aquel puede ser dilucidado por medio del razonamiento, entonces nos encontramos ante un sueño *simbólico*. Esta modalidad es la única que le interesa a Artemidoro y, por consiguiente, todo el tratado estará dedicado a su estudio.

También subdivide a los sueños en *provocados* – o de estado ansioso – y en *divinos*, porque “escapan a nuestras previsiones”. Y dice: “la divinidad suscita visiones en consonancia con lo que sucederá en el futuro al alma del sujeto”.

El significado del mensaje anunciador de un hecho futuro es averiguado mediante la aplicación de criterios tales como la continuidad, la inversión, la antítesis, la contigüidad, la semejanza, etc... Aparte de estos recursos existen otros basados en operaciones lingüísticas y gráfico-numéricas entre otras variantes posibles. Resultan particularmente interesantes aquellos mecanismos que son de naturaleza verbal.

Por ejemplo, una persona enferma del estómago vio durante la noche a Asclepio ofrecerle los dedos de su mano derecha instándole a comerlos. Comiendo cinco dátiles logró sanarse (en griego, los dátiles tienen el mismo nombre que los dedos). Asimismo, Frontón, que sufría de gota, soñó en el templo que se paseaba por los suburbios (*propolis*), nombre que recibe también la cera de abeja obtenida a la entrada del panal, sustancia que lo curó de sus males.

Artemidoro presenta la interpretación de 3.000 sueños y explicita que es necesario considerar la condición sexual del destinatario, la condición social, el estado de salud, el grado de parentesco, la edad, la profesión, las circunstancias personales, las disposiciones psíquicas, etc.. En consecuencia, interpretar un sueño equivalía a resolver una ecuación con tres incógnitas, representadas por el asunto de la visión onírica, la persona a quien va destinado el mensaje y el desenlace auspiciado. Dado el número de variables, las combinaciones posibles eran infinitas, por tal razón resultaba indispensable consultar a un especialista, capaz de desentrañar en esta complicada trama la clave del enigma. Sus libros apuntan a satisfacer esa necesidad, constituyendo suertes de

manuales en los que también se ilustra el camino que debe seguir el aprendiz hasta llegar a maestro.

Artemidoro también expone sobre cómo lograr el dominio de los propios sueños: “Recuerda que quienes llevan una vida honesta y encaminada hacia el bien, no tienen ensueños ni ningún otro tipo de representación irracional, sino exclusivamente visiones oníricas y, en su mayoría, de las llamadas directas. De hecho, sus mentes no están enturbiadas por miedos o esperanzas y, sin duda, dominan los placeres corporales”. (IV, prefacio, 363). No habrá paralelo alguno entre los sueños de personas virtuosas y los sueños del común de la gente. Los sueños de estos últimos estarán llenos de representaciones irracionales, de las ocupaciones cotidianas de la víspera, de sus temores y esperanzas. Es en vano pues que habrá que intentar interpretarlos. En sus últimos libros, que dedica a su hijo, Artemidoro lo disuade de emprender tan inútil tarea. Muchos errores de interpretación según él, provienen del hecho de confundir una visión enviada por los dioses con una visión solicitada a éstos. Concretamente, algunas personas utilizan procedimientos mágicos para interpretar a los dioses y buscan apremiarlos mediante el incienso o pronunciando sus nombres secretos; otros incluso formulan sus preguntas en forma demasiado precisa y conminatoria. En estos casos, no habrán de obtener más que simples sueños y serán tan insignificantes como aquellos que son producto de las preocupaciones cotidianas. Asimismo, habrá que evitar comer en exceso “ya que los alimentos tomados sin moderación no permiten vislumbrar la verdad, ni siquiera mediante aquellas visiones que se producen al alba”. Habrá que dirigirse a los dioses con respeto y discreción.

Sin embargo, Artemidoro precisa que al utilizar la expresión “visión enviada por los dioses” hace alusión a una visión inesperada y da la siguiente indicación para obtener esas visiones: “Habrá pues que rogar a la divinidad por todas aquellas cosas que nos preocupan, pero en cuanto a la forma de formular por anticipado la respuesta, habrá que dejar, al propio dios, o a *la propia alma*, entera libertad” (IV.3).

OTROS ANTECEDENTES MÁS RECIENTES

Cagliostro, utilizaba un fuentón y una vela.

Cuando lograba meter a alguien en el sueño artificial (época de Mesmer), le indicaba al otro que fuera a Palermo y fuera a ver a su novia y le diera información. Esos experimentos hacía con sus colaboradores.

Los sueños juegan un papel muy importante en la aparición de estos fenómenos y han tenido mucho que decir en la historia.

Históricamente se conoció la inducción hipnótica. Está llegó a ser una técnica de inspiración para entrar en trance. Una persona se ponía a dormir y el otro le apretaba el pecho suavemente – inhalar y exhalar – se trabaja guiando al sujeto, contactando táctilmente entre maestro y discípulo, pero el sujeto no dirigía el sueño, sino que era inducido por el guía.

Por ejemplo: Ahora está viendo un dragón, etc... era una inducción hipnótica y se le iban induciendo imágenes desde afuera. Eso es posible. Allí se metían los olores, se le sugería que iba caminando por un jardín, y se olía fragancia de rosas, etc... Incluso en el sueño profundo podían infiltrarse esas imágenes.

SIGLO XIX Y XX

Freud y Jung se basan en los escritos de Artemidoro de Efeso y en su clasificación de 3.000 sueños, modificando según su comprensión del psiquismo humano las interpretaciones.

Para Freud, es fundamentalmente la Líbido. Para Jung, operan los arquetipos y el inconsciente colectivo. Ambos cambian radicalmente el modo de aproximación a los sueños que se venía dando hasta entonces en Occidente y los convierten en material indispensable de sus terapias, sentando las bases de una concepción del psiquismo humano en la que lo onírico volverá a ser valorado.

SIGLO XX Y XXI

Si bien la psicología oficial ha incorporado plenamente en su concepción actual del ser humano el nivel de sueño, todavía no se hace cargo de las definiciones aportadas por Silo respecto de las traducciones de impulsos, la función de la imagen y el espacio de representación, que resultan revolucionarias para la comprensión del psiquismo. Para quienes deseen profundizar en sus planteos, recomendamos la lectura de su libro "Apuntes de psicología", así como del resto de sus obras disponibles en www.silo.net

En este siglo XXI se encuentra en pleno desarrollo una corriente de psicología humanista inspirada en los aportes de Silo y son varios los autores que ya comienzan a asumir una nueva concepción psicológica que pone a foco, entre sus diversos intereses, también el nivel de sueño.

ANEXO 7

TALLER DEL SUEÑO EN DOS SESIONES

Se trata de un Taller que devela la importancia de explorar lo que soñamos cuando dormimos, ya que nos encontramos en situación de relajación y sin la autocensura con la que habitualmente nos relacionamos con nosotros mismos.

Durante el sueño realizamos un sin número de operaciones, ordenamos datos, reconciliamos situaciones, encontramos solución a los problemas que enfrentamos en la vida cotidiana, reorganizamos nuestros recuerdos, detectamos dolencias y enfermedades, exploramos nuevos horizontes, pero fundamentalmente en los sueños tomamos contacto con nuestras verdades más profundas.

El Taller nos enseña a recordar lo que soñamos, clasificar esa información, seleccionar la más relevante e interpretarla de acuerdo a leyes de interpretación alegórica.

Se realiza en dos sesiones de dos horas de duración cada una, con una semana de intervalo entre una y otra.

Partícipes: 10 mínimo – 30 máximo

Requerimientos: sala de uso exclusivo con una silla para cada partícipe; equipo de audio con micrófono; una carpeta impresa para cada partícipe y hojas para anotar.

Para la primera sesión: Data show para la proyección de un Power Point sobre imágenes oníricas y equipo de audio para acompañamiento musical; pizarra blanca con plumones de 3 colores diferentes.

Para la segunda sesión: pizarra blanca con plumones.

DESARROLLO DE LA PRIMERA SESIÓN

Presentación breve y explicación del objetivo y el plan de trabajo del taller – 10 minutos

Porqué soñamos y cuál es la función de las imágenes oníricas – 10 minutos

Power point con imágenes oníricas y música – 10 minutos

Cada partícipe anota en su carpeta los sueños más importantes que recuerda haber tenido en su vida – 15 minutos

Intercambio sobre el mundo de los sueños en pequeños grupos – 15 minutos

Tipos de sueños y de qué forma los podemos clasificar – 30 minutos

Explicación del manual de interpretación de sueños que va anexo en la carpeta de los partícipes – 10 minutos

Cómo podemos recordar nuestros sueños – 10 minutos

Recomendaciones para la semana – 5 minutos

Cierre de la primera sesión – 5 minutos

DESARROLLO DE LA SEGUNDA SESIÓN

Comentarios de los partícipes acerca de la experiencia de anotación de los sueños durante la semana – 15 minutos

Clasificación individual de los propios sueños e interpretación siguiendo las pautas anexas en la carpeta de los partícipes – 20 minutos
Síntesis individual respondiendo a la pregunta porqué soñé con lo que soñé – 5 minutos
Intercambio en pequeños grupos – 20 minutos
Preguntas y respuestas – 20 minutos
Cómo dar continuidad al descubrimiento del mundo de los sueños – 10 minutos
Cierre del taller – 10 minutos

ANEXO 8

TALLER DEL SUEÑO EN TRES O MÁS SESIONES

Se trata de un Taller que devela la importancia de explorar lo que soñamos cuando dormimos, ya que nos encontramos en situación de relajación y sin la autocensura con la que habitualmente nos relacionamos con nosotros mismos.

Durante el sueño realizamos un sin número de operaciones, ordenamos datos, reconciliamos situaciones, encontramos solución a los problemas que enfrentamos en la vida cotidiana, reorganizamos nuestros recuerdos, detectamos dolencias y enfermedades, exploramos nuevos horizontes, pero fundamentalmente en los sueños tomamos contacto con nuestras verdades más profundas.

El Taller nos enseña recordar lo que soñamos, clasificar esa información, seleccionar la más relevante e interpretarla de acuerdo a leyes de interpretación alegórica.

Se realiza en tres sesiones de dos horas y media de duración cada una, con una semana de intervalo entre una y otra.

Participes: 5 mínimo – 30 máximo

Requerimientos: una sala donde todos los participes estén cómodos; una carpeta impresa para cada partícipe; una pizarra blanca con plumones de colores; cada partícipe necesitará su propio cuaderno para la anotación de sueños entre una semana y otra; café y galletas.

DESARROLLO DE LA PRIMERA SESIÓN

- Presentación breve, explicación del objetivo y el plan de trabajo del taller.
- Porqué soñamos y cuál es la función de las imágenes oníricas.
- Cada partícipe anota en su carpeta los sueños más importantes que recuerda haber tenido en su vida
- Intercambio sobre el mundo de los sueños en pequeños grupos
- Tipos de sueños y cómo los podemos clasificar
- Explicación del manual de interpretación de sueños que va anexo en la carpeta de los participes, con preguntas y respuestas
- Cómo podemos recordar mejor nuestros sueños
- Recomendaciones para la semana

DESARROLLO DE LA SEGUNDA SESIÓN

- Comentarios de los participes acerca de la experiencia de anotación de los sueños durante la semana
- Clasificación individual de los propios sueños e interpretación
- Síntesis individual respondiendo a la pregunta porqué soñé lo que soñé
- Intercambio en pequeños grupos
- Preguntas y respuestas
- Cómo dar continuidad al descubrimiento del mundo de los sueños

DESARROLLO DE LA TERCERA SESIÓN

- Comentarios de los partícipes acerca de la experiencia de anotación de los sueños durante la semana
- Cada partícipe elige un solo sueño, que le resulte significativo.
- Interpretación en profundidad del sueño elegido, siguiendo las reglas de interpretación alegórica
- Si fuera necesario, ampliaciones de las explicaciones dadas para poder entender los sueños (función de la memoria, función de los sentidos internos, traducciones de impulsos a imágenes oníricas, función de las imágenes para la descarga de tensiones, los sueños transferenciales, los sueños inspiradores, etc..)
- Intercambio entre los partícipes de la interpretación en profundidad que se ha realizado.
- Recomendaciones para que cada uno pueda seguir interpretando sus sueños por su propia cuenta.

Si hubiera interés, se puede hacer una cuarta sesión sobre la historia humana en relación a la interpretación de sueños: Artemidoro de Efeso en el mundo antiguo, su importancia en la Psicología tradicional, Freud, Jung, psicólogos posteriores, el sueño lúcido, “Apuntes de Psicología” de Silo y “Autoliberación” de Luis Ammann, etc..

Además se puede hacer otra sesión dibujando o trabajando con la técnica de collage para ilustrar algunas de las imágenes aparecidas en sueños, intercambiando sobre lo onírico en la pintura, en la literatura, en las artes, incluso como soluciones que han emergido desde el nivel de sueño resolviendo problemas en las ciencias.

ANEXO 9

TALLER DEL SUEÑO

**CARPETA DE ANOTACIONES PERSONALES DE CADA
PARTÍCIPE**

PRIMERA SESIÓN

ANOTACIÓN DE LOS SUEÑOS QUE RECUERDO HABER TENIDO EN DISTINTOS MOMENTOS DE MI VIDA

¿Recuerdo algunos sueños que tuve en mi **infancia**? Los anoto tal como los recuerdo

¿Cuáles son los sueños de **juventud** que recuerdo mejor?

Anoto los sueños **más significativos**, tal como los recuerdo, que he tenido en los últimos años

Anoto **cualquier** sueño que recuerde haber soñado últimamente

MANUAL DE INTERPRETACIÓN DE SUEÑOS

Al interpretar los sueños, resulta más fácil tomar un conjunto de ellos y tratar de entender qué señal nos están dando globalmente. También podremos interpretar uno a uno los diferentes sueños que tenemos, pero esto requerirá de una pericia interpretativa que necesita de mayor aprendizaje.

A fin de comenzar a descifrar lo que soñamos, **empezaremos por separar el clima de las imágenes oníricas.**

Sea que interpretemos un conjunto de sueños que hemos tenido o uno solo de ellos, lo primero a hacer será determinar el clima emotivo de trasfondo que experimentamos. Este tono emotivo será nuestro hilo conductor.

Me pregunto: ¿cómo experimenté lo que soñaba? ¿cuál o cuáles eran las emociones preponderantes? Defino el clima emotivo y le pongo un nombre a ese estado de ánimo.

Ese clima será la clave interpretativa: ¿por qué siento esos sentimientos? ¿qué estoy compensando, buscando lograr, intentando conseguir? ¿a qué le temo, qué dificultades me está señalando el clima? ¿qué aspiro conseguir, a qué me estoy dedicando de cuerpo y alma? ¿porqué esta confusión, este deseo, esta traición, esta tristeza? Etc... etc... y trato de interpretar el motivo por el cual aparece ese clima emotivo en mis sueños.

Al hacerlo, habré avanzado un buen trecho. Ya sé reconocer el trasfondo climático que opera en mí y, además, he tratado de comprenderlo. He interpretado aquello que me “dice” el clima emotivo que opera como trasfondo del sueño.

Luego observo si este clima se repite, si aparece habitualmente en mis sueños, si también se filtra en la vida cotidiana. Intento comprender el por qué de ese estado de ánimo.

Una vez definido el clima, revisamos si tiene o no correspondencia con los argumentos y los temas soñados. En caso de que no se correspondan, seguiremos al clima.

En toda escena configurada, distinguimos entre temas (imágenes) y argumentos. Los temas señalan el juego de las tensiones y de las relajaciones al abrirse paso entre dificultades.

Los argumentos en cambio, muestran el clima en que se desarrolla la escena.

Temas y argumentos suelen coincidir. En tales casos, bastará comprender qué función cumplen los temas en una escena dada, para entender qué solución está proponiendo el argumento.

Sin embargo, las imágenes pueden no coincidir con el clima; por ejemplo, un sujeto sueña que avanza hacia él un tren en loca carrera. El sujeto no experimenta angustia, sino alegría festiva.

Existen otros casos en los que el clima permanece inamovible aunque varíen las representaciones, sin que el sujeto pueda comprender los motivos de tal clima. Es como

si el clima en cuestión no estuviese ligado a imágenes.

Una vez definido el clima y comprendido ese trasfondo, **puedo pasar a interpretar los argumentos y temas** que se me presentan en las imágenes oníricas.

Veamos los principales tipos de argumentos:

Argumentos Catárticos: son aquellos en que el sujeto experimenta alivio de tensiones. Casi siempre están relacionados con la risa, el llanto, la confrontación agresiva y el acto amoroso. Si en el desarrollo de un argumento catártico no se cumple con la descarga de tensiones, la frustración emergente delata una tensión que permanece sin resolverse y que está asociada con algunos temas del argumento. Si los temas se repiten en otros argumentos (por ejemplo la misma casa o la misma persona, pero en otros argumentos), la tensión permanente está claramente asociada.

Argumentos Transferenciales: son aquellos en los que el sujeto experimenta una transformación, un cambio de enfoque, de sentido o de clima. Si el mismo argumento (por ejemplo el buscar algo o el huir de algo) se repite siempre sin cumplirse, está claro que el clima de fondo no se ha transformado. Sin embargo en muchas secuencias oníricas logramos modificar la dificultad que experimentamos, concluyendo con un alivio significativo, con una transferencia de cargas.

Argumentos Ocasionales: son aquellos que delatan tensiones o climas de situación. Su materia prima es variable o reciente. Estos argumentos sirven al ordenamiento de los datos de memoria.

Argumentos Inspiradores: son aquellos que nos aportan soluciones nuevas para aquello que buscamos, que nos inducen a resoluciones que no habíamos pensado, que aportan imágenes inspiradoras para nuestra vida.

Si, habiendo ya definido el clima, puedo determinar qué resuelve (y qué no resuelve) el sueño – o los sueños – que tuve, comprenderé si se trata de un ordenamiento situacional o si lo que he soñado responde a la descarga de tensiones acumuladas, a la transferencia de estas cargas hacia otras imágenes más posibilitarias o a una fuente de inspiración para el futuro.

Finalmente, luego de haber comprendido porqué o para qué tuve el sueño que soñé, puedo pasar a **interpretar las imágenes mismas**, detectando en ellas las funciones con que cumplen esas imágenes:

1. **Defensores:** cuidan o defienden algo, de manera que impiden el acceso o libre paso a través de ellos. Entre los defensores aparecen aquellos con función definida y otros más encubiertos como son los lazos, los engaños y las seducciones, que desvían de los objetivos propuestos.
2. **Protectores:** ayudan a acceder o transitar hacia determinados objetivos, tal es el caso de los guías o de ciertos objetos mágicos y técnicos.
3. **Intermediarios:** suelen estar representados por seres a los que es necesario acudir para obtener beneficios (por ejemplo personajes a los que se debe pagar o convencer para lograr ser transportados a un lugar, o para que otorguen algún atributo). También hay situaciones intermediarias por las que es necesario pasar para lograr un beneficio (por ejemplo estados de sufrimiento o de “prueba”).
4. **Centro de poder:** objetos o lugares que poseen una virtud transformadora (por

ejemplo el agua o el fuego de la inmortalidad; la isla de la felicidad; etc...). Al final de toda búsqueda está el centro de poder, una imagen que representa idealmente el deseo de relajación plena y duradera. A veces se conoce el centro de poder aunque no pueda darse con él (rodeado de laberintos o con defensores que impiden el acceso). También sucede en ocasiones que el sujeto se ve en continua búsqueda hacia un centro de poder desconocido. En este caso hay un clima muy difuso, que no logra concentrarse para lograr su transferencia. También las imágenes idealizadas del compañero o compañera sexual cumplen con la función transformadora del centro de poder.

5. Conectivas: son elementos que unen o conectan facilitando (como por ejemplo puentes, vehículos, caminos, escaleras, comunicaciones sígnicas como el gesto, el lenguaje, etc..) o impidiendo (los puentes rotos, los vehículos atascados o fuera de control, caminos anegados, escaleras peligrosas, lenguajes extraños que crean confusión, etc..).
6. Atributos: son elementos que tienen valor transferido de otros, por ejemplo, un objeto cobra importancia por ser el regalo de un amigo; un ropaje por pertenecer a una determinada persona, etc..
7. Momentos de proceso: tales como los casos de las edades (anciano, adolescente, niño); transformismos (una persona se transforma en otra o en un objeto); inversiones (por ejemplo, una calabaza se transforma en un carruaje).
8. Texturas, olores, sonidos, colores: siempre nos indican el sentido que ha producido la señal que en el sueño ha sido traducida o deformada. Son importantes porque continuamente en el sueño se están reorganizando impulsos del intracuerpo que producen distintas sensaciones sirviendo de base o de materia prima para la elaboración de las imágenes oníricas.

En resumen:

- Comienzo por definir el clima emotivo.
- Trato de comprender porqué aparece ese clima en mis sueños.
- Sigo analizando los argumentos y comprendiendo si soñé algo situacional, algo que me permitió descargar y aliviar tensiones, si se trató de un argumento transformador o de un sueño inspirador.
- Finalmente interpreto la función de las imágenes oníricas que se me presentaron.

CÓMO PODEMOS RECORDAR NUESTROS SUEÑOS

A fin de rescatar nuestros sueños, dejaremos en la mesa de velador un cuaderno abierto y un lápiz con el que anotaremos cualquier imagen onírica que recordemos.

La escritura de los sueños será hecha desde la cama, ojalá manteniendo casi las mismas posiciones corporales, a fin de no perder el frágil recuerdo de las imágenes y los climas. No importa si al correr de la mano las mismas letras resultan algo indescifrables; podremos una vez que estemos bien despiertos, transcribir nuestras anotaciones de mejor modo. Lo importante es que esas líneas nos permitan más tarde rescatar lo soñado.

Es interesante considerar que cualquier cambio de hábitos al dormir, ayuda considerablemente a recordar mejor los sueños: dormir en una cama diferente de la propia, con temperaturas ambiente poco habituales, dormir siesta, dormir sin almohada o con más de una, dejar abierta la ventana, etc.. etc... Al introducir estos pequeños cambios, resulta más fácil recordar lo soñado.

SEGUNDA SESIÓN

CLASIFICACIÓN DE LOS SUEÑOS ANOTADOS DURANTE LA SEMANA

Definir los climas emotivos básicos de los distintos sueños:

¿Con qué tipo de sueños están relacionados esos climas, o estados de ánimo?

A sueños con un argumento ocasional: -----

A sueños con un argumento catártico, o que sirve a la descarga de las tensiones que experimento: -----

A sueños con un argumento transferencial, que modifican o resuelven el clima inicial:-----

A sueños con un argumento inspirador:-----

c) Interpretar porqué soñé esta semana con lo que soñé: -----

PAUTA PARA LA INTERPRETACIÓN COMPLETA DE UN SOLO SUEÑO

- a) Transcribir el sueño completo
- b) Definir por escrito cuál es su clima fundamental
- c) Determinar los argumentos y comprender de qué tipo son (ocasionales, catárticos, transferenciales, inspiradores).
- d) Realizar una primera interpretación respondiendo a la pregunta ¿por qué soñé lo que soñé?
- e) Luego avanzar tratando de comprender cada uno de los temas, analizando por escrito las imágenes mismas que aparecieron: defensores, protectores, intermediarios, centro de poder, conectivas, atributos, momentos de proceso, texturas, colores, sonidos, olores.
- f) Con todos estos elementos a la vista, realizar una interpretación más profunda, dando significado a lo soñado e intentando develar lo que el sueño me está indicando.
- g) Finalmente, elaborar una síntesis de comprensiones que dé respuesta a la pregunta ¿qué significa para mí este sueño?

RESUMEN

En octubre del 2008 este trabajo fue presentado ante la Escuela, siendo revisado y completado en febrero del 2015.

Surge de la necesidad de ordenar la experiencia de incursionar en el nivel de sueño, para aprender a soñar con lo que se quiere soñar.

Recoge la propuesta de dirigir los sueños planteada en los materiales de Escuela, que encuadran la investigación práctica. En dichos apuntes se mencionan también casos que constituyen antecedentes históricos de incursiones en el nivel de sueño, que se amplían acá con otros autores y fundamentalmente gracias a la recopilación realizada en el Siglo II por Artemidoro de Efeso.

Se describen las circunstancias en que surge el interés por el mundo onírico, los procedimientos para introducirse intencionalmente en él sorteando los rebotes posteriores de sueño en vigilia. Se explica cómo definir la intención con la que se va al sueño, rescatando copresencias que se fijan en el campo de presencia y que tienen fuerte carga afectiva; cómo este propósito se puede recordar durante el transcurso de la noche y la forma de anotar los sueños sin llegar a despertar.

La experimentación ha permitido detectar a una “mirada” que observa las secuencias oníricas y aporta una calidad distinta a los sueños, con respecto a los habituales que son más pesados y vegetativos. Esa mirada es la que va buscando las imágenes coincidentes con el interés fijado, mientras que la carga afectiva es la que dispone a la conciencia a soñar en la dirección formulada. Así se van observando las secuencias oníricas que hacen pie en las traducciones de distintos impulsos, en las sensaciones y los recuerdos, sirviendo al propósito determinado.

El tratar de manejar los sueños ha resultado un trabajo que no es compositivo, sino de orientación, de dirección mental, de apuntar con fuerza hacia lo que se quiere, lo que se necesita, soñando con los contenidos que la conciencia vaya encontrando entre lo que tiene a disposición.

También se rescatan observaciones adicionales, que aunque no constituyen el foco central de la experimentación, resultaron de interés. Por ejemplo, que todos los datos de memoria están presentes en todos los niveles de conciencia; que se puede acceder desde el sueño a los registros grabados desde otros niveles; que es posible establecer nuevas relaciones entre los datos ya guardados en memoria, aprender en los sueños, integrar, resolver; que la construcción interna va tomando forma en todos los niveles de conciencia; que por las características del nivel de sueño, se puede apreciar con facilidad la ubicación de las imágenes en las coordenadas del espacio de representación. Se ha constatado que la carga afectiva da dirección a los procesos mentales independientemente del nivel de conciencia; que las copresencias tienen poderosas cargas afectivas y orientan a la conciencia en esa dirección; que un propósito requiere de esa carga afectiva para poder operar.

Luego de siete años, con mayor pericia y gracias a un copioso intercambio con muchos otros, se agrega un Epílogo que describe procedimientos depurados y simplificados,

basados en lo que conocemos como la práctica de el Pedido.

Allí están todos los elementos indispensables que fueran detectados en esta investigación para poder dirigir los sueños pero además, el acto de Pedir compromete a la conciencia y surge genuinamente de una necesidad muy sentida, mientras que la experimentación exige de una suerte de neutralidad, de un desapego mayor.

Los Anexos ahora son nueve. Recogen en el primero la materia prima de la investigación inicial. El Anexo 2 da cuenta de sueños en los que dejan sus trazas cada uno de los Pasos disciplinarios. Los Anexos 3 y 4 resumen el trabajo de encuentros realizados en el Parque Punta de Vacas y Parque La Reja respectivamente. Los últimos cinco anexos contienen, por si fueran de utilidad, materiales que sirvieron para realizar los Talleres de Sueños como convocatorias, programas de trabajo, encuadres y carpetas para los partícipes que llegaron desde el medio durante estos años, encontrando en la investigación de lo onírico también una puerta hacia el Siloísmo.

Con ello nos parece que estamos dejando este ciclo más completo y disponible para cualquiera que pueda tener interés por adentrarse en este mundo.

SÍNTESIS

Este trabajo – encuadrado en los materiales de Escuela y apoyado en algunos antecedentes históricos – toma la experiencia de incursionar en el nivel de sueño para aprender a dirigirlos, describiendo y simplificando procedimientos que lo hacen posible y anotando algunas de las comprensiones que fueron apareciendo.

Es una experimentación que corresponde a dos momentos de proceso diferentes: el de la Tercera Cuaterna y primeros meses de Ascesis, en que se aprovecha de crear un nuevo hábito al dormir dirigiendo los sueños hacia un interés fijado, y luego de siete años en que se depura el modo de proceder gracias al intercambio con otros y a tener que simplificar las cosas en los Talleres de Sueños ofrecidos a gente nueva, recurriendo a la práctica del Pedido que es capaz de dar orientación a las secuencias oníricas.