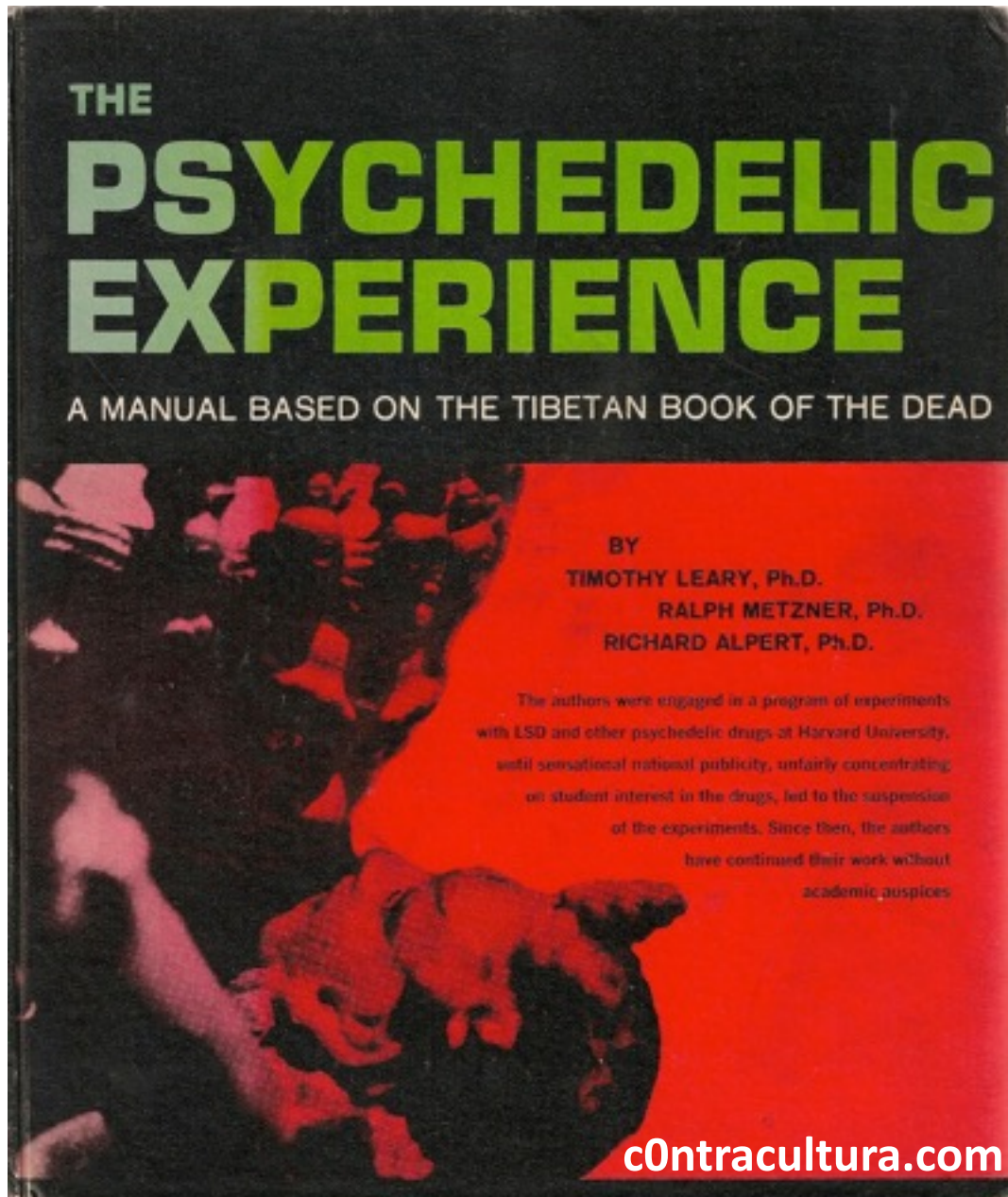


La Experiencia Psicodélica

Segunda Edición



Ensayos de T. Leary, R. Metzner, y R. Alpert, sobre el “Libro Tibetano de Los Muertos”

ÍNDICE:

LIBRO SEGUNDO

Nota editorial	3
----------------	---

Comentarios técnicos sobre las sesiones psicodélicas

Planificación de una sesión	4
Productos	4
Preparación	5
Ambiente	6
El guía psicodélico	7
Composición del grupo	8

Ensayos sobre el Libro Tibetano de los Muertos

El Primer Bardo	9
El Segundo Bardo	15
Visiones pacíficas	18
Visiones coléricas	29
El Tercer Bardo	31
Conclusión general	42

Apéndices

I. Viajando a través del ácido (Dr. Carlos Frigola)	44
II. La revolución psicodélica (Dr. Timothy Leary)	52
III. El uso del LSD (Dr. David Cooper)	53

Nota editorial:

Como se dice en el Libro Primero de esta obra, optamos por dividir la edición original en dos libros de bolsillo, respetando todo el texto original. Sin embargo, el paréntesis de casi dos años, transcurrido desde la edición del citado Libro Primero, hasta la aparición del texto que está en vuestras manos, ha hecho que nos replanteásemos una y mil veces los apéndices que deberían acompañarlo. Al final, hemos optado por añadir, al texto íntegro de T. Leary, R. Metzner y R. Alpert, tres breves artículos —uno de ellos del propio Leary—, casi ensayos, que en cierto modo lo complementan.

Estamos seguros de que el lector ávido de más información sobre los alucinógenos y sus extraordinarias posibilidades de ampliación de límites del pensamiento y por ende, sobre las posibilidades de revolución psiquedélica, sabrá de los demás libros que desarrollan este mismo tema desde diversos puntos de vista. Permítansenos recordar, entre ellos, dos libros también publicados por esta editorial, "Neurologística", también del Dr. Leary, que incluye un reportaje y entrevista con el Dr. Hoffmann, el conocido descubridor del LSD, y también "El libro del Ácido", en el que se presentan los trabajos más destacados sobre el ácido en sus aspectos histórico, místico, psíquico, físico, político, médico y artístico, entre otros.

Como decíamos, hemos considerado más interesante pues, incluir estos apéndices más amplios, sustituyendo el artículo de Alexandra David-Noel sobre el "ciclo literario del Bardo Thodrol", por considerarlos mucho más afines con el texto original y respetando además mucho mejor la obra de ADN, más centrada en el conocimiento de la tradición tibetana que en el campo de la renovación de capas de la realidad de las sustancias psiquedélicas. Dado que en el citado Libro Primero aparecen todos los prólogos y notas globales, hemos optado por no añadir más preámbulos en el presente texto (aunque no por falta de los mismos. Algunos de ellos, excelentes, empiezan el grueso de otro probable Tercer Libro).

Así pues, en los apéndices publicamos el interesante trabajo que el Dr. Caries Frigola elaboró hace tiempo con el título "viajando a través del ácido", y que reprodujo la revista "Ozono", así como un texto de Leary publicado por "Los Ángeles Free Press" del 13-1-67 y el resumen de una charla que sobre este tema diera el conocido psicólogo humanista David Cooper.

Digamos finalmente que en el lapso de tiempo entre la aparición del Primer y Segundo libros, ha surgido un dato de apreciable valor en el tema: la acuñación castellana de la palabra *psiquedélica*, *psiquedélico*, (de psique, mente, y délos, desvelar) como corrección a la apresurada traducción que tradicionalmente se utilizaba de sicolodelia, psicodélico, etc., y que, parece con ello tener mayor sentido. Por ello, en la portada y algunos titulares se ha corregido el nombre; manteniendo la denominación antigua en el texto por estrictas razones técnicas: estaba ya compuesto cuando tuvimos noticias del nombre correcto.

Terminemos con una conocida frase de un maestro yogui de los Himalayas que, aplicable a cualquiera de las actividades humanas, cobra, en esta ocasión, especial significado: *"Un gramo de práctica vale más que mil toneladas de teoría"*. (Sw. Sivananda).

USO DE ESTE MANUAL:

La función más importante de este Manual es la preparación. Si el individuo ha leído el manual tibetano reconocerá enseguida los síntomas y las experiencias que normalmente hubieran sido aterradoras debido a la falta de comprensión de lo que ocurría. El reconocimiento es la palabra clave.

En segundo lugar esta guía se puede utilizar para evitar paranoia o para recuperar la trascendencia del Primer Bardo, si ésta se ha perdido. Si la experiencia comienza con luz, paz, unidad mística y comprensión y si sigue por este camino, no hace falta recordar este manual ni tampoco que sea recitado. Al igual que un mapa de carreteras, lo consultamos solo cuando nos perdemos o cuando queremos cambiar de dirección. Sin embargo el ego se agarra normalmente a sus juegos anteriores. El individuo puede sentirse momentáneamente incómodo o confuso. Si le sobrevienen estas sensaciones, los demás no deberán mostrar compasión ni alarma. Han de estar dispuestos a mantenerse en calma y aguantarse sus "juegos de ayuda". Hay que evitar sobre todo el papel de "médico".

Si en cualquier momento te encuentras luchando para recuperar la realidad cotidiana, puedes (mediante un arreglo previo) pedir a una persona más experimentada, un compañero de viaje o un observador en quién confíes, que te recite partes de este manual.

Cada sección descriptiva importante del Libro Tibetano, va acompañada de instrucciones apropiadas. Si quieres puedes grabar anteriormente pasajes seleccionados y escuchar la grabación cuando desees. Estas instrucciones siempre tienen el propósito de hacer regresar al viajero a la trascendencia original del Primer Bardo y de ayudarle a mantenerle tanto tiempo como sea posible.

Una tercera manera de utilizar este libro sería construir un "programa" para una sesión utilizando diferentes pasajes del texto. El objetivo sería conducir deliberadamente al viajero a una de las visiones o a través de una serie de ellas. El guía o el amigo podrían leer los pasajes apropiados, mostrar diapositivas o fotografías de las figuras simbólicas de las diferentes fases, poner música seleccionada cuidadosamente, etc. Hay que saber que la programación de las secciones psicodélicas es un arte. En ellas manipulaciones simbólicas y presentaciones conducen al viajero por Juegos de abalorios extáticos y visionarios.

ENSAYOS SOBRE EL LIBRO TIBETANO DE LOS MUERTOS LA EXPERIENCIA PSICODÉLICA

Comentarios técnicos sobre las sesiones psicodélicas.

PLANIFICACIÓN DE UNA SESIÓN

Al planificar una sesión lo primero que hay que establecer es "¿cual es el objetivo?". El hinduismo clásico sugiere cuatro posibilidades:

- 1) Un poder personal y una comprensión intelectual mayores, una intuición del yo y de la cultura más aguda, un mejoramiento de la situación de la vida, un aprendizaje acelerado y una mayor eficiencia profesional.
- 2) Un sentido de la obligación, de ayuda, de cuidado, de rehabilitación hacia los demás al mismo tiempo que un auxilio en el renacimiento de tus compañeros.
- 3) Diversión, placer sensual y estético, acercamiento interpersonal, experiencia pura.
- 4) Transcendencia, liberación del ego y los límites espacio-temporales; obtención de la unión mística.

El objetivo fundamental de este manual es el último: el que se refiere a la liberación y al alumbramiento. Esto no excluye la obtención de otras finalidades; de hecho se garantiza su obtención ya que la iluminación requiere que el individuo sea capaz de ir más allá de los problemas del juego de la personalidad, el rol y estatus profesionales. El iniciado puede decidir de antemano a cual de los cuatro objetivos va a dedicar la experiencia psicodélica. En cualquier caso el manual será de ayuda.

Si varias personas participan en una sesión deberían, o estar de acuerdo en el objetivo, o por lo menos ser conscientes de los objetivos de los demás. Si la sesión se va a "programar", los participantes deberían estar de acuerdo o formular un programa, o dejar que un miembro del grupo la programe. Las manipulaciones no deseadas o inesperadas por parte de uno de los viajeros, pueden hacer fácilmente que les sobrevengan a los otros viajeros desilusiones paranoicas del Tercer Bardo.

Es posible que el viajero, sobre todo en una sesión individual, quisiera tener también una experiencia extrovertida o introvertida. En la experiencia trascendente extrovertida, el yo está fusionado extáticamente a los objetos externos (por ejemplo a las flores o a otras personas). En el estado introvertido, el yo está fusionado extáticamente a los procesos internos de la vida (luces, ondas energéticas, fenómenos corporales, formas biológicas). Naturalmente según la actitud del viajero, tanto el estado extrovertido como el introvertido pueden ser negativos en lugar de positivos. El estado puede ser básicamente conceptual o emocional. Los ocho tipos de experiencia que de ahí se derivan (cuatro positivos y cuatro negativos) han sido descritos más detalladamente en las Visiones 2 a 5 del Segundo Bardo.

Para la experiencia mística extrovertida se podrían traer a la sesión objetos o símbolos con el fin de guiar la conciencia en la dirección deseada. Sugerimos velas, dibujos, libros, incienso, música o pasajes grabados. Una experiencia mística introvertida requiere que se eliminen todos los estímulos tales como luz, sonido, olores y movimientos.

Se ha de llegar de antemano a un acuerdo sobre el modo de comunicación con los otros participantes. Podéis coger ciertas señales que indiquen tácitamente compañerismo. Se puede convenir cualquier tipo de contacto físico: cogidas de manos, abrazos. Estos modos de comunicación deberían ser decididos anteriormente para evitar las malas interpretaciones del juego que puedan ocurrir debido a la mayor sensibilidad de la transcendencia del ego.

PRODUCTOS

Una extensa variedad de plantas y productos químicos producen efectos psicodélicos ("reveladores de la mente"). Se citan aquí las sustancias de uso más extendido junto con las dosis adecuadas para un adulto normal. Naturalmente la cantidad que se toma depende del objetivo de la sesión. Por lo tanto se dan dos cantidades. La primera columna indica una dosis que debería ser suficiente para que una persona no experimentada viaje por los mundos trascendentales que se describen en este Manual. La segunda columna indica una cantidad reducida que puede ser tomada por personas más experimentadas o por los participantes en una sesión colectiva.

	A	B
LSD-25 (dietilamida del ácido lisérgico)	200-500 up.	100-200 up.
Mescalina	600-800 mg	300-500 mg
Psilobicina	40-60 mg	20-30 mg

Cuando las drogas se toman vía oral con el estómago vacío, el LSD y la psilocibina tardan aproximadamente de 20 a 30 minutos en hacer efecto; la mescalina tarda de una a dos horas. Una sesión de LSD o mescalina dura normalmente de ocho a diez horas y con psilocibina de cinco a seis horas. Cuando se inyecta intramuscularmente el DMT (di-metiltryptamina 101) en cantidades de 50 a 60 mg, se produce una experiencia más o menos equivalente a 500µg de LSD, aunque dura solamente 30 minutos. A algunas personas les ha favorecido el tomar otras drogas antes de la sesión. Por ejemplo, una persona muy inquieta puede tomar de 30 a 40 mg de Librium una hora antes para calmar y relajarse. La metedrina se ha utilizado también para provocar un estado de ánimo placentero y eufórico antes de la sesión. A veces, en el caso de personas excesivamente nerviosas, es aconsejable dosificar la administración de la droga, por ejemplo se pueden tomar inicialmente 200µg de LSD y cuando la persona se haya familiarizado con alguno de los efectos del estado psicodélico se pueden tomar otros 200µg. A veces el individuo tiene náuseas, esto suele ser un síntoma mental que indica el miedo y no debería ser considerado como nada más. No obstante la náusea puede, a veces, ser debida a razones fisiológicas, sobre todo con el uso de semillas de morningglory (campanilla azul: ipomea) y peyote.

PREPARACIÓN

Los productos químicos psicodélicos no son drogas en el sentido normal de la palabra. No producen ninguna reacción específica y no se puede esperar ningún efecto somático ni psicológico.

La reacción específica tiene poco que ver con el producto químico y es determinada principalmente por la preparación y el ambiente. Cuanto mejores la preparación tanto más extática y reveladora será la sesión. El ambiente (sobre todo las acciones de los demás) es muy importante en las sesiones iniciales y con personas no preparadas. Y no es tan importante para las personas que se hayan preparado cuidadosa y seriamente. Hay dos tipos de preparación: de gran alcance e inmediata.

La preparación de gran alcance se refiere a la historia personal y a la personalidad permanente. La clase de persona que eres - tus temores, deseos, conflictos, complejos de culpabilidad, pasiones, secretos - determina la interpretación y tratamiento de cualquier situación en la que participes, incluso una sesión psicodélica. Al tratar con la ansiedad puede que sean más importantes los mecanismos reflejos que se usan, es decir los modos de defensa y protección que se suelen emplear. Flexibilidad, confianza, fe religiosa, franqueza, coraje, calor interpersonal y creatividad son rasgos que permiten diversión y fácil aprendizaje. La rigidez, el deseo de control, la desconfianza, el cinismo, la intolerancia, la cobardía y la insensibilidad son rasgos que hacen que cualquier nueva situación parezca amenazadora. La comprensión es lo más importante. Por muy rayado que esté el disco, la persona que comprende su propio grabador y que sabe cuándo no actuar como sería de desear, logra adaptarse mejor a cualquier desafío, incluso al colapso repentino de su ego.

La preparación más cuidadosa incluiría una discusión de los aspectos de la personalidad y una planificación con el guía sobre el tratamiento de las esperadas reacciones emocionales.

La preparación inmediata se refiere a lo que se espera sacar de una sesión. Para determinar el desarrollo de la experiencia, la preparación de la sesión es de la mayor importancia. La gente tiene la tendencia natural de imponer a cualquier nueva situación sus perspectivas del juego personales y sociales. Para impedir que se impongan limitaciones a la sesión, hay que pensar en todo anteriormente.

Expectativas médicas: Algunos individuos mal preparados dan inconscientemente una interpretación médica a la experiencia. Buscan síntomas, interpretan cada nueva sensación en términos de enfermedad y salud, ven al guía como a un médico y, en caso de ansiedad, piden el renacimiento químico, es decir, tranquilizantes. De vez en cuando se oye hablar de sesiones improvisadas, mal planteadas y no dirigidas, que terminan con el ruego del individuo a ser hospitalizado, etc. Se crean aún más problemas si el guía interpreta la experiencia en términos médicos, si busca síntomas y si ve el hospital como un lugar de protección para sí mismo. La rebelión contra lo convencional puede ser la razón por la cual algunas personas tomen sustancias psicodélicas. Hacer algo "fuera de lo normal" o ligeramente atrevido es una idea inofensiva que puede intensificar la experiencia.

Expectativas intelectuales: Son apropiadas cuando los individuos han tenido muchas experiencias psicodélicas. De hecho es muy posible que el LSD acelere el aprendizaje y las investigaciones científicas. Pero en sesiones iniciales, las reacciones intelectuales pueden ser trampas. El Manual Tibetano previene continuamente contra los peligros de la racionalización. El mejor consejo para los noveles es "apaga la mente". Controlar tu conciencia es como aprender a volar. Cuando hayas aprendido a manipular tu conciencia o sea, a perder y recuperar tu ego a voluntad, entonces los ejercicios intelectuales se podrán incorporar en la experiencia psicodélica. El mejor momento para examinar los conceptos es la última fase de la sesión. El objetivo de este manual es libertarte de tu mente verbal durante tanto tiempo como sea posible.

Expectativas religiosas: en este caso los consejos son los mismos que para la interpretación intelectual. Aconsejamos otra vez que para las primeras sesiones el individuo flote a lo largo de la corriente, que permanezca "alto" el mayor tiempo posible y que posponga las interpretaciones teológicas hasta el final de la sesión o hasta sesiones posteriores.

Expectativas recreativas y estéticas: Son naturales. La experiencia psicodélica ofrece, sin lugar a dudas momentos estáticos que empujados cualquier juego personal o cultural. La sensación pura puede cautivar la conciencia. La intimidad interpersonal alcanza las alturas del Himalaya. Los placeres estéticos - musicales, artísticos, botánicos, naturales - están elevados a la máxima potencia. Pero todas estas reacciones pueden ser juegos del ego del Tercer Bardo: "Yo estoy experimentando este éxtasis. ¡Qué suerte tengo yo!". Tales reacciones pueden convertirse en trampas sutiles que impedirán al individuo alcanzar la pura pérdida de ego (Primer Bardo) o las glorias de la creatividad del segundo Bardo.

Expectativas planificadas: Este manual prepara al individuo para una experiencia mística según el modelo tibetano. Los Sabios de las Montañas Nevadas han desarrollado una teoría muy sofisticada y precisa de la psicología humana, y la persona que estudia este manual estará orientada para un viaje de alcance y significado mucho más vastos que cualquier teoría psicológica occidental. Sin embargo, nos damos cuenta de que por muy largo que sea su alcance, el modelo de conciencia del Bardo Thodrol es un invento humano, una alucinación del Segundo Bardo.

Algunas recomendaciones prácticas: El viajero debería tomarse tres días por lo menos para la experiencia: el día antes, el día de la sesión, y el día después. Tal planificación garantiza una reducción en la tensión externa y una predisposición más seria hacia el viaje.

Una manera excelente de prepararse es hablar con otros han emprendido el viaje, aunque se ha de reconocer que tales descripciones van a ser algo alucinadoras, lo cual es típico del Segundo Bardo. Otra manera valiosa es observar una sesión. La oportunidad de ver a otros durante y después de una sesión puede determinar las expectativas.

Otro procedimiento común de orientación es leer libros sobre experiencias místicas. Otra posibilidad es leer descripciones de las experiencias de otros (Aldous Huxley, Alan Watts, Gordon Wasson han escrito muy buenas narraciones al respecto).

Quizás la mejor manera de prepararse para una sesión psicodélica es la meditación. Los que han pasado tiempo en soledad intentando controlar la mente, eliminar el pensamiento y alcanzar ni velos más altos de concentración son los mejores candidatos. Estarán listos cuando sobrevenga el estado de pérdida del ego. Reconocen el proceso como un objetivo esperado ansiosamente en lugar de un acontecimiento extraño que no se comprende.

EL AMBIENTE

Al prepararse para una sesión psicodélica, lo más importante es encontrar un ambiente diferente a tus normales juegos sociales e interpersonales y que esté lo más alejado posible de distracciones e intrusiones imprevisibles. El viajero debería asegurarse de que ni visitantes ni llamadas telefónicas le van a molestar, ya que éstos pueden producir alucinaciones. Es precisa una confianza en el ambiente e intimidad.

Hay que tomar cierto periodo de tiempo (tres días por lo menos) durante el cual la experiencia se desarrollará naturalmente y habrá tiempo suficiente para la reflexión y para la meditación. Es importante olvidar cualquier otro asunto durante estos tres días y hacer todas las preparaciones de antemano. Un regreso demasiado apresurado a la participación en juegos cotidianos ensombrecerá la claridad de la sesión y reducirá la capacidad de aprendizaje. Si la experiencia fuese colectiva es muy útil reunirse después de la sesión para contarse e intercambiar las experiencias.

Hay diferencias entre sesiones nocturnas y sesiones diurnas. Muchas personas dicen que se encuentran mucho más cómodas por la noche y que consiguientemente sus experiencias son más profundas y más ricas. Al principio el individuo ha de escoger el periodo del día que le parezca bien según su temperamento. Puede experimentar más tarde la diferencia entre las sesiones nocturnas y diurnas.

De la misma manera, hay diferencia entre las sesiones al aire libre y dentro de casa. Los ambientes naturales, como jardines, playas, bosques y campo en general tienen ciertas influencias que quizás quieras o no quieras experimentar. Lo esencial es encontrarse tan a gusto como sea posible, ya sea en la sala de estar o bajo las estrellas. Conocer el ambiente puede ayudar al individuo a sentirse más seguro de sí mismo durante los periodos de alucinación. Si la sesión tiene lugar dentro de casa, hay que considerar la disposición de la habitación y los objetos específicos que uno quiere ver y oír durante la experiencia.

Hay que preparar de antemano la música, las luces, la comida y la bebida. Muchas personas dicen que no tienen ningunas ganas de comer durante el punto álgido de la experiencia, y que más tarde prefieren comer algo simple y llevadero como pan, queso, vino y fruta fresca. El hambre no se experimenta normalmente. Los sentidos están muy agudos y el sabor y olor de una naranja fresca son inolvidables.

En sesiones colectivas la disposición de las habitaciones bastante importante. Normalmente la gente no tiene demasiadas ganas de andar ni moverse mucho y por eso, se deberían proveer de camas o colchones. La disposición de las camas o colchones puede variar. Una sugerencia es colocar las cabeceras de las camas juntas para formar una estrella. O quizás querrás colocar algunas camas juntas y dejar algunas aparte para los que quieran estar aislados de los demás durante algún tiempo. A veces, se precisa de otra habitación para una persona que quiera estar sola durante cierto tiempo.

Si quieres escuchar música o reflexionar sobre objetos religiosos o cuadros hay que disponerlos de tal manera que a cada miembro del grupo le guste lo que está viendo u oyendo. En una sesión colectiva, todas las decisiones sobre objetivos, ambiente, etc. han de ser tomadas en colaboración y con franqueza.

EL GUÍA PSICODÉLICO

En las sesiones iniciales la actividad y el comportamiento del guía son factores relevantes. El posee el gran poder de dar forma a la experiencia. Al quedar suspendido a la mente cognoscente, el individuo se encuentra en un estado sensible más intenso ante la sugestión, y el guía puede manejar la conciencia a través de los más leves gestos o reacciones.

La clave es la capacidad del guía para olvidarse de su propio ego y los juegos sociales, y sobre todo para suprimir sus propias necesidades de poder y sus temores. La sabiduría Tao del quietismo creativo. Sentir todo y no hacer nada más sino dejar que el individuo esté consciente de su sabia presencia.

Una sesión psicodélica dura hasta doce horas y produce momentos de reacciones intensas, intensas, INTENSAS. El guía nunca ha de aburrirse, ni hablar, ni intelectualizar. Debe permanecer calmado durante períodos largos en que los viajeros pierdan de alguna manera el control.

El está en la torre de control del aeropuerto. Está siempre ahí para recibir mensajes y preguntas de aviones que vuelan alto. Está siempre listo para ayudarles a seguir el rumbo, para llegar a su destino. Es inaudito que un operador de la torre imponga al piloto su propia personalidad y sus propios juegos. Los pilotos tienen su propio plan de vuelo, sus propios objetivos y el control para ayudar siempre que sea necesario.

El piloto está mucho más tranquilo sabiendo que un experto que ha controlado miles de vuelos está listo para ayudar. Pero si el piloto tiene un motivo para sospechar que el operador en la torre tiene intenciones personales y está manipulando el avión hacia objetivos egoístas, se romperá la confianza entre el operador y el piloto.

No hace falta que remarquemos que el guía ha de ser bastante experto en sesiones psicodélicas ya sea como viajero o como guía. Es poco ético y peligroso administrar drogas psicodélicas sin experiencia personal.

El mayor problema de los seres humanos en general, y del guía psicodélico en particular, es el miedo. Miedo a lo desconocido. Miedo a perder el control. Miedo a confiar en el proceso genético y en sus compañeros. A partir de nuestras investigaciones y estudios de sesiones dirigidas por otros, - profesionales serios o bohemios aventureros - hemos llegado a la conclusión que casi cada efecto negativo del LSD ha sido causado por el miedo del guía, el cual ha aumentado el miedo pasajero del individuo. Cuando el guía actúa para protegerse, comunica su preocupación al individuo.

El guía ha de permanecer pasivamente sensible e instintivamente relajado durante varias horas. Esto constituye una tarea muy difícil para la mayor parte de los occidentales. Por eso hemos buscado maneras de ayudar a guía a mantener un estado de alerta quietud en el cual está vigilante, listo, flexible. Para conseguir este estado de guía debería tomar una pequeña cantidad de droga psicodélica junto con el individuo. Un procedimiento rutinario es dejar que una persona, experimentada participe en la experiencia y que otro miembro, que no esté bajo la influencia de tal droga, esté presente en la torre de control.

Es de un valor inestimable saber que un guía experimentado esta "alto" y haciéndole compañía al viajero; la seguridad de tener un piloto experimentado volando al lado de tu avión; la seguridad del buzo que cuenta con la presencia de un compañero experto en los fondos marinos.

No recomendamos que el guía tome dosis grandes durante sesiones para principiantes. Si tiene poca experiencia es más probable que los demás participantes le impongan las alucinaciones del Segundo y Tercer Bardo. Estos juegos intensos afectan al guía experimentado que estará probablemente en un estado de vacío mental. A continuación el guía es arrastrado hacia los campos alucinadores del sujeto y puede tener problemas para orientarse a sí mismo. Durante el Primer Bardo no hay señales fijadas de antemano, ni hay lugar donde asentarse, ni concepto sólido en donde puedes basar tu pensamiento. Todo es un flujo. La acción decisiva del participante en el Segundo Bardo puede estructurar el flujo del guía si éste ha tomado una dosis fuerte.

El papel del guía psicodélico es quizás el papel más emocionante e inspirador de la sociedad. Es literalmente un liberador, alguien que ilumina y que libera a los hombres de su esclavitud intensa de toda la vida.

Presenciar el despertar, compartir la revelación extática cuando el viajero descubre lo maravilloso e imponente del proceso divino de la vida, es para muchos el papel más satisfactorio en el drama de la

evolución. El papel del guía psicodélico está automáticamente protegido contra el profesionalismo y contra los complejos de superioridad; la liberación psicodélica es tan potente que supera con creces las ambiciones de los juegos terrestres. Las recompensas de esta nueva profesión son el respeto y el agradecimiento en lugar del orgullo.

COMPOSICIÓN DEL GRUPO

Se sacará más provecho de este manual cuando en la experiencia participaban un guía y un viajero. Sin embargo el manual puede ser útil para sesiones colectivas. Para planear tales sesiones las siguientes sugerencias serán muy provechosas.

Lo importante es conocer y tener confianza en los compañeros de viaje. Es esencial confiar en uno mismo y en los compañeros. Si estás preparando una experiencia con desconocidos, es importante compartir con ellos todo el tiempo y el espacio posibles antes de la sesión.

Los participantes deberían establecer los objetivos en colaboración y explorar mutuamente sus expectativas, sentimientos y experiencias anteriores.

El número de participantes ha de depender hasta cierto punto, de la experiencia que éstos tengan. Al principio son preferibles grupos pequeños a grupos grandes. En todo caso se ha demostrado que las experiencias colectivas donde había más de seis o siete personas, fueron menos profundas y produjeron más alucinaciones paranoicas. Si estas planteando una sesión colectiva para seis o siete personas, aconsejamos que estén presentes por lo menos dos guías. Uno que tomará la sustancia psicodélica y otro, que no la toma, hará de guía práctico y se encargará de cambiar las grabaciones, traer la comida y, si se precisa, leer pasajes seleccionados del manual. Si es posible uno de los guías debería ser una mujer experimentada que creara un ambiente de tranquilidad y alimento espiritual.

Es a veces aconsejable que en la sesión inicial, las parejas casadas se separen para que en la exploración de sus juegos maritales no dominen la sesión. Si ya se tiene alguna experiencia en la expansión de la conciencia, el juego marital, como cualquier otro, puede ser explorado por cualquier motivo: una mayor intimidad, una comunicación más clara, una exploración de los fundamentos de la relación sexual.

De la misma manera que hay que tomar un día para la preparación. Es necesario también tomar por lo menos un día (preferiblemente más) para la post-experiencia. Las obligaciones, las citas rutinarias y las sujeciones a horarios han de ser mínimas. Una experiencia trascendente puede ser conmovedora y, a veces, es doloroso volver enseguida a la realidad del juego. Al principio, el individuo no ha de pensar demasiado en la sesión. Su cerebro es como una computadora que ha recibido una cantidad enorme de nuevas informaciones que se han de asimilar. Los intentos de racionalizar, explicar, comprender intelectualmente, se suelen hacer prematuramente, a veces durante la sesión. Hay que evitar esto. Se saca el mayor provecho si el cerebro-computadora tiene tiempo suficiente para examinar e integrar las ingentes cantidades de nuevas impresiones. Por eso la primera regla para el periodo post-sesión es: evitar pensar y hablar demasiado. Descansa, relájate, y evita juegos.

Hacia el final del día de la post-sesión el viajero debería reunirse con el guía o los compañeros de viaje para narrar verbalmente su experiencia. Algunos de los descubrimientos más reveladores pueden surgir de estas comparaciones. Todas las personas han rodado su propia película y las discrepancias y similitudes entre las distintas versiones de los mismos comportamientos pueden producir clarificaciones sorprendentes.

PRIMER BARDO

(Chikai Bardo)

**El periodo de la pérdida del ego o del éxtasis del
no-juego.**

Oh, amigo

El tiempo camina hacia ti para buscarte nuevos planos de la realidad

Tu ego y tu nombre están en el juego de acabar

Estas poniéndote enfrente de la Luz Clara

Tú estás experimentando en esta realidad

En el estado de Libertad del ego donde todas las cosas son como un cielo vacío sin nubes

Y el intelecto desnudo y limpio es como un transparente vacío

En este momento conoce por ti mismo y habita en este estado

Lo que es llamado muerte del ego está viniendo hacia ti.

Recuerda:

Esta es la hora de la muerte y renacimiento

Aprovecha de esta muerte temporal para obtener el perfecto estado

Ilumínate concentrado en la unidad de todos los seres vivientes

Mantenido sobre la Luz Clara

Úsalo para alcanzar el entendimiento y el amor

Si tú no puedes mantener la felicidad de la iluminación y si tú estás deslizándote dentro del contacto
del mundo exterior

Recuerda:

Las alucinaciones que puedes experimentar ahora, las visiones e introspecciones te enseñarán mucho
sobre ti mismo y el mundo.

El velo de la rutinaria percepción será cambiado en tus ojos.

Recuerda la unidad de todas las cosas vivientes.

Recuerda la gloria de la luz clara.

Déjate guiar a través de tu nueva vida que viene.

Déjale guiar a través de las visiones de esta experiencia.

Si te sientes confuso, invoca la memoria de tus amigos.

Trata de alcanzar y conservar la experiencia de la luz clara.

Recuerda:

La luz es la energía vital.

La llama sin fin de la vida.

Un ondulante y siempre-cambiante torbellino de color puede apoderarse de tú visión.

Esta es la incesante transformación de la energía.

El proceso vital.

No le temas.

Entrégate a él.

Únete.

Forma parte de ti.

Tú eres parte de él.

Recuerda también:

Más allá de la continua y fluyente electricidad de la vida es la última realidad.

El Vacío.

Tu propio saber, formado en la no-poseción de forma o color, es naturalmente vacío.

La realidad final.
El Todo bondad.
El Todo paz.
La LUZ resplandeciente.
El movimiento es el fuego de vida desde el cual todo viene.
Únete.
Forma parte de ti.
Más allá de la luz de la vida es el pacífico silencio del Vacío.
La quieta felicidad más allá de todas las transformaciones.
La sonrisa de Buda.
El Vacío no es la nada.
Inobstruido, brillando, conmoviendo, feliz.
El vacío es principio y final él mismo.
Consciencia de diamante.
El Todo Bondad Buda.
Tu propia consciencia, no formada en algo.
No-pensamiento, no-visión, no-color, es vacío.
El intelecto brillando y lleno de felicidad y silencioso.
Este es el estado de perfecta iluminación.
Tu propia consciencia, brillando, vacía e inseparable del gran cuerpo resplandeciente, no tiene nacimiento, ni muerte.
Es la inmutable luz que los tibetanos llaman Buda Amitabha.
El saber de la no-forma comenzando.
Conocido esto es suficiente.
Reconocer el vacío de tu propia consciencia para ser Iluminación.
Permanece en este reconocimiento y tú mantendrás el estado de la divina mente del Buda.

Parte 1:
La Clara Luz Primordial visto en el momento de la pérdida del ego.

Si el texto se recuerda, todos los individuos que hayan recibido las enseñanzas prácticas de este manual van a ser puestos frente a frente con el resplandor extático y obtendrán la iluminación instantáneamente, sin entrar en luchas alucinatorias y sin sufrir más en el infinito recorrido de la evolución normal que atraviesa los varios mundos del juego de la existencia.

Esta doctrina es la base de todo el modelo tibetano. La fe es el primer paso hacia el "Camino Secreto". Luego la iluminación y con ella la certeza, y cuando se consigue el objetivo, viene la emancipación. El éxito necesita de una preparación poco común de la expansión de la conciencia, así como de mucha calma, jugando el participante un juego compasivo (buen Karma). Si se puede conseguir que el participante vea y comprenda la idea de mente vacía cuando el guía se la descubre, o lo que es lo mismo, si tiene el poder de morir conscientemente y, que en el momento supremo de dejar el ego, pueda contemplar el éxtasis que empezará a vislumbrar posteriormente, y convertirse en uno con él, todos las uniones del juego de la ilusión van a destruirse inmediatamente: el soñador despierta a la realidad simultáneamente con el gran logro del descubrimiento.

Es mejor si el gurú (maestro espiritual), de quien el participante recibió las instrucciones directivas está presente, pero si el gurú no puede estar presente entonces se puede acudir a otra persona experta; o si esto no es posible, una persona en quien el participante confíe debería estar dispuesta a leer este manual sin imponer ninguno de sus juegos personales. De este modo el participante recordará lo que previamente había oído decir de la experiencia y podrá reconocerla luz fundamental y sin duda alguna obtener la liberación.

La liberación es el sistema nervioso desprovisto de actividad mental-conceptual.

La mente en su estado condicionado, o sea, cuando se encuentra limitada a palabras y a los juegos del ego, está continuamente en un proceso de formación. El sistema nervioso en un estado de quietud, alerta, despierto aunque no activo, es comparable a lo que los budistas llaman el estado más alto del dhyana (meditación profunda) cuando todavía está unido al cuerpo humano. El reconocimiento consciente de la Clara Luz produce una condición extática de la conciencia como la que los santos y místicos del Oeste han llamado iluminación.

La primera señal es el vislumbramiento de la "Clara Luz de la Realidad", "la infalible mente del estado místico puro". Este es el conocimiento de las transformaciones de energía sin ninguna imposición de categorías mentales.

La duración de este estado varía con el individuo. Depende de la experiencia, seguridad, confianza, preparación y ambiente. En aquellos que han tenido una mínima experiencia práctica del estado sereno de conciencia del no juego, y en aquellos que tienen juegos felices, este estado puede durar de treinta minutos a varias horas.

En este estado, la comprensión de lo que los místicos llaman la "Verdad Última" es posible, con tal que la persona tuviera suficiente preparación de antemano. De otra manera no puede aprovecharse en este momento, y debe continuar divagando entre las cada vez más bajas condiciones alucinatorias, determinadas por sus juegos pasados hasta volverá la realidad rutinaria.

Es importante recordar que el proceso de la expansión de la conciencia es lo contrario al proceso del nacimiento, siendo el nacimiento el principio del juego de la vida y siendo la experiencia de la pérdida del ego, un final temporal del juego de la vida. Pero en ambos hay un paso de un estado de conciencia a otro. Yal igual que un infante debe despertar y aprender la naturaleza de este mundo, a partir de la experiencia también una persona en el momento de la expansión de la conciencia debe despertar en este nuevo mundo brillante y hacerse familiar con sus condiciones peculiares.

En aquellos que dependen fuertemente de los juegos del ego y que temen perder el control, el estado iluminado tan solo duraría un instante. En algunos, dura lo que se tarda en almorzar.

Si el sujeto está preparado para diagnosticar los síntomas del ego perdido, no necesita ninguna ayuda externa. La persona que está a punto de abandonar su ego no solo debería poder diagnosticar los síntomas tal como vienen, uno por uno, sino que también debería ser capaz de comprender La Clara Luz sin ser confrontada a ella por ninguna otra persona. Si la persona no lo reconoce y acepta el comienzo de la pérdida del ego, puede quejarse de extraños síntomas en el cuerpo. Esto muestra que no ha alcanzado un estado de liberación. Entonces el guía o el amigo deben explicar los síntomas tal como se ha indicado al comienzo de pérdida del ego.

Aquí tenemos una lista de sensaciones físicas que se presentan frecuentemente:

1. Presión corporal, que los tibetanos llaman hundimiento de la tierra en el agua.
2. Frío húmedo seguido de un calor febril que los tibetanos llaman hundimiento del agua en el fuego.
3. Desintegración del cuerpo o explosión en pedazos, llamada hundimiento del fuego con el aire.
4. Presión en la cabeza y en los oídos que los americanos llaman lanzamiento del cohete al espacio.
5. Estremecimiento de las extremidades.
6. Fluir de los sentidos del cuerpo o derretimiento como la cera.
7. Náusea.
8. Temblor o agitación, empezando por las regiones pélvicas y extendiéndose por el lomo.

Estas reacciones físicas deben ser interpretadas como señales que anuncian la trascendencia. Evitemos tratarlas como síntomas de enfermedad, aceptémoslas, fusionémonos con ellas, disfrutémoslas.

A menudo sobreviene una ligera náusea con la ingestión de semillas Morningglory (Ipomea) y/o peyote, raramente con mescalina y casi nunca con LSD o psilocibina. Si el sujeto experimenta avisos del estómago éstos se deben tomar como una señal de la conciencia, controlables por medio de la respiración o en los latidos del corazón. Si esto no lo libera de la náusea, el guía debería dirigir la conciencia hacia acontecimientos externos: música, paseos por el jardín, etc.

La aparición de síntomas físicos de la pérdida del ego, reconocida y comprendida, debería terminar en un pacífico logro de iluminación. Si la aceptación extática no sobreviene (o cuando el período de silencio pacífico parece llegar a su término) las secciones relevantes de las instrucciones se pueden pronunciar suavemente en el oído. A menudo o útil repetirlas distintamente, grabándolas claramente en la persona para prevenir su pensamiento de alguna sorpresa. Otro método de guiar la experiencia con un mínimo de actividad es tener las instrucciones previamente grabadas con la voz del propio sujeto y poner la cinta en el momento apropiado. La lectura llevará a la mente del viajero la última preparación y hará que la conciencia desnuda sea reconocida como la "Clara Luz del Comienzo", recordará al sujeto su unidad con este estado de perfecta iluminación y le ayudará a mantenerlo.

Si, cuando se experimenta la pérdida del ego, uno se siente familiar con este estado debido a una preparación y previa experiencia, la Rueda de Reencarnaciones (o sea todo el tiempo que se juega) se para y se logra la liberación instantánea. Pero una eficiencia espiritual así es tan rara que la condición mental normal de la persona no está preparada para la gran hazaña de mantenerse en el estado en que brilla la Clara Luz; a esto le sigue un descenso hacia estados cada vez más bajos de la existencia Bardo, y luego el renacimiento. El símil de una aguja haciendo equilibrios sobre un hilo es utilizado por los lamas para explicar esta condición. Mientras la aguja mantiene su equilibrio, permanece en el hilo. Sin embargo la ley de gravedad (la fuerza del ego o la estimulación externa) le afecta y cae. De manera parecida en el reino de la Clara Luz, la mentalidad de una persona en estado ego-trascendente disfruta

momentáneamente de una condición de equilibrio, de perfecta armonía y de unidad. La conciencia del ser humano normal, al estar poco familiarizada con este estado extático del no-ego, carece del poder de funcionar dentro de él. Las propensiones Kármicas (o sea el juego) oscurecen el principio de la conciencia con pensamientos de personalidad, de ser individualizado, de dualismo. Por eso, al perder el equilibrio la conciencia escapa de la Clara Luz. Son procesos de pensamiento que impiden la realización de **Nirvana** (que es el apagarse de la llama del deseo del juego egoísta); y así la Rueda de la Vida continúa girando.

Se le pueden leer al viajero todos o algunos pasajes adecuados de las instrucciones durante el período que tarda la droga en hacer efecto y mientras aparecen los primeros síntomas de la pérdida del ego. Cuando el viajero esté realmente en un profundo éxtasis del ego-trascendente, el guía inteligente permanecerá silencioso.

El percatare del Vacío, lo No Realizado, lo No Nacido, lo No Hecho, lo No Formado implica pertenencia al Buda. El Perfecto Entendimiento es el estado de la mente divina del Buda. Puede ser útil recordar que esta antigua doctrina no está en conflicto con la física moderna. El físico teórico y cosmólogo George Gamow presentaba en 1950 un punto de vista cercano a la experiencia fenomenológica descrita por los Lamas tibetanos.

Si retrocedemos en la historia, llegaremos inevitablemente a la época del "gran estruendo" con todas las galaxias, estrellas, átomos y núcleos atómicos estrujándose unos con otros, como una pasta. Durante este primer estado de la evolución, la materia debía haber estado disociada en sus elementos componentes... llamamos a esta mezcla primordial yelmo.

Según este físico de primer orden, en este primer momento de la evolución del presente ciclo, existía únicamente lo No Realizado, lo No Nacido, lo No Formado. Y es así de acuerdo con los astrofísicos, como acabará: la unidad silenciosa de lo No Formado. Los budistas tibetanos sugirieron que el intelecto no confundido puede experimentar lo que la astrofísica confirma. **El Buda Vairochana, el Dhyani Buda del Centro**, Revelador de los fenómenos, es el camino más alto hacia el entendimiento. Como fuente de toda la vida orgánica en él todas las cosas visibles e invisibles tienen su consumación y absorción. El está unido al Reino Central del **Paquete-Denso** o sea la semilla de todas las fuerzas y cosas universales están densamente unidas. Esta remarcable convergencia de la moderna astrofísica y del antiguo lamaísmo no requiere ninguna explicación complicada. El conocimiento cosmológico y conocimiento de todo el resto de procesos naturales existe en el córtex. Se puede confirmar este conocimiento místico pre-conceptual mediante la observación empírica y la medición, pero esta todo dentro del cráneo. Las neuronas "conocen" porque están unidas directamente al proceso, son parte de él.

Parte 2:

La Clara Luz Secundaria viste inmediatamente después de la pérdida del ego.

La sección precedente describe cómo se puede reconocer la Luz Clara y cómo se puede mantener la liberación. Pero si llega a ser evidente que la Luz Clara Primordial no se ha reconocido, se puede realmente suponer que aparece lo que conocemos por la fase de la Luz Clara Secundaria. El primer destello de experiencia produce generalmente un estado de éxtasis intensísimo. Cada célula del cuerpo se siente envuelta en una creatividad orgiástica.

Podría ser útil describir más detalladamente algunos de los momentos que con frecuencia ocurren en el momento de la pérdida del ego. Uno de estos se podría dominar "el fluir de la energía de onda". El individuo se da cuenta de que forma parte y, a la vez, está rodeado de un campo cargado de energía que parece casi eléctrico. Para alargar al máximo el estado de la pérdida del ego el individuo preparado se relajara y dejará que las fuerzas fluyan a través de él. Hay que evitar dos peligros: el intento de controlar y el racionalizar este flujo de energía. Las dos reacciones son síntomas de la actividad del ego y como consecuencia se pierde la transcendencia del Primer Bardo.

El segundo fenómeno podría ser llamado el "flujo biológico de la vida". En este momento el individuo se hace consciente de procesos biológicos y bioquímicos; pulsaciones rítmicas dentro del cuerpo. Estas pueden ser experimentadas a menudo como poderosos motores o generadores que vibran y emiten energía continuamente. A la velocidad del rayo surge un flujo de formas celulares y de colores. También se pueden oír procesos caracterizados por ruidos que crujen y martillean fuertemente. De nuevo, el individuo debe resistir la tentación de describir o controlar estos procesos. En este punto uno advierte áreas del sistema nervioso que no se suelen percibir. El ego no puede mezclarse con los procesos moleculares de la vida. Estos procesos son un billón de años más antiguos que la mente erudita y conceptual.

Otra fase típica y muy relevante del Primer Bardo lleva consigo el movimiento extático de energía sentido en la espina dorsal, cuya base parece arder o deshacerse. Si la persona puede concentrarse profundamente, tendrá la sensación de que la energía fluye hacia arriba. Los adeptos tántricos dedican años de meditación a la liberación de estas energías extáticas que ellos denominan **Kundalini**, El Poder Serpentino. Uno

permite que las energías viajen hacia arriba a través de varios uniros de los ganglios (**chakras**) hasta el cerebro, en donde las energías se perciben como una sensación ardiente en la parte superior del cráneo. Para la persona preparada estas sensaciones no son desagradables sino que por el contrario, van acompañadas de intensísimas sensaciones de alegría e iluminación. Los individuos mal preparados pueden interpretar la experiencia en términos patológicos e intentar controlarla. Generalmente los resultados son desagradables.

El profesor R. C. Zaehner, quien como erudito en temas orientales y "experto" en misticismo hubiera debido estar más preparado, ha publicado un informe sobre cómo esta gran experiencia se puede perder y deformar en una gran enfermedad hipocondríaca en la persona mal enterada: "...Tuve una sensación curiosa en mi cuerpo que me recordó lo que el Sr. Custance describe como una "sensación de hormigueo en la base de la espina dorsal" que según él suele preceder un ataque de manías. Fue algo por el estilo. Esta sensación ocurrió más fuertemente en el Camino Ancho. Fue como si algo caliente subiera a través de mi cuerpo. La sensación volvió a ocurrir muchas veces hasta llegar al clímax del experimento... No me gusto en absoluto." (R. C. Zaehner. *Mysticism, Sacred and Profane*. Oxford Univ. Press. 1957, p. 214).

Si el sujeto no reconoce el flujo precipitado de los fenómenos del Primer Bardo, no logrará liberarse del ego. La persona se encuentra a sí misma regresando hacia actividades mentales. En este punto debería intentar recordar las instrucciones o hacer que se las recordaran, pidiéndose hacer un segundo contacto con estos procesos.

La segunda etapa es menos intensa. Una pelota alcanza su máxima altura al primer **bote**; el segundo bote es más bajo y cada bote subsiguiente es aún más bajo hasta que la pelota para de botar. La conciencia en el momento de la pérdida del ego es parecida a eso. Su primer bote espiritual, al dejar el ego del cuerpo, es el más alto; el siguiente es más bajo. Luego la fuerza del **Karma** (es decir, **el pasado juego que juega**) toma relevancia y se experimentan diferentes formas de realidad externa.

Finalmente cuando la fuerza del **karma** se ha agotado, la conciencia vuelve a su estado "normal". Se vuelve a las rutinas y así tiene lugar el renacimiento.

El primer éxtasis generalmente termina con un momentáneo retroceso a la condición del ego. El retorno puede ser feliz o triste, cariñoso o receloso, tumoroso o valiente, dependiendo ello de la personalidad, la preparación y el ambiente.

Este retroceso al juego del ego viene acompañado de una preocupación por la identidad. ¿Quién soy en estos momentos? ¿Estoy muerto o no? ¿Qué sucede? Uno no puede determinar. Uno ve sus alrededores y sus compañeros como si ya los hubiera visto antes.

Las alucinaciones y visiones **kármicas** aún no han comenzado. No han comenzado ni las aterradoras apariciones ni las visiones celestiales. Este es un período muy intenso, sensible. El resto de la experiencia puede ser empujada en una dirección u otra según sea la preparación y el clima emocional.

Si tienes experiencia en el cambio de la conciencia, o si eres introvertido, acuérdate de la situación y del momento. Cálmate y déjate llevar por la experiencia. Es probable que experimentes de nuevo el éxtasis de la iluminación; o tal vez te dejes llevar por iluminaciones estéticas, filosóficas o interpersonales. No te reprimas: deja que te transporte la corriente.

La persona con experiencia suele superar el ambiente y puede liberarse de la presión externa y volverá a la iluminación; sin embargo una persona introvertida que dependa de juegos sociales y de situaciones exteriores puede sentirse atraída por los colores, los sonidos, la gente. Si esperas distracción externa y si quieres mantener un estado extático del no-juego, acuérdate de las siguientes sugerencias; no te distraigas, procura concentrarte en un personaje ideal para la contemplación: Buda, Cristo, Sócrates, Rama Krishna, Einstein, Herman Hesse o Lao Tse: sigue su modelo como si fuera un cuerpo físico que te espera. Únete a él.

Si no te va bien, no dejes que te preocupe. Es posible que no tengas un ideal místico o transcendental. Eso significa que tus límites conceptuales están dentro de juegos externos. Como ahora ya sabes lo que es la experiencia mística, puedes prepararte para ella la próxima vez. Has perdido el flujo libre de contenidos, y en este punto deberías estar preparado para afrontar la emocionante realidad externa. Durante el Segundo Bardo puedes alcanzar y experimentar profundamente las revelaciones del juego.

Hemos descrito las reacciones de la persona naturalmente mística e introvertida, de la persona experimentada y de la extrovertida. Ahora vamos a hablar del novicio que se encuentra algo perplejo en esta fase de la experiencia. Lo mejor que puedes hacer es manifestar tu comprensión y no hacer nada. Él habrá leído este manual y ya tendrá una guía. Déjalo solo y probablemente analizará su pánico y lo dominará. Si da señales de querer ayuda, repite las instrucciones. Explícale lo que está sucediendo. Recuérdale la fase del proceso en que se encuentra. Empújale dulcemente a liberarse de la lucha con su ego y a volverá entraren contacto con la Clara Luz.

La preparación y ayuda de este tipo permitirán identificar el estado iluminado a muchos que probablemente no lo reconocerían.

En este punto es necesario dar un buen consejo. Es muy útil leer este manual, pero ninguna palabra puede comunicar la experiencia. Vas a sorprenderte, asustarte y a deleitarte. Una persona puede haber sido una descripción detallada sobre el arte de la natación y no obstante no haber tenido nunca la oportunidad de nadar. De repente, al zambullirse en el agua se da cuenta de que no sabe nadar; lo mismo sucede con

aquellos que han intentado aprender la teoría de cómo se experimenta la pérdida del ego, pero no la han aplicado jamás. No pueden mantener la continuidad de la conciencia, el cambio de estado los deja perplejos. No logran mantener el estado místico; no aprovechan la oportunidad sin el sostén y ayuda de un guía. Incluso con todo lo que el guía pueda hacer, ellos ordinariamente, no reconocen la liberación debido a **un mal karma** (juegos del ego pesado). Pero no tienen por qué preocuparse. Lo peor que podrían hacer sería deslizarse hacia la orilla. Nadie se ha ahogado, y la mayoría de los que han experimentado el viaje, han tenido ganas de intentarlo de nuevo.

Es posible que incluso los que estén familiarizados con los mapas de carreteras y que previamente han conseguido la iluminación, se encuentren en ciertas situaciones en donde el comportamiento del juego pesado por parte de otros les haga tomar contacto con la realidad externa. Si sucede esto, recuerda las instrucciones. La persona que domina este principio puede eliminar lo externo. El individuo que ha logrado controlar la conciencia se hace independiente del ambiente.

Por otra parte, hay individuos que aunque anteriormente hayan tenido éxito, pueden haber traído consigo juegos del ego a la sesión. Esto puede conducir rápidamente a distorsiones **kármicas** y alucinaciones del juego. Si sucede esto, recuerda las instrucciones, recuerda la unidad de todos los seres. Para mí la fama y la vergüenza son la misma cosa. Para mí, la pérdida y la ganancia son lo mismo. Líbrate del programa de tu ego y regresa tranquilamente al radiante éxtasis de la paz con uno mismo.

Si alcanzas inmediatamente la Clara Luz y la mantienes, es mejor. Pero si por el contrario, ya has topado con la realidad cotidiana, al recordar estas instrucciones deberás poder recuperar lo que los tibetanos llaman la Clara Luz Secundaria.

Mientras estás a este nivel Secundario, tiene lugar un diálogo interesante entre la transcendencia pura y el conocimiento de que esta visión extática está sucediendo **a uno mismo**. El primer destello no conoce ningún yo ni ningún concepto. La experiencia secundaria supone cierto estado de lucidez conceptual. El yo que se conoce. Flota dentro de ese terreno transcendente, del cual es generalmente rechazado. Si se recuerdan las instrucciones, la realidad externa no se introducirá, pero el relámpago entre la pura unidad de la liberación del ego y la lúcida realidad sin juego produce un éxtasis y una comprensión intelectual que no se puede describir.

De este modo, en esta etapa secundaria del Primer Bardo, se puede dar el místico no yo y la experiencia mística del yo. Después de haber experimentado estos dos estados es posible que uno quiera proseguir intelectualmente esta distinción. Nos enfrentamos aquí con uno de los debates más antiguos de la filosofía oriental. ¿Es mejor ser parte del azúcar o probar el azúcar? Las controversias teológicas y sus dualidades tienen poco que ver con la experiencia. Gracias al misticismo, experimentas lo que han hecho posible las drogas de expansión de la conciencia y haber tenido la suerte de haber experimentado esta oscilación entre los dos estados. Puedes haber tenido la suerte de saber lo que los monjes académicos tan sólo podrían imaginar.

Aquí termina el Primer Bardo, el período de la Pérdida del Ego o del Éxtasis sin juego.

SEGUNDO BARDO
(Chonyid Bardo)
El período de las alucinaciones

Recuerda:

Ahora vas a experimentar tres Bardos.

Tres estados de la pérdida del yo.

Primero aparece la clara luz de la realidad.

Vienen luego los juegos de alucinaciones fantásticamente variados.

Más adelante encontrarás el estado de re-entrada. De volver a tener un yo.

Oh, amigo.

Puede ser que tu experiencia sea de trascendencia del yo, la salida de tu antiguo propio yo.

Pero tú no eres el único.

A todos les llega alguna vez.

Eres afortunado al tener gratuitamente esta experiencia de renacimiento que se te ofrece.

No te apegues con esa debilidad a tu viejo Yo.

Incluso si te apegas a tu mente, ya has perdido el poder de mantenerla.

Por la lucha no podrás conseguir nada en este mundo alucinatorio.

No te apegues.

No seas débil.

Cualquiera que sea el miedo o terror que te embargue,

No olvides estas palabras.

Introduce su significado en tu corazón.

Sigue adelante.

Aquí mismo está el secreto vital del conocimiento.

Recuerda, oh amigo:

Cuando el cuerpo y la mente se separan, experimentas una rápida visión de la verdad pura, sutil,

radiante, brillante.

Vibrante, gloriosa.

No temas.

Esta es la radiación de tu verdadera naturaleza.

Reconócelo.

Desde la niebla de esta radiación viene el sonido natural de la realidad.

Reverberando igual que mil truenos simultáneos.

Este es el sonido natural del proceso de tu vida.

Por tanto no te asustes.

No te aterrorices.

No tengas miedo.

Para ti es suficiente saber que estas apariciones son las formas de tu propio pensamiento.

Si no reconoces tus propias formas de pensamiento.

Si olvidas tu preparación.

Las luces le deslumbrarán.

Los sonidos te atemorizarán.

Los rayos te aterrorizarán.

La gente a tu alrededor te confundirá.

Recuerda la llave de las enseñanzas.

Oh, amigo.

Estos reinos no vienen de algún lugar exterior a tu ego.

Vienen de tu interior y brillan sobre ti.

**Tampoco las revelaciones vienen de ningún otro lugar.
Existen desde la eternidad dentro de las facultades de tu propio intelecto.
Reconoce que son de esta naturaleza.
La llave de la iluminación y de la serenidad durante el período de diez mil visiones es simplemente
ése:
Descanso, relax.
Únete a él.
Acepta encarecidamente las maravillas de tu creatividad.
No te apegues ni estés asustado.
Ni atraído ni repelido.
Sobre todo, no hagas nada sobre las visiones.
Existen solamente dentro de ti.**

Si la Clara Luz Primordial no se reconoce, aun queda la posibilidad de mantener la Clara Luz Secundaria. Si ésta se pierde, aparece el **Chonyid Bardo**, el período de las ilusiones **kármicas** o las intensas mezclas alucinatorias de la realidad del juego. Es muy importante que sean recordadas las instrucciones ya que pueden ejercer una gran influencia y efecto.

Durante este período, el flujo de la conciencia, microscópicamente claro e intenso, es interrumpido por momentáneos intentos de racionalizar e interpretar. Pero el normal ego juego-jugando no funciona adecuadamente. Por eso existen infinitas posibilidades: por una parte, si uno se deja llevar por la corriente, puede experimentar novedades deliciosas, sensuales, intelectuales y emocionales; por otra parte, si uno intenta imponer su voluntad a la experiencia, es posible que experimente terribles ataques de confusión y pánico.

El propósito de esta parte del manual es el de preparar al individuo para los momentos más importantes que surgen en esta etapa. Pueden percibir sonidos extraños, vistas raras y visiones perturbadoras. Si uno no está preparado, éstos pueden inspirar temor y miedo. La persona experimentada reconocerá que todas las percepciones salen de uno mismo y podrá sentirse tranquilamente, controlando su conocimiento más amplio, como un televisor fantasmagórico y multidimensional. Las alucinaciones más agudas y sensibles visuales, auditivas, táctiles, olfativas, físicas y corporales; las relaciones más exquisitas, una compasiva perspicacia de uno mismo, el mundo. La clave es la inacción: una integración pasiva con todo lo que ocurre alrededor de ti. Si intentas imponer tu voluntad, emplea tu mente, racionaliza, busca explicaciones; quedarás atrapado en torbellinos alucinatorios.

El lema: Paz y aceptación. Todo esto es un panorama que cambia continuamente. Estás temporáneamente apartado del mundo del juego.

Disfrútalo.

A las personas no experimentadas y a las personas que consideren importante el control de ego, puede resultar imposible esta pasividad. Si tras estar inactivo y contener tu voluntad, entonces encontrarás que el contacto físico con otra persona es una actividad que puede reducir el pánico y retirarte de los juegos alucinatorios de la mente. Acércate al guía o a otro participante y apoya la cabeza en sus rodillas o en su pecho. Pon tu cara al lado de la suya y concéntrate en el movimiento y en el sonido de su respiración, respira a fondo y experimenta la corriente de inspirar y el alivio al espirar. Esta es la forma más antigua de comunicación viva; la hermandad de la respiración. Es posible que la mano del guía apoyada en tu frente aumente la relajación.

Puede que el contacto con otro participante sea incomprendido y provoque alucinaciones sexuales. Por eso conviene aclarar previamente este contacto de ayuda. Los participantes que no estén preparados, pueden imponer temores o fantasías sexuales. No hagas caso; son productos ilusorios y **kármicos**.

Durante la segunda fase es un progreso natural que los participantes se aprieten uno contra el otro en busca de ternura y apoyo. No intentes racionalizar este contacto. Hace miles y miles de años que los seres humanos, y casi todas las criaturas ambulantes de la tierra se aprietan durante largas y oscuras noches de confusión.

Inspira y expira con tus compañeros: ¡Somos todos uno! Eso es lo que le está diciendo la respiración.

La explicación del Segundo Bardo

El problema fundamental del Segundo Bardo es que cada forma humana, divina, diabólica, heroica, animal, cosa que evoque la mente humana o que la vida pasada recuerde, puede presentarse a la conciencia: aparecen y desaparecen interminablemente formas y sonidos.

Lo que tienes que hacer y repetimos esto es darle cuenta de que tu Cerebro está produciendo las visiones. No existe nada hasta que tu conocimiento le de vida.

Estás a punto de reconocer la verdad; no son reales ninguno de los fenómenos del estado de pérdida del ego; salvo las ilusiones que tienes guardadas en tu mente, ya sea en forma de acreciones de la experiencia del juego (**samsarico**) o como dones de la naturaleza orgánica y física y su historia de millones de años. Reconocer esto te libera.

Desde luego no hay ningún modo de clasificar las permutaciones y las combinaciones infinitas de los elementos visionarios. El córtex cerebral contiene fichas para millones de imágenes de la historia de la persona, de la raza y de las formas vivas. Según los neurofisiólogos, cualquiera de estas imágenes puede huir en la conciencia a razón de cien millones por segundo. En este brillante y sinfónico mar de imágenes se está agitando el resto de la mente conceptual, en la infinita y acuosa turbulencia del Océano Pacífico una pequeña boca chilla (entre salinos bocados) ¡orden! ¡Sistema! ¡Explicame todo esto! No se puede pronosticar ni las visiones que ocurran ni su secuencia. Lo único que se puede pedir a los participantes es que cierren la boca, inspiren por la nariz y que apaguen la mente inquieta que intenta racionalizar. Sin embargo la única persona que puede hacer esto y lograr un estado de iluminación serena es la persona experimentada que tenga inclinaciones místicas. La persona que no esté preparada se confundirá o, aun peor, se dejará llevar por el pánico: la lucha intelectual para controlar el océano.

El **Chonyid Bardo** fue escrito para guiar al individuo, para ayudarlo a organizar sus visiones. Hay dos Secciones:

(I) Las Siete Deidades Pacíficas con sus simétricamente opuestas trampas del ego.

(II) Las Ocho Deidades Coléricas que el individuo puede aceptar alegremente como productos visionarios, o de quienes puede huir aterrorizado.

Cada una de las siete Deidades Pacíficas (bisexuales figuras paternas/maternas) va acompañada de consortes, de sirvientes, de deidades menores, de santos, ángeles y héroes. Cada una de las Deidades Coléricas va acompañada de figuras parecidas. Se ven también luces, objetos simbólicos hermosos, horribles, amenazantes y furiosos.

Si lees literalmente **El Libro Tibetano de los Muertos**, esperarías en el primer día al "Señor de Todas las Formas Visibles" (o su contrario, el cariño a la estupidez); y al segundo día a la "Deidad Inmóvil de la Felicidad" y a su consorte, sirvientes y su contrario, etc. Desde luego, no hay que seguirlo rígida y exotéricamente, sino que hay que considerarlo en su forma esotérica y alegórica.

Si lo consideramos desde esta perspectiva, vemos que los lamas han confeccionado una lista de mil imágenes que pueden surgir en el precioso mosaico de la retina que se transforma continuamente (ese pantano compuesto de billones de varas y conos, infiltrados, como en una alfombra persa o una escultura maya, con sus innumerables y multicolores capilares. Si el principiante lee previamente este manual y si vuelve a leerlo durante la experiencia, reconocerá, a través de sugerencias, este fantástico caleidoscopio de la retina.

Lo que es más importante es que él sea consciente de que salen de él mismo. Todas las deidades y los demonios, todos los cielos y los infiernos son de orden interno.

El estudiante que se interese por el budismo tibetano o tántrico debería familiarizarse con el texto de **Chonyid Bardo**. Debería obtener fotografías en color de los catorce dramas del Bardo, pidiéndole al guía que le llevara por la secuencia prescrita durante la sesión. Esto le proporcionará una serie inolvidable de vibraciones y podrá salir "reencarnado" de la experiencia, según la tradición **lama**.

El objetivo de este manual es el de poner a tu disposición la idea general del Libro Tibetano y de traducirlo en lenguaje psicodélico. Por eso no presentaremos la serie detallada de las alucinaciones lamas si no que iremos por algunas de las apariciones narradas generalmente por los habitantes de occidente.

Siguiendo el Thodröl tibetano, hemos clasificado en siete tipos las viles del Segundo Bardo:

- I. La Fuente o Visión Creadora.**
- II. El Fluir Interno de los Procesos Arquetípicos.**
- III. La Corriente del Fuego de la Unidad Interna.**
- IV. La Estructura de la Onda Vibración de las Formas Externas.**
- V. Las Ondas Vibratorias de la Unidad Externa.**
- VI. "El Circo de la Retina"**
- VII. "El Teatro Mágico"¹**

Para obtener las visiones dos y tres, hay que cerrar los ojos y eliminar todo contacto con estímulos externos. Las imágenes internas de la visión dos son básicamente conceptuales aunque la experiencia pueda abarcar desde la revelación de la intuición hasta la confusión y el caos, el significado cognitivo e intelectual es supremo. Las imágenes internas de la visión tres son básicamente emocionales. La

¹

experiencia puede abarcar desde el amor y la unidad extática hasta el miedo, la desconfianza y el aislamiento.

Para obtener las visiones cuatro y cinco hay que abrir los ojos y fijarse bien en los estímulos externos como luces, sonidos, contactos etc. En las imágenes externas de la visión quinta predominan los factores emocionales. Hay cierto parecido entre estas siete definiciones y el esquema mandálico de las Deidades Pacíficas que se citan en el Segundo Bardo del Libro Tibetano de los Muertos.

Visiones Pacíficas

VISION (I)

"LA FUENTE"

(Ojos cerrados, estímulos externos ignorados)

Oh, bien nacido, escucha con cuidado:

La energía radiante del origen, semilla de la que vienen todas las formas vivientes brota hacia afuera y golpea contra ti con una luz tan brillante que tú apenas podrás mirar.

No te asustes.

Esta es la Energía del Origen que ha estado radiando billones de años.

Siempre manifestándose en otras formas.

Acéptala.

No intentes intelectualizarla.

No juegues con ella.

Fúndete con ella.

Déjala fluir a través de ti.

Piérdete en ella.

Fúndete en el Halo de Luz de arco iris.

En el corazón de la lanza de la energía.

Obtén Iluminación en el reino central.

SÍNTOMAS FÍSICOS

Oh amigo, escucha con atención.

Los síntomas corporales que tú estás sintiendo no son efecto químico.

Ellos indican que tú estás luchando contra el conocimiento de sentimientos que sobrepasan tu experiencia normal.

Tú no puedes controlar estas ondas universales de energía.

Deja que los sentimientos se fundan todos sobre ti.

Hazte parte de ellos.

Súmate dentro y a través de ellos.

Permítete a ti mismo latir con las vibraciones de tu alrededor.

Relájate.

No luches.

Tus síntomas desaparecerán tan pronto como todo rastro de ego-concretado, esforzándose, desaparezca.

Acéptalos como el mensaje del cuerpo.

Dales la bienvenida.

Goza de ellos.

La luz blanca o energía del primer Bardo puede ser interpretada como el Dios Creador. El sembrador de la semilla. La Fuerza que hace visibles todas las formas. La semilla de todo lo que existe. El Poder Soberano. El Omnipotente. El Sol Central. La Única Verdad. El Origen de toda vida orgánica. La Madre Divina. El Principio Creativo Femenino. La Madre del Espacio Celeste. El Padre/Madre Radiante. En este instante pueden ocurrir revelaciones magníficas, tanto espirituales como filosóficas: esto indica la unión más alta de la experiencia y el intelecto. No obstante, debido a un mal Karma (generalmente basado en

creencias religiosas de tipo monoteísta o primitivo), la luz gloriosa de la sabiduría de la semilla puede producir respeto y temor. El individuo querrá huir engendrando un cariño, hacia la sombría luz blanca que simboliza la estupidez.

Para los individuos de tradición judeo-cristiana existe una distancia de senos abstractos; el flujo de la vida que fluye y fluye, está "aquí abajo". El hecho de que los místicos cristianos pretendan tener un nexo con el resplandor divino ha sido siempre problemático para los teólogos que creen en la distinción cosmológica entre sujeto y objeto. Por eso, a la mayoría de los occidentales les es difícil unirse a la luz original.

• *La primera Deidad Pacífica nombrada por el Bardo Thodrol es el Bhagavan Vairochana, que ocupa el centro del mandala de los cinco Dhyani-Budas. Sus atributos de reunión de poder han sido comparados a las del Creador monoteísta de las religiones occidentales.*

VISION (II)

EL FLUIR INTERNO DE PROCESOS ARQUETIPICOS

(Ojos cerrados, estímulos externos ignorados, aspectos intelectuales)

Oh bien nacido, escucha con atención:

El fluir de la vida está girando a través de ti.

Una demostración infinita de formas y sonidos puros.

Deslumbrantemente brillante.

Siempre cambiante.

No intentes controlarla.

Fluye con ella.

Experimenta los antiguos mitos cósmicos de creación y manifestación.

No intentes comprender.

Hay muchísimo más tiempo para esto más tarde.

Fúndete con ella.

Déjala fluir a través de ti.

No hay necesidad de actuar o pensar.

Se te están enseñando las grandes lecciones de evolución, creación y reproducción.

Si tú intentas retenerlo, puedes caer en mundos infernales y sufrir intolerable miseria creada por tu propia mente.

Evita jugar a interpretaciones.

Evita pensar, hablar o hacer.

Ten fe en la corriente de la vida.

Confía en tus compañeros en esta acuosa jornada.

Fúndete en la Luz de Arco Iris.

En el Corazón del Río de las formas creadas.

Obtén la iluminación en el Reino llamado preeminentemente feliz.

Si se pierde la luz indiferenciada Primer Bardo de la Energía original, pueden huir por la Conciencia oleadas luminosas de figuras diferenciadas. La mente del individuo empieza a identificar estas figuras, o sea, a categorizarlas, y experimenta revelaciones sobre el proceso de su vida.

Más específicamente, el individuo se encuentra enredado en un huir interminable de figuras coloreadas, formas microbiológicas, acrobacia celular y rotaciones capilares. El córtex está en armonía con los nuevos procesos moleculares completamente desconocidos: un Niágara de diseños abstractos; el flujo de la vida que fluye y fluye.

El quinto día del Bardo Thodrol enfrenta al difunto con el **BHAGAVAN BUDA AMOGHASIDDHI**, el Conquistador Todopoderoso, del verde reino septentrional de la Triunfante Realización de las Acciones Mejores, escoltado por una Madre Divina, y por dos **BODHISATVAS**, que representan las funciones mentales de equilibrio, inmutabilidad, "poder supremo", y "clarificador de oscuridades".

Es posible que estas Visiones sean consideradas puras sensaciones de procesos celulares y sub-celulares. No se sabe si ellas tienen algo que ver con la retina y con el córtex visual, o si son destellos de directas sensaciones moleculares de otras zonas del sistema nervioso. Se describen subjetivamente como visiones internas.

Otra clase de imágenes del proceso interno la forma el sonido. No se sabe tampoco si estas sensaciones tienen origen en el aparato auditivo y/o en el córtex auditivo, o si son destellos de directas sensaciones

moleculares de otras zonas. Se describen subjetivamente como sonidos internos: chasquidos, golpes sordos, estruendos, susurros, zumbidos, gemidos, silbidos agudos. 2

Al igual que las visiones, estos ruidos son sensaciones directas, no obstruidas por conceptos mentales. Puras y moleculares unidades de energía que danzan.

La mente entra y sale triunfalmente de este flujo evolutivo, produciendo revelaciones cosmológicas. Uno se percata vivamente de docenas de intuiciones míticas y darvinianas que pasan como rayos por la mente. El individuo puede vislumbrar el pasado y enterarse de como la energía de la vida se manifiesta continuamente por medio de efímeras formas que cambian sin cesar. Las formas microscópicas se fusionan con los primarios mitos creativos. El flujo de la vida se refleja en el espejo de la conciencia.

Mientras el individuo se deja transportar por la corriente, está expuesto a una lección de cosmología que dura millones de años. Pero el peso de la mente está siempre presente. Existe siempre la tendencia a imponer un aislamiento arbitrario.

El Libro Tibetano expone una brillante descripción de los rublos de los procesos internos: "... Innumerables tipos de instrumentos musicales, que llenan (de música) todos los sistemas del mundo, haciéndolos vibrar y temblar con sonidos tan fuertes que aturden la mente..." "Los lamas tibetanos, al recitar sus ritos, utilizan siete (u ocho) tipos de instrumentos musicales: tambores, platillos que suelen ser de latón, conchas, campanas (como las campanillas que se usan en la misa cristiana), panderetas, clarinetes que suenan como la gaita escocesa y trompetas (de fémures humanos). Aunque los sonidos combinados de estos instrumentos son poco melodiosos, los lamas sostienen que provocan en el devoto una actitud de profunda fe y veneración, porque corresponden a los sonidos naturales que produce el cuerpo: los sonidos que se oyen al tapar las orejas con los dedos para silenciar los ruidos externos. Cuando uno se tapa las orejas de esta manera se oye un ruido sordo, como el sonido que se produce al golpear el tambor: un estruendo, como el de los platillos: un susurro parecido al sonido del viento cuando sopla por un bosque: como el que se produce al soplar a través de las conchas marinas: el repique de una campana: un martilleo: un gemido, como el de un clarinete: un gemido muy bajo, como el de una trompeta grande; y el sonido más agudo de la trompeta de fémur humano.

"Esto ha de verse no sólo como una teoría de la música sagrada de los tibetanos, ya que también nos da la clave fiara para una interpretación esotérica de los sonidos naturales y simbólicos de la verdad, de los cuales se habla en el segundo párrafo que sigue, y en otras partes de nuestro libro, que, según se dice, son o proceden de las facultades intelectuales de la mente humana". (Evans- Wentz, pág. 128).

A veces el viajero se siente en la obligación de narrar sus visiones. Convierte el flujo de la vida en el test cósmico de la mancha de tinta e intenta clasificar cada forma: "Ahora veo un rabo de pavo real. Ahora, caballeros musulmanes vestidos con armaduras de todos los colores. Oh. Ahora una cascada de joyas. Ahora, música china. Ahora, serpientes que brillan como piedras preciosas". Expresiones de este tipo oscurecen la luz y obstruyen el flujo, por lo que deben ser evitadas.

Se puede caer también en la trampa de dar una interpretación sexual. El flujo vibrante y alegre de la vida es, en el sentido más auténtico, sexual. Formas que se fusionan y se reproducen (girando sobre sí mismas velozmente). Eros bajo sus innumerables disfraces. Los tibetanos recurren a las Bodhisattvas hembras: Pushpema, la personificación de las llores y Lasema la "Bella" en actitud coqueta con un espejo en la mano. Sigue siendo consciente de la pureza y espontaneidad de la clara sabiduría. Ríete alegremente de las travesuras del proceso de la vida, que crea continuamente formas seductoras y tentadoras para mantener en marcha el baile. Si el viajero se explica las visiones de Eros a partir de su propio modelo sexual de juego, y si intenta pensar o planear -"¿Qué debería hacer? ¿Qué papel debería representar?- es probable que baje al tercer Bardo. Dominan su conciencia las conspiraciones sexuales, se agota el flujo y el espejo pierde su brillo. El viajero renace bruscamente como un ser perplejo y racional.

Otra equivocación es la imposición de juegos de síntomas físicos sobre flujo biológico. A veces el individuo toma como síntomas las nuevas sensaciones somáticas. Si es nuevo, tiene que ser malo. Cualquier órgano del cuerpo puede ser escogido como el foco de la "enfermedad". Las personas que suelen tener tendencia a caer en esta trampa son las que creen que las sustancias psicodélicas comportan peligros físicos. De hecho, los médicos son muy propensos a esto y se imaginan enfermedades exóticas y ataques mortales.

El Lama Govinda nos dice que Amoghasiddhi representa: "...La actividad misteriosa de las faenas espirituales, independiente de los sentidos; que actúa invisible e imperceptiblemente, con el propósito de guiar al individuo lo mejor dicho: a todos los seres vivos hacia la madurez de la sabiduría y de la liberación la luz amarilla de un sol (interno), invisible a los ojos humanos, dentro del cual parece abrirse el espacio inmensurable del universo... para el sereno verde y místico de AMOGHASIDDHI... A nivel elemental, este poder omnipresente corresponde al elemento aire, el principio del movimiento y de la extensión, de la vida y la respiración, en suma a la energía en forma de acción (prana)". Lama Govinda: Foundations of Tibetan mysticism". Londres, 1959. (E.P. Dutton & Co.. Inc.).

En cuanto a las drogas psicodélicas que más se toman (LSD, psilocibina, etc.), se puede decir con confianza que tales efectos corporales no son casi nunca las consecuencias directas de la droga. La droga afecta solamente el cerebro y activa el sistema nervioso central: todos los síntomas son producidos por la mente. La náusea es indicio de la lucha del ego por guardar o recuperar su dominio sobre la efusión de sentimientos y sobre la disolución de los límites emocionales.

Si el viajero reacciona con miedo ante el poderoso flujo de las formas de la vida, ocurre lo contrario, una visión colérica y negativa. Tal reacción es atribuible al resultado acumulado del jugar (karma) estando el individuo dominado por la ira o la estupidez, y puede encontrarse en un mundo de pesadilla y de infierno. Las formas visuales aparecen como un caos confuso de baratijas feas, vulgares e inútiles, y el individuo puede horrorizarse ante la perspectiva de ser tragado por ellas. Los sonidos pasmosos a veces se transforman en agobiantes ruidos, estridentes y ásperos. El individuo intentará librarse de estas percepciones refugiándose en actividades externas e inquietas (hablando, moviéndose, etc.) o en actividades analíticas y conceptuales.

La experiencia es la misma; la interpretación intelectual es distinta. En lugar de revelaciones hay desorden; en lugar de alegría pacífica se experimenta miedo.

VISION (III)

LA CORRIENTE DEL FUEGO DE LA UNIDAD INTERNA

(Ojos cerrados, estímulos externos ignorados, aspectos emocionales)

Oh bien nacido, escucha con atención:

Estás fluyendo hacia fuera y hacia dentro de la Huida unidad de la vida.

El éxtasis del fuego orgánico te abraza todas las células.

Las duras, secas, frágiles cascarras de tu ego están lavándose en el Infinito mar de creaciones.

Fluye con ella.

Siente el pulso del corazón del sol.

Deja que el rojo Buda Amitabha barra a lo largo de ti.

No temas el éxtasis.

No resistas la corriente.

Recuerda, todo el exultante poder viene de dentro, confía en la fuerza-marea arrastrándote dentro de la unidad con todas las formas vivientes.

Deja que tu corazón estalle en el amor por toda la vida.

Deja que tu sangre caliente chorree hacia fuera dentro del océano de toda la vida.

No estés atado al poder extático.

El viene de ti.

Déjalo fluir.

No intentes apresar tus viejos temores corporales.

Deja que tu cuerpo se funda con el flujo caliente.

Deja que tus raíces se sumerjan dentro del cuerpo de la vida caliente.

Flota en el mar del Arco Iris.

Consigue la Iluminación en el reino llamado AMOR EXULTANTE.

Las instrucciones para el Primer Bardo deberían ayudarte a hacer frente al éxtasis del vacío. Sin embargo hay personas que, no logrando liberarse del conflicto kármico de la inhibición de los sentimientos, son incapaces de mantener la experiencia, cayendo en visiones emocionales. La energía indiferenciada del Primer Bardo se transforma en juegos visionarios. Se experimentarán exquisitas e intensas sensaciones de unidad y de amor; las sensaciones negativas contrarias son la avaricia, el aislamiento y las preocupaciones corporales.

Sucede así: el flujo puro de energía pierde su característico vacío blanco y se convierte en sentimientos intensos. Se impone un juego de emociones. Vибran por todo el cuerpo nuevas e increíbles sensaciones

físicas. Corre por las venas el fulgor de la vida. El individuo se funde en un océano unitario de electricidad orgiástica y fluida;³ el flujo interminable de la vida compartida y del amor.

Son frecuentes las visiones relacionadas con el sistema circulatorio. El individuo cae por su propia red arterial. El motor del corazón reverbera intensamente. Estalla el corazón y un fuego rojo se desborda para fusionarse con todos los seres vivos. Todos los organismos vivos vibran en armonía. Uno es felizmente consciente del baile eléctrico y sexual de dos billones de años de duración; por fin uno se despoja de la ropa y los miembros de robot, y se ondula en cadenas interminables de las formas vivas.

El sentido de amor intenso domina este estado de éxtasis. Eres una parte feliz de todo lo viviente. La diferencia entre las desilusiones anteriores de la vuidad y el estado actual provoca una risa exultante.

Se deshace la dura, seca y frágil ondularidad del juego de la vida. Te vas arrastrando por la corriente; blando, redondeado, húmedo y caliente, lisias fusionado con toda la vida. Es posible que tengas la impresión de estar flotando hacia un mar caliente. Están desapareciendo poco a poco tu individualidad y la autonomía de tus movimientos. Tu control se abandona al organismo total. Pasividad feliz, una unión extática, orgiástica y ondulante. Dejan de tener importancia tus preocupaciones e inquietudes. A medida que todo se abandona, todo se logra. Hay una revelación orgánica. Cada célula de tu cuerpo está cantando su canción de libertad: está en armonía el entero universo biológico, liberado de la censura, de tu control y de tus limitadas ambiciones.

¡Pero espera! Te va englobando la unión. La extática ondulación te ahoga. Tu ego, aquél sobrante de ti mismo, grita ¡PARA! Te aterroriza la atracción de la gloriosa, deslumbrante, transparente y radiante luz roja. Te apartas del flujo de la vida. Estás atraído por el intenso apego a tus antiguos deseos. Se oye un terrible ruido al desgarrarse tus raíces de la matriz de la vida: tus nervios y tus venas se apartan del gran cuerpo al cual estabas atado. Al aislarte del flujo ardiente de la vida, se paran las pulsaciones, cesa el éxtasis; tus miembros se endurecen y toman formas angulares; tu cuerpo, aquel muñeco de plástico, se ha orientado de nuevo. Estás sentado allí, aislado de la corriente de la vida; eres el maestro impotente de tus deseos y anhelos; estas triste.

Mientras flotas por el río evolutivo, adquieres un sentido de poder desinteresado e ilimitado. El placer de la sensación de la pertenencia cósmica y fluyente. Te asombra descubrir que la conciencia puede sintonizar un sinfín de niveles orgánicos, cada uno con su universo de experiencia: una variedad interminable de éxtasis. Los simples placeres, dolores y preocupaciones de tu ego representan una serie de experiencias, una serie repetitiva y polvorienta. Al deslizarte a través del flujo ardiente de la energía biológica, pasan delante de tus ojos inacabables series de experiencias. Ya no formas parte de la estructura del ego y de la tribu.

Pero debido a tu pánico y a tu deseo de agarrarte a lo conocido te aíslas del flujo y abres los ojos; luego se pierde la sensación de fluir. Ha desaparecido la capacidad de movimiento entre los niveles de conciencia. Tu miedo y deseo de control le han llevado a aceptar un lugar estático de conciencia. Como dice la metáfora occidental o genética, has congelado el baile de energía y te has declarado en favor de una encarnación lo has hecho por miedo.

Cuando esto ocurre, hay pasos vacíos que te pueden hacer regresar al flujo biológico (y desde aquí al primer Bardo). Primero cierra los ojos. Tumbate boca abajo y deja a tu cuerpo penetrar en el suelo, fusionarse con el ambiente. Trata de percibir como los duros y cuadriculados extremos de tu cuerpo se ablandan, y empiezan a moverse a través del flujo sanguíneo. Deja que el flujo de la respiración se parezca al flujo de la marea. El contacto corporal es probablemente el método más eficaz para ablandar las superficies endurecidas. No hay movimientos ni juegos corporales. El último contacto físico con otro ser produce la unión de la corriente de fuego. Tu sangre empieza a fluir en el cuerpo del otro. Su respiración penetra tus pulmones, flotáis juntos por el río capilar.

Otra serie de imágenes del proceso de la vida es el flujo de sensaciones auditivas. La serie interminable de sonidos abstractos (que hemos descrito en visión 2) avanza por la conciencia. La reacción emocional ante estos sonidos puede ser neutra o puede llevar consigo intensas sensaciones de unión, miedo o irritación.

La reacción positiva ocurre cuando el individuo se fusiona con el flujo de los sentidos. El tambor sordo del corazón se siente como la gran antena de la humanidad. El susurro de la respiración como el impetuoso río de toda vida. Sentimientos acaparadores de amor, agradecimiento y unidad, se dirigen juntos hacia el momento del sonido, hacia cada nota del concierto biológico.

La Deidad Pacífica del Bardo Thodröl que personifica esta visión es el Buda Amitabha, el mejor conocedor de los sentimientos, la luz sin límites que representa la vida eterna. El Lama Govinda escribe que "La luz carmesí de perspicaz visión interior brilla desde su corazón... El que se identifica con el fuego, y de la misma manera, según el antiguo simbolismo tradicional, con el ojo y la vista" (Govinda, op. cit. p. 120). Y junto al Bhagavan Amitabha aparece el Bodisattva Chenresi, la personificación de la caridad o de la compasión, mirando siempre de apaciguar angustias y de socorrer a los individuos con problemas. Y luego aparece el Bodhisattva "Glorioso de la Voz Dulce" y las encarnaciones femeninas de Canción y Luz.

Pero, como siempre, puede que los deseos y opiniones del ego estorben su personalidad. Quizás no le "gusta" el ruido. Es posible que su ego juicioso se ofenda estéticamente por los sonidos de la vida. Porque está claro que la pulsación del corazón es monótona. La música natural del oído interno, con sus chasquidos y silbidos carece de las simetrías románticas. Tiene lugar la terrible separación entre "mi" y mi cuerpo. Está fuera de mi control. Apágala. Normalmente el guía experimentado se da cuenta cuando el apego al ego va a apartar al individuo del flujo unitario.

VISION (IV)

LA ESTRUCTURA DE LA ONDA VIBRACIÓN DE LAS FORMAS EXTERNAS

(Ojos abiertos, gran interés en el estímulo externo visual, aspectos intelectuales)

Oh bien nacido, escucha con atención:

En este mundo te puedes dar cuenta de la estructura en formas de ondas del mundo que te rodea.

Todo lo que tú ves se disuelve en vibraciones de energía.

Mira fijamente y te darás cuenta del baile eléctrico de la energía.

Ya no hay cosas ni personas sino solo el movimiento directo de partículas.

Tu conciencia ahora dejará tu cuerpo y se introducirá en el río de ondas rítmicas.

No hay necesidad de hablar ni de acción.

Deja que tu cerebro se convierta en un receptor de las radiaciones.

Todas las interpretaciones son producto de tu mente.

Quítate de encima.

No tengas miedo.

Maravíllate en la fuerza natural de tu propio cerebro.

La sabiduría de tu propia electricidad.

Estate quieto y espera.

A medida que el mundo tridimensional se deshace, puedes sentir pánico.

Puedes sentirte apegado por el pesado y aburrido mundo de los objetos que ahora estás dejando.

En este momento, no te asustes de la transparente, radiante, cegadora onda de energía.

Deja que tu intelectualidad descanse.

No tengas miedo de los rayos que enganchaste de la luz de la vida.

La estructura básica de la materia, la forma básica de la comunicación en ondas.

Atiende quietamente y recibe el mensaje.

Ahora tendrás la experiencia directa de la revelación de las formas primarias.

Es posible que la pura luz vacía del Primer Bardo lleve consigo la energía fundamental de ondas eléctricas. Tal energía no tiene nombre ni se puede describir porque está mucho más allá de los conceptos que tenemos. Quizás en el futuro un físico atómico la podrá clasificar.

Quizás será siempre inefable para un sistema nervioso como el del homo sapiens... Puede "comprender" un sistema orgánico a un sistema inorgánico. De todas maneras la mayoría de la gente, incluso la más iluminada no logra mantener contacto experiencial con esta luz vacía, y empiezan de nuevo a imponer al flujo estructuras mentales alucinatorias y reveladoras.

Así llegamos a otra visión que ocurre con frecuencia y que envuelve una conciencia intensa y unitaria de los estímulos exteriores. Si los ojos están abiertos, este efecto superrealista puede ser visual. El impacto penetrante de otros estímulos puede provocar también imágenes reveladoras.

Ocurre así. De repente un estímulo exterior penetra la conciencia del individuo. Se capta su atención, pero su antigua mente conceptual no funciona. Pero están implicados otros sentidos. Experimenta sensaciones directas. El puro "ser", no ve objetos sino series de ondas luminosas. No oye "música" ni sonidos "significativos", sino ondas acústicas. Se le ocurre de repente que toda sensación y percepción están basadas en las vibraciones de las ondas; que el mundo que le rodea, que antes parecía sólido y consistente, tan solo es un conjunto de ondas físicas; que está participando en un cósmico programa de televisión que no tiene más sustancia que las imágenes del tubo de su televisión.⁴

La Deidad Pacífica del Thodröl que personifica esta visión es Akshobhya. Como dijo el lama Govinda, "bajo la luz de la Clara Sabiduría las cosas están liberadas de su "esencia", de su aislamiento, sin perder su forma; han sido despojadas de su materialidad, sin haber sido disueltas, porque el principio creativo de la mente, que es la base de todas las formas y de la materialidad, se reconoce como el lado activo del Almacén Universal de la Conciencia (alaya-vijnana). Aparecen y desaparecen formas en la superficie de éste, aparecen y desaparecen formas al igual que las olas en la superficie del océano..." Govinda, op. cit., p. 119).

Desde luego, comprendemos intelectualmente la estructura atómica de la materia, pero ningún adulto la ha experimentado excepto cuando ha cambiado totalmente el estado de su conciencia. Es fácil estudiar la estructura de las ondas de la materia mediante un libro de física. Pero otra cosa es experimentarla o formar parte de ella sin el viejo, vulgar y alucinatorio consuelo de las cosas "sólidas".

Si estas visiones superrealistas implican fenómenos ondulatorios, el mundo exterior adquiere un resplandor y una revelación sorprendentemente claros. Al comprender que el mundo de los fenómenos existe bajo la forma de ondas e imágenes electrónicas, el individuo puede asumir un sentido de poder iluminado. Todo se experimenta como conciencia.

Estas radiaciones exultantes deberían ser reconocidas como productos de tus propios procesos internos. No deberías controlar ni formar conceptos. Puedes hacer esto más tarde. Existe el peligro de congelación alucinatoria. El individuo regresa a toda velocidad (a veces literalmente) a la realidad tridimensional, convencido de la "verdad" fija de una revelación que haya experimentado. Muchos místicos equivocados y muchas personas llamadas locas han caído en esta trampa. Esto es como sacar una fotografía de una película de televisión, gritando que por fin has encontrado la verdad. Todo es **Maya** extático y eléctrico, el baile de ondas de dos billones de años. Ninguna parle de él es más real que otra. En cada momento todo reluce con pleno significado.

Hasta ahora hemos examinado el positivo resplandor de la claridad; pero la cuarta visión tiene sus aspectos negativos y horribles. Cuando el individuo percibe que su "mundo" se está descomponiendo en ondas, es posible que tenga mucho miedo. ¡"El", "Mi", "Yo", se están disolviendo! El mundo que me rodea debería esperar, estático, muerto y callado hasta que yo lo manipule, ¡Pero estas cosas pasivas se han transformado en un reluciente baile de energía viva! La naturaleza "**Maya**" de los fenómenos engendra pánico. ¿Dónde está la base sólida? Cada cosa, cada concepto y cada forma que pasa a través de la mente se deshacen, y en su lugar vibran ondas eléctricas sin solidez.

La casa del guía o de tu amigo íntimo se transforma en un mosaico movedizo de impulsos de tu córtex. "Mi conciencia" ha creado todas las cosas de las cuales soy consciente. He creado mi mundo, a mis queridos, a mí mismo. Todos ellos no son nada más que modelos relucientes de energía. En lugar de claridad y poder exultante, hay confusión. El individuo se tambalea, agarrándose a modelos de electrones, intentando congelarlos de nuevo para que tomen las conocidas formas de robot. Se ha desvanecido toda solidez. Todos los fenómenos son imágenes de papel pegadas a la pantalla de vidrio de la conciencia. Para los individuos no preparados o para la persona cuyo residuo **kármico** acentúa el control, descubrir la estructura ondulatoria de todas las estructuras (la revelación Maya), es una red desastrosa de dudas.

Hemos tratado solamente los aspectos visuales de la cuarta visión. Son igualmente importantes los fenómenos auditivos. Aquí se pierde la sólida y categorizada naturaleza de los modelos auditivos, y produce impresión el impacto mecánico de los sonidos en el tímpano. En algunos casos, el sonido se convierte en pura sensación produciendo sinestesia (la mezcla de las modalidades de los sentidos). Los sonidos se experimentan como colores. Al chocar con el córtex las sensaciones externas se registran como inefables acontecimientos moleculares.

Las más dramáticas visiones auditivas ocurren con la música. Justo como cualquier objeto irradia una serie de electrones y puede transformarse en la esencia de toda energía, de esta manera cualquier nota de música puede ser sentida como energía desnuda que tiembla en el espacio, sin limitación de tiempo. Las notas se mueven como las vibraciones de los haces de un oscilador. Cada uno capta toda la energía, el núcleo eléctrico del universo. No existe nada salvo la clarísima resonancia en la membrana del tímpano. Ocurren en estos momentos velaciones inolvidables acerca de la naturaleza de la realidad.

Pero es también posible una interpretación diabólica. Al hundirse la conocida estructura del sonido, (el impacto directo de las ondas) puede ser tomado como ruido.

Para el individuo que se ve obligado a imponer orden, su orden, en un ambiente, ese tamborilear áspero de la resonancia del sonido en su conciencia, le puede fastidiar.

¡Ruido! ¡Qué concepto más irrespetuoso! Pero todo es un ruido; ¿no son todas las sensaciones el modelo divino de la energía ondulatoria, que carecen de todo significado para aquellas personas que insisten en imponer su propio significado?

La preparación es la clave de un viaje sereno por este terreno visionario. Si el individuo ha estudiado este manual, al enfrentarse con el fenómeno lo podrá reconocer y sabrá fluir junto con él.

El guía sensible podrá reconocer cualquier indicio de que el individuo se encuentra en la cuarta visión.

Si el guía se da cuenta de que el viajero está experimentando la descomposición de los sonidos externos en vibraciones de ondas, puede adecuar las instrucciones sustituyendo las referencias visuales por las "auditivas".

VISION (V)

LAS ONDAS VIBRATORIAS DE LA UNIDAD EXTERNA

(Ojos abiertos, gran interés por el estímulo exterior, como las luces, los movimientos, o los aspectos emocionales)

**Oh bien nacido, escucha atentamente:
Estás experimentando la unidad de todas las formas vivientes.
Sí la gente te parece hecha de goma y sin vida, como muñecos de plástico.
No te asustes.
Esto sólo es un esfuerzo de tu ego para mantener su identidad separada.
Permítete sentir la unidad de todo, mézclate con el mundo alrededor tuyo.
No tengas miedo.
Disfruta el baile de los muñecos, los crea tu propia mente.
Relájate y siente el éxtasis de las vibraciones de energía atravesándote.
Disfruta la completa unidad de la materia y la vida.
La luminosidad radiante es un reflejo de tu propia conciencia.
Es un aspecto de tu naturaleza divina.
No te sientas adherido a tu antiguo ser humano.
No estés alarmado por los nuevos y extraños sentimientos que estas teniendo.
Ahora te sientes atraído por tu ser antiguo.
Volverás para otra etapa del juego existencial.
Ten confianza y mantente sin temor.
Te mezclarás en el corazón del sagrado Ratnasambhava.
En un halo de luz arco iris.
Y conseguirás liberación en el domino dotado de gloria.**

Al desaparecer las percepciones ya aprendidas y desintegrarse la estructura del mundo exterior en directos fenómenos ondulatorios, el individuo ha de intentar mantener una pura conciencia libre de todo contenido (Primer Bardo). A pesar de las preocupaciones, es probable que las propias tendencias mentales del individuo le hagan regresar a dos interpretaciones alucinatorias o reveladoras de la realidad. Una reacción conduce a la claridad intelectual o a la confusión horrible de la cuarta visión (que se acaba de describir). Otra interpretación es la reacción emocional de la descomposición de las formas diferenciadas. Uno puede quedar sumergido bajo la unión extática, o puede caer en el aislamiento del egotismo. En el Bardo Thodol el primero se llama "La sabiduría de la Igualdad", y el segundo "el atoladero de la existencia mundana" que es producido por el violento egotismo.⁵

En el estado de unión reluciente, uno se da cuenta de que existe en el universo sólo una red de energía y que todas las cosas y todos los seres sensibles son manifestaciones momentáneas del modelo único. Al imponerse interpretaciones egotísticas a la quinta visión, se experimentan los fenómenos del "muñeco plástico". Las formas diferenciadas parecen inorgánicas, sin vida, fabricadas en serie, de aspecto pobre y plásticas, y todas las personas (incluso uno mismo) se ven como maniquís sin vida aislados del baile vibrante de energía que se ha perdido.

Los datos experimentales de esta visión son parecidos a los de la cuarta visión. Toda la estructura que se ha aprehendido típicamente vuelve a descomponerse en vibraciones de energía. Tanto la claridad reveladora como la unidad reluciente dominan la conciencia. El individuo queda extasiado por el juego silencioso y giratorio de las fuerzas. Delante de él bailan formas exquisitas y todos los objetos que le rodean irradian energía y emanaciones brillantes. Su propio cuerpo parece un juego de fuerzas. Si se mira en un espejo ve un mosaico reluciente de partículas. Se hace más fuerte el significado de su propia estructura ondulatoria. Tiene la impresión de estar flotando y deshaciéndose. El cuerpo ya no es una unidad separada, sino un conjunto de vibraciones que emite y recibe energía: una fase del baile de energía que ha durado millones de años.

Una sensación de profunda unidad, una sensación de la unidad de toda energía. Desaparecen las diferencias superficiales de soles, castas, status, sexo, poder, especie, forma, tamaño, belleza e incluso las distinciones entre la energía inorgánica y la energía viviente; desaparecen ante la extática unión de todo. Son iguales todos los gestos, palabras, acciones y acontecimientos: todo son manifestaciones de la conciencia única que todo lo envuelve. Ya no existen los "tú" "yo" y "él"; "mis" pensamientos son "nuestros" y "tus" sentimientos son "míos". La comunicación ya no es necesaria puesto que se da una comunicación completa. Una persona puede sentir directamente los sentimientos y el estado de ánimo de otra, como si fueran suyos. Vidas enteras y palabras pueden ser transmitidas mediante miradas. Si todos están en paz, las vibraciones están "en fase". Si hay hostilidad, habrá vibraciones "fuera de fase" que se

sentirán como música disonante. Los cuerpos se deshacen formando ondas. Los objetos ambientales- luces, árboles, plantas, flores- parecen abrirse para darte la bienvenida. Son parte de ti. Son simplemente pulsaciones distintas de las mismas vibraciones. La clave de esta visión es un puro sentimiento de armonía con todos los seres.

Pero como antes, pueden aparecer pesadillas. La unidad requiere una extática abnegación. La pérdida del ego aterroriza a los no preparados. La descomposición de la forma en ondas puede provocar el temor más terrible que conozca el hombre: la revelación epistemológica esencial. La idea básica es que todas las formas evidentes de materia y cuerpo son agrupaciones breves de energía. Nosotros somos poco más que destellos en una pantalla multidimensional de televisión. Puede ser delicioso experimentar directamente esta percepción. De repente te despiertas de la desilusión de las formas separadas y te unes al baile cósmico. La conciencia se desliza silenciosamente a la velocidad de la luz a través de las matrices de las ondas.

Experimentas el terror al descubrir la transitoriedad. Nada es fijo, ninguna forma es sólida. Todo lo que puedes experimentar son "tan solo" ondas eléctricas. Te sientes totalmente engañado, una víctima del gran realizador de televisión. Desconfianza. Las personas que te rodean son robots de televisión sin vida. El mundo que te rodea es una apariencia, un decorado. Eres una marioneta indefensa, un muñeco de plástico en un mundo de plástico.

Ves a la gente que intenta ayudarte como monstruos de madera, de cera, insensibles, fríos, grotescos, maníacos de la ciencia ficción. Eres incapaz de sentir. "Estoy muerto. Nunca volveré a vivir ni a sentir". Es posible que envuelto en un pánico violento, intentes aguantar estos sentimientos actuando y gritando. En este punto entrarás en la etapa del tercer Bardo y volverás a nacer de una manera muy desagradable.

La mejor manera de evitar las pesadillas de la visión consiste en acordarte de este manual, relajarte y balancearte al ritmo de las ondas vibratorias. También puedes comunicar al guía que te encuentras en la fase de la muñeca de plástico y él ya te orientará. Otra solución es trasladarse al flujo biológico interno. Sigue las instrucciones dadas en la tercera visión: cierra los ojos, tumbate boca abajo, busca contacto corporal, flota en la corriente de tu cuerpo. Si lo haces así recordarás la secuencia evolutiva. Durante billones de años la energía vibraba en el baile cósmico antes de que empezara el ritmo biológico. No tengas prisa.

VISION (VI)

EL CIRCO DE LA RETINA

Oh bien nacido escucha atentamente:

Estás ahora percibiendo el baile mágico de las formas.

Dibujos extáticos y calidoscópicos explotan a tu alrededor.

Todas las formas posibles aparecen vivas delante de tus ojos.

El circo de la retina.

El incesante juego de los elementos.

Tierra, Agua, Aire. Fuego.

En formas y manifestaciones que siempre cambian.

Deslumbrándote con su complejidad y variedad.

Relájate y disfruta el río de movimiento.

No te apegues a ninguna visión ni revelación.

Deja que todo pase a través de ti.

Si te vienen experiencias molestas.

Deja que te pasen como los demás.

No luches contra ellas.

Todo viene desde dentro de ti.

Esto es la gran lección en creatividad y poder del cerebro.

Liberado de sus estructuras aprendidas.

Deja que la cascada de imágenes y asociaciones te lleve donde quiera.

Medita calmadamente sobre el conocimiento de que estas visiones son emanaciones de tu propia conciencia.

De esta manera puedes obtener conocimiento propio y liberarte.

Cada una de las visiones del Segundo Bardo que hemos tratado ha sido un aspecto del "experimentar la realidad". El fuego interno o las ondas exteriores, que has aprehendido intelectual o emocionalmente: corresponde a cada una de las visiones con su propia trampa. Cada una de las "Deidades Pacíficas" aparece con las correspondientes "Deidades Coléricas". Para mantener durante cualquier período de tiempo estas visiones, se requiere no sólo cierta concentración o cierta "dirección" de la mente, sino también la capacidad de reconocerlas y de no tener miedo. De este modo para la mayoría de la gente, es posible que la experiencia pase por una o más de estas fases sin que el viajero las pueda mantener o

permanecer en ellas. Puede que abra y cierre los ojos, o que manifieste mucho interés por las sensaciones internas y las formas exteriores. La experiencia puede ser caótica, maravillosa, emocionante, incomprensible, mágica y eternamente cambiante.⁶

Viajará libremente a través de muchos mundos de experiencia: del contacto directo con las formas e imágenes del proceso de la vida puede que pase a visiones de formas humanas de juego. Quizás verá y comprenderá con una claridad y brillantez inimaginables, los diversos juegos sociales y juegos del ego en que participan él y los otros. Sus propias luchas en la existencia **kármica** (de juego) producirán compasión y risa. La clave de la visión es la extática libertad de la conciencia. La exploración de dominios nunca imaginados. Aventuras teatrales. Dramas dentro de dramas, Los símbolos se transforman en lo que simbolizan y viceversa. Las palabras se convierten en objetos, los pensamientos en música, la música en olores, los sonidos se tocan: Hay un intercambio total de los sentidos.

Todo se hace posible. Todos los sentidos son posibles. Una persona puede "probar" varios estados de ánimo tal como se prueba prendas de vestir. Sujetos y objetos giran, se transforman, se intercambian, se mezclan, se fusionan y vuelven a separarse. Los objetos exteriores bailan, cantan. La mente los toca como instrumentos musicales. Toman cualquier forma, significado o calidad, según desea el individuo. Son admirarlos, adorados, analizados, examinados, cambiados; los haces parecer bonitos o feos, grandes o pequeños, importantes o banales, útiles, peligrosos, mágicos o incomprensibles. La reacción ante ellos puede ser de admiración, asombro, humor, veneración, amor, repugnancia, fascinación, horror, alegría, miedo o éxtasis.

La mente vaga libremente como una computadora que dispone de una cantidad inacabable de programas. Recuerdos personales y racistas suben burbujeando a la superficie de la conciencia y se mezclan con las fantasías, deseos, sueños y objetos exteriores. Un acontecimiento actual asume un profundo significado emocional, un fenómeno cósmico se puede identificar con un rasgo personal. Se hacen juegos malabares con los problemas metafísicos. Puro "proceso primario", una efusión espontánea de diferentes asociaciones, los contrarios se mezclan, las imágenes se fusionan, se condensan, se mueven, se derrumban, se ensanchan, se funden y se unen.

Al individuo mal preparado, esta visión caleidoscópica de la realidad del juego puede parecerle espantosa y desconcertante. En lugar de la exquisita claridad de la percepción múltiple, experimentará un caos de confusión de formas incontrolables que carecen de significado. En vez de estar encantado con la acrobacia alegre del libre intelecto, querrá agarrarse con inquietud a un orden evasivo. Pueden ocurrir alucinaciones melancólicas y escatológicas, que producirán repugnancia y vergüenza.

Como antes, esta visión negativa ocurre solamente cuando el individuo intenta controlar o racionalizar al panorama mágico. Relájate y acepta todo lo que aparezca. Acuérdate de que tu mente produce todas las visiones, sean bonitas o feas, alegres o tristes, encantadoras u horribles. Tu conciencia es el creador, el artista y el espectador del "circo de la retina".

VISION (VII)

EL TEATRO MÁGICO

**Oh bien nacido, escucha atentamente:
Estás ahora en el teatro mágico de los héroes y los demonios.
Figuras mitológicas y superhumanas.
Demonios, diosas, guerreros celestiales, gigantes.
Ángeles, Bodhisattvas, enanos, cruzados.
Duendes, demonios, santos, brujos.
Espíritus infernales, duendecillos, caballeros y emperadores.
El Dios Loto de la danza.**

En el Bardo Thödol, aparecen en el sexto día las luces relucientes de las Cinco Sabidurías Cantonadas del Dhyani-Budas. las deidades protectoras (los porteros del Mándala) y los Budas de los Seis Dominios de la existencia de juego. Como dijo el Lama Govinda: "El Camino Interior, de Vajra-Sativa consiste en la combinación de los rayos de las Sabidurías de los Cuatro Dhyani-Budas y su absorción en el propio corazón del individuo", o sea, reconocer que 'todos estos' resplandores son las emanaciones de la mente en un estado de perfecta tranquilidad y serenidad, un estado en que la mente manifiesta su verdadera naturaleza universal (Colinda, op. cit. p.262).

**El gran hombre viejo, la divina criatura.
El trampista, el metamorfo.
El adiestra monstruos.
La madre de las diosas, la bruja.
El dios de la luna, errante.
La totalidad del divino teatro de figuras representando el cénit de la sabiduría humana.
No tengas miedo de ellos.
Están dentro de ti.
Tu propia inteligencia creativa es el mago reinante sobre ellos.
Reconoce a las figuras como aspectos de ti mismos.
Toda la fantástica comedia se halla en ti.
No te sientas adherido a las figuras.
Acuérdate de las enseñanzas aún puedes conseguir la liberación.**

Si el viajero no lograba mantener la pasiva serenidad necesaria para contemplar las visiones anteriores (las deidades pacíficas), ahora pasa a una fase mucho más dramática y activa. El baile de las formas y los objetos se convierte ahora en el baile de los héroes, espíritus superhumanos y semidioses⁷.

Es posible que veas figuras relucientes bajo formas humanas.

"El Dios Loto de la Danza": la imagen suprema de un semidiós que percibe los efectos de todas las acciones. El príncipe del movimiento que baila abrazando extáticamente a su pareja femenina. Héroes, heroínas, guerreros celestiales, semidioses femeninos o masculinos, ángeles, hadas...: la forma exacta de estas figuras dependerá de la educación y de la tradición del individuo; figuras típicas bajo las formas de personajes de la mitología griega, egipcia, nórdica, céltica, azteca, persa, india y china. Las formas son distintas pero tienen el mismo origen: son las encarnaciones concretas de aspectos de la propia psique del individuo. Fuerzas arquetípicas que están fuera de la conciencia verbal y que se expresan sólo mediante símbolos. Las figuras suelen ser de colores muy brillantes y van acompañadas de una variedad de sonidos pasmosos. Si el viajero está preparado y con un estado de ánimo relajado y objetivo, será espectador de una fascinante y deslumbrante demostración de creatividad dramática. El Teatro Cósmico. La Divina Comedia. Si tiene los ojos abiertos puede que imagine a los otros viajeros como representaciones de estas figuras. La cara de un amigo puede coinvertirse en la de un niño, de un crío (el Niño-Dios); puede transformarse en una estatua heroica, en un viejo sabio; en una mujer, un animal, una diosa, la madre del mar, una chica joven, una ninfa, un elfo, un duende... Surgen imágenes creadas por grandes pintores como las representaciones conocidas de estos espíritus. Las imágenes son múltiples y no acaban nunca. Un viaje iluminador a los sitios donde la conciencia personal se mezcla con lo supra individual.

Existe el peligro de que el viajero tenga miedo o sea excesivamente atraído por estas figuras poderosas. Las fuerzas que ellas representan pueden ser más intensas de lo que él esperaba. La incapacidad o desgana del individuo para reconocerlas como productos de su propia mente, le hace intentar escapar mediante actividades animales. Puede ocurrir que el viajero empiece a buscar poder, lujuria y riqueza y descienda a las luchas del Tercer Bardo para el renacimiento.

VISIONES COLÉRICAS **(Las pesadillas del Segundo Bardo)**

**Oh noblemente nacido, escucha cuidadosamente:
Tú eres incapaz de mantener la perfecta Luz Clara o el primer Bardo.
Reconócelas.
Ellas son tus propias reflexiones hechas visibles y audibles.
Ellas son producto de tu propia mente retrocedida hacia el muro.
Ellas indican que tú estás cerrado a la liberación.
No las temas.
Ningún daño puede venirte de estas alucinaciones.
Ellas son tus propios pensamientos con aspecto atemorizante.
Son viejos amigos.**

"En el Libro Tibetano. lo se describe como la visión de los cinco "Deidades doradas de Sabiduría" que, dispuestas en forma de Mándala, las abrazan los Daklnis mientras bailan extáticamente. Las Deidades Sabias simbolizan "el nivel más alto de la sabiduría posible en el ser humano, como la conseguida en la Conciencia de los grandes yoguis, los pensadores geniales o similares héroes del espíritu. Representan la última etapa antes del descubrimiento de la conciencia universal-o la primera etapa del viaje de regreso hacia el plano de la sabiduría humana" (Govinda op. cit. p. 2021).

Dales la bienvenida, Fúndete con ellas, vuelve a ellas.
Piérdete tu mismo en ellas.
Ellas son tuyas.
Cualquier cosa por muy aterrante y extraña que tú veas.
Recuerda por encima de todo que viene de dentro de ti.
Mantente sobre este conocimiento.
Tan pronto como reconozcas eso, obtendrás liberación.
Si no lo reconoces.
Torturas y castigo se seguirán.
Pero esto son también radiaciones de tu propio intelecto.
Son inmateriales.
El vacío no puede dañar al vacío.
Ninguna de las pacíficas o coléricas visiones.
Demonios bebedores de sangre, máquinas.
Monstruos o diablos.
Existen en realidad.
Solo dentro de tu cráneo.
Esto disipará tu miedo.

Se han descrito siete visiones del Segundo Bardo. Al experimentar cada una de ellas el viajero podrá reconocer lo que veía y liberarse. Ese reconocimiento liberará a muchísimos; y aunque muchos individuos consiguen la liberación de esta manera ya que son muchos los seres sensibles, poderoso el mal karma. Densas las obscuridades y demasiado tenaces las inclinaciones, la Rueda de la Ignorancia y de la Ilusión no reduce su velocidad ni la acelera. A pesar de las confrontaciones, la mayor parte de la gente camina hacia abajo sin haber sido liberada.

Por eso, en el **Thodról** Tibetano siete visiones de deidades coléricas siguen a las siete deidades pacíficas. Hay cincuenta y ocho deidades coléricas, machos y hembras, "furiosos bebedores de sangre cubiertos de llamas". Estos **Herukas** no se describirán detalladamente ya que es probable que los occidentales experimenten las deidades coléricas en formas diferentes. En lugar de feroces demonios mitológicos de muchas cabezas, es probable que sean engullidos y molidos por una maquinaria impersonal o manipulados por mecanismos científicos de control que torturan, o por otros horrores de ciencia ficción.⁸ Los tibetanos consideran estas pesadillas como productos básicamente intelectuales. Según ellos son debidos al **Chakra** del Cerebro, mientras las deidades pacíficas son debidas al **Chakra** del corazón y las Deidades Dotadas de Sabiduría al **Chakra** de la Garganta. Son las reacciones de la mente ante el proceso de expansión de la conciencia. Representan tentativas del intelecto para mantener sus límites amenazados. Simbolizan la lucha por la comprensión y el conocimiento de la pérdida del ego.

Reconocerlas es difícil debido al terror y respeto que infunden. Pero por una parte, es también más fácil porque como estas alucinaciones negativas captan toda tu atención, la mente está alerta y por eso, al intentar huir del miedo y del terror, la gente se sume en un estado psicótico y sufre. Pero con la ayuda de este manual y la asistencia de un guía, el viajero reconocerá estas visiones del infierno en cuanto las vea y las recibirá como a viejos amigos.

De la misma manera cuando psicólogos, filósofos y psiquiatras experimentan la pérdida del ego sin estar enterados de estas enseñanzas, no aparecerá ninguno de los fenómenos más elevados por mucho que se hayan dedicado al estudio académico y por muy claros que hayan sido las exposiciones de sus teorías. Esto se debe al hecho de que son incapaces de reconocer las visiones que ocurren durante estas experiencias psicodélicas. Al ver de repente algo que no habían visto y al no poseer ningún concepto intelectual, lo consideran perjudicial. Como ahora surgirán sentimientos antagónicos, se encontrarán en estados miserables. Por eso si el individuo no tiene ninguna experiencia práctica de estas enseñanzas no aparecerán los resplandores ni las luces. Aunque la gente que cree en estas doctrinas sea inculta, lleve a cabo sus obligaciones irregularmente, tenga costumbres vulgares y quizás no logre practicar con éxito la doctrina, no desconfíéis de ella ni la trates irrespetuosamente sino, al contrario, guarda un respeto a su fe

Los Dakinis son las encarnaciones femeninas de la sabiduría y representan los impulsos de inspiración de la Conciencia que conducen al descubrimiento decisivo. Las otras "Cuatro Deidades de la Sabiduría", aparte del Dios de la Danza, son:

- *La Deidad dotada de la Sabiduría, que vive en la tierra.*
 - *La Deidad dotada de la Sabiduría, que controla la duración de la vida.*
 - *La Deidad dotada de la Sabiduría del Gran Símbolo.*
 - *La Deidad dotada de la Sabiduría de la Percepción Espontánea.*
- Comentario sobre la interpretación tibetana de estas visiones:*

mística. Esto les ayudará a conseguir la liberación. No es necesaria una devoción elegante ni diligente, sólo hace falta que el individuo conozca estas enseñanzas.

Las personas bien preparadas no experimentarán en absoluto las visiones infernales del Segundo Bardo. Desde el principio pueden pasar conducidos por héroes, heroínas, ángeles y súper espíritus a estados paradisiacos. "Se fundirán con el resplandor multicolor; habrá una lluvia de rayos solares, el aire estará lleno del dulce olor del incienso, habrá música y resplandores en los cielos".

Este manual es indispensable para los estudiantes que no están preparados. Aquellos que sepan meditar reconocerán la Clara Luz en el momento de la pérdida del ego y entrarán en el Vacío Bienaventurado (DharmaKaya). Reconocerán también las visiones positivas y negativas del Segundo Bardo y conseguirán la iluminación (Sambhogakaya). Al volver a nacer en un plano más elevado llegarán a ser santos o profesores geniales (Nirmanakaya). Se puede siempre reanudar el estudio y la búsqueda de alumbramiento en el punto en que la última pérdida del ego lo rompió. De este modo se asegura la continuidad del Karma.

Si utilizas este manual, se puede conseguir el alumbramiento simplemente escuchando, sin necesidad de meditar. Puede liberar incluso a las personas que estén muy involucradas con los juegos del ego.

Queda muy clara la distinción entre los que lo conocen y los que no lo conocen. El alumbramiento sigue instantáneamente. Los que ha ni llegado a él no pueden tener prolongadas experiencias negativas.

La enseñanza de las visiones infernales es la misma que antes. Reconócelas como productos de tus propias reflexiones, relájate y flota con la corriente.

CONCLUSIÓN DEL SEGUNDO BARDO

Por mucha experiencia que hayas tenido, existe siempre la posibilidad de que te sobrevengan desilusiones durante estos estados psicodélicos. Los que sepan meditar reconocerán la verdad en cuanto comience la experiencia. Es muy importante que leas este manual antes de la experiencia. Te ayudará mucho en el momento de la muerte del ego el conocerte a ti mismo.

Durante las fases del Segundo Bardo es muy importante la meditación en las varias formas arquetípicas positivas y negativas. Por lo tanto, lee este manual, guárdalo, acuérdate de él, piensa en él, y léelo regularmente; deja que queden muy claras las palabras y los significados; no se deben olvidar ni aun en casos de extrema dificultad. Se llama "La Gran Liberación por medio del Simple Escuchar", porque incluso aquéllos con rasgos egoístas en su conciencia pueden ser liberados si tan sólo lo oyen. Si lo oyen nada más que una vez puede ser eficaz, porque aunque no lo comprendan se acordarán de él durante el estado psicodélico, debido a la mayor lucidez de la mente. Debería ser revelado a todas las personas; debería ser leído a todos los enfermos; debería ser leído a los agonizantes; debería ser emitido por los medios de comunicación.

Son afortunados los que conocen esta doctrina. No es fácil de encontrar. Aunque cuando se lee es difícil comprenderla. **Se conseguirá la liberación no desconfiando en él al oírlo.**

TERCER BARDO
(Sidpa Bardo)
El período de reentrada

Instrucciones preliminares

Oh, escucha bien.
Tú estás ahora ingresando en el tercer bardo.
Antes mientras experimentabas las pacíficas y coléricas visiones del segundo Bardo.
Tú no podías reconocerlo.
A través del miedo te quedabas inconsciente.
Ahora mientras te recobras.
Tu conciencia se alza.
Como una trucha brincando hacia adelante, fuera del agua luchando por su forma original.
Tu ego anterior ha comenzado a operar otra vez.
No te esfuerces por descifrar cosas si por la flaqueza estás atraído a actuar y pensar.
Tú quieres vagar en medio del mundo del fuego de la existencia.
Y padecer dolor.
Relaja tu intranquilo espíritu.

Oh...
Tú has sido incapaz de reconocer las formas arquetípicas del segundo Bardo.
Tú has bajado hasta ahora, si tu deseas ver la verdad.
Tu mente debe descansar sin distracción.
No hay nada que hacer, nada en que pensar.
Flota hacia el no-oscuro, primordial brillante, estado vacío de tu intelecto.
En este camino tú obtendrás liberación.
Si eres incapaz de relajar tu mente.
Medita en tus amigos.
Piensa en ellos con profundo amor y confianza.
Como sobre-oscureciendo la corona de tu cabeza.
Esto es de gran importancia.
No te distraigas.

Oh...
Tú puedes sentir el poder de realizar proezas.
De percibir y comunicar con poder extrasensorial.
De cambiar forma, tamaño y número.
De atravesar espacio y tiempo instantáneamente.
Estas sensaciones vienen a ti naturalmente.
Sin ningún método por tu parte.
No las desees.
No trates de ejercitarlas.
Reconócelas como señal de que estás en el tercer Bardo.
En el período de reentrada en el mundo normal.

Oh...
Si no has entendido lo mencionado.
En este momento.
Como resultado de tu propio juego mental.
Espantosas visiones pueden venir.
Ráfagas de viento y ráfagas heladas.
Zumbidos y chasquidos de la maquinaria de control.
Simulando risas.
Tú puedes imaginar terror produciendo observaciones:
«Culpable», «estúpido», «inadecuado», «sucio».
Tales mofas imaginadas y pesadillas paranoicas
Son los restos del ego-dominando, juego-jugando.
No las temas.
Son tus propios productos mentales.

Recuerda que estás en el tercer Bardo.
Tú estás luchando por entrar en la densa atmósfera del juego de la existencia rutinaria.
Deja a esta reentrada ser suave y lenta.
No trates de usar fuerza o poder de voluntad.

Oh...
Cómo tú eres conducido aquí y allá por los siempre-movientes vientos del Karma.
Tu mente, no teniendo lugar para descansar o enfocarse.
Es como una pluma lanzada por el viento.
O como un jinete en el caballo o aliento incesante o involuntariamente túerrarás.
Llamado en la desesperación por tu viejo ego.
Tu mente corre hasta que estás exhausto y miserable.
No te detengas en estos pensamientos.
Conoce el descanso en estado inmodificado.
Medita en la unidad de toda energía.
Así tú serás libre de dolor, terror y confusión.

Oh...
Tú puedes sentirte confuso y desorientado.
Tú puedes estar asombrado de tu conducta.
Tú puedes mirar a tus compañeros viajeros y amigos y darte cuenta de que no pueden entenderte.
Tú puedes pensar: «Yo estoy muerto». «Qué haré».
Y sentir gran miseria.
Sólo como un pez arrojado fuera del agua sobre ascuas al rojo.
Tú puedes asombrarte de que nunca volverás.
Lugares familiares, parientes, la gente que te conoce se te aparece como en un sueño.
O a través de un vidrio oscuro.
Si tú estás viendo semejantes experiencias.
Pensando no será de ninguna utilidad.
No trates de explicar.
Este es el resultado de tu propio programa mental.
Tales sensaciones indican que estás en el tercer bardo.
Confía en tu guía.
Confía en tus compañeros.
Confía en el misericordioso Buda.
Medita calmadamente sin distracción.

Oh...
Tú puedes ahora sentir como:
Si estuvieras oprimido y estrujado.
Como entre rocas y peñascos.
O como dentro de un jaula o prisión.
Recuerda:
Estas son señales de que tú estás intentando forzar un retorno a tu ego puede ser una opaca, gris luz.
Estas son señales del tercer Bardo.
No luches por retornar.
La reentrada sucederá por sí misma.
Reconoce dónde estás.
El reconocimiento te guiará a la liberación.

INTRODUCCIÓN

Si en el Segundo Bardo el viajero es incapaz de comprender que las visiones coléricas y pacíficas eran productos de su propia mente, entrara en el tercer Bardo. Durante este período luchará por encontrar de nuevo la realidad cotidiana y su ego; los tibetanos lo llaman el Bardo de "la búsqueda del renacimiento". Es el período durante el cual la conciencia real iza el paso de la realidad trascendente a la realidad ordinaria del estado de vigilia. Las enseñanzas de este manual son esenciales si uno desea efectuar una pacífica e iluminada reentrada procurando evitar cualquier sensación desagradable. En el **Bardo Thodröl** original el objetivo es la "liberación" del ciclo de nacimientos y muertes. Si lo interpretamos esotéricamente, quiere decir que el objetivo es permanecer en el estado de perfecta Iluminación y no regresar a la realidad del juego social.

Las únicas personas capaces de conseguir esto son las que gozan de un desarrollo espiritual muy avanzado. Tales individuos saben cómo lograrlo ejercitándose en el Principio de la Transferencia en el momento de la muerte del ego. El regreso a la realidad del juego es inevitable para una persona normal que emprenda un viaje psicodélico. Tales personas pueden y deberían utilizar esta parte del manual para conseguir los siguientes propósitos:

1. Liberarse de las trampas del Tercer Bardo.
2. Prolongar la sesión, asegurándose una máxima iluminación.
3. Elegir una reentrada favorable, es decir, regresar después de la sesión, a una personalidad más tranquila y más sabia.

Aunque no se pueden hacer estimaciones definitivas de tiempo, los tibetanos calculan que la mayoría de la gente pasa aproximadamente el 50% de toda la experiencia psicodélica en el Tercer Bardo. A veces, como hemos explicado en la introducción, una persona que no está preparada o que tiene miedo a experimentar la pérdida del ego durante los primeros dos Bardos puede pasar directamente al período de reentrada. Según el tipo de reentrada efectuada, las actitudes y sentimientos subsecuentes de la persona con respecto a ella misma y al mundo, pueden ser profundamente afectados durante las siguientes semanas o incluso meses. Con tal que la reentrada sea positiva y altamente consciente se puede aprovechar y aprender mucho de una sesión negativa y temerosa. Por el contrario una reentrada negativa o temerosa puede eliminar todo el valor a un experiencia feliz y reveladora.

Las instrucciones fundamentales del Tercer Bardo son:

1. **No hagas nada** y pase lo que pase permanece tranquilo pasivo y relajado.
2. **Reconoce** donde te encuentras. Si no lo reconoces el miedo te conducirá a una entrada prematura y nada favorable. Sólo reconociendo puedes conservar aquel estado de tranquila y pasiva concentración que es necesario para una reentrada favorable. Por eso se dan tantos puntos de reconocimiento. Si falla uno, es siempre posible acceder a otro, y así hasta el último. Por lo tanto hay que leer detenidamente estas enseñanzas y acordarse de ellas.

En los siguientes capítulos se describen algunas de las típicas experiencias del Tercer Bardo. En esta etapa de una sesión psicodélica el viajero suele ser capaz de explicar verbalmente el guía lo que está experimentando para que le pueda leer el capítulo apropiado. Muchas veces un guía experimentando puede sentir sin necesidad de palabras la naturaleza exacta de la lucha del ego. El viajero no suele experimentar todos estos estados sino solamente uno o algunos. Otras veces el regreso a la realidad puede tomar formas completamente nuevas y poco conocidas. En tales casos deben remarcarse las instrucciones generales del Tercer Bardo.

DESCRIPCIÓN GENERAL DEL TERCER BARDOS

Normalmente el individuo desciende paso a paso hacia estados más bajos (más limitados) de conciencia. Cada paso hacia abajo puede ser precedido por una pérdida de conocimiento. De vez en cuando el descenso puede ser repentino y la persona se encontrará de súbito en una visión de la realidad que, en contraste con las fases precedentes, parece pesada, estática, dura, angular, fea y como de muñeco. Tales cambios pueden provocar miedo y horror y puede que él luche desesperadamente para obtener una realidad conocida.

Puede quedar atrapado en perspectivas irracionales o bestiales que en aquel momento dominan toda su conciencia. Estos elementos primitivos y reducidos tienen origen en aspectos de su historia personal que suelen estar generalmente reprimidos. La conciencia más iluminada de los primeros dos Bardos y los elementos civilizados de la vida de vigilia cotidiana se dejan aparte, prefiriendo en su lugar impulsos poderosos, obsesivos y primitivos. De hecho estos impulsos no son nada más que partes desvanecidas, incoherentes e instintivas de la personalidad total de viajero. La sugestión de la conciencia del Bardo los hace aparecer todopoderosos y arrolladores.

Por otra parte el viajero puede notar que está en posesión de poderes supra normales de percepción y movimiento y que puede realizar milagros o proezas extraordinarias del control del cuerpo. El libro tibetano atribuye facultades paranormales a la conciencia del viajero Bardo y los explica como algo debido a que la conciencia Bardo abarca elementos tanto del futuro como del pasado. Por eso se dice que la clarividencia, la telepatía, o la percepción extrasensorial etc. son posibles. Las pruebas objetivas no indican si esta sensación de progresiva perspicacia es real o ilusoria. Por eso lo dejamos sin decidir: sólo la prueba empírica lo decidirá.

Este es el **primer** punto de reconocimiento del Tercer Bardo: la sensación de percepción y acción supra normales. Suponiendo que esto es válido, el manual aconseja al viajero que no se deje fascinar por sus poderes intensificados, ni que los ejerza. En la práctica yoga, los **lamas** más avanzados enseñan al discípulo que no busque poderes psíquicos de esta naturaleza hasta que sepa utilizarlos prudentemente, ya que pueden afectar gravemente a su desarrollo espiritual. No los puede utilizar sin peligro hasta que haya comprendido la naturaleza egoísta y provocadora de los juegos del hombre.

Una segunda señal de la existencia del Tercer Bardo son experiencias de pánico, tormento y persecución. Se distinguen las visiones coléricas del Segundo Bardo que aparecen indudablemente para implicar al propio ego "encarnado" del individuo. Le pueden sobrevenir alucinaciones de figuras manipuladoras de la mente y demonios de aspecto horrible. La forma tomada por estos demonios atormentadores dependerá de la educación de la persona. Donde los tibetanos veían demonios y fieras devoradoras, un occidental puede oír girar con estruendo máquinas impersonales o diferentes objetos futuristas que despersonalizan y controlan. De la misma manera, se le aparecerán visiones de destrucción mundial, muerte en lugares de ciencia ficción y alucinaciones en las que uno se ve engullido por poderes destructivos. Estas visiones van acompañadas de sonidos de aparatos que controlan las mentes, de los mandos que mueven el escenario de un teatro de títeres, de rabiosos maremotos, de rugidos de fuego, de vientos feroces y de risas burlonas. Al aparecer estos sonidos y visiones, el primer impulso será huir de ellos aterrorizado. Con tal que te liberes de este terror no importa a dónde vayas. En esta fase de la experiencia psicodélica el individuo puede pedir o rogar que le "saquen de ello" mediante antídotos o tranquilizantes. El individuo puede tener la impresión de estar a punto de caer por profundos y horribles precipicios que simbolizan las llamadas malas pasiones las cuales, como los narcóticos, esclavizan y atan a la humanidad a la existencia por medio de redes del juego (samsara): cólera, lujuria, estupidez, soberbia, egoísmo, celos, y poder de control. Tales experiencias, al igual que la del poder incrementado -citada anteriormente- deben ser consideradas como características del Tercer Bardo. No se debe huir del dolor ni ir en busca del placer. Lo único que se necesita **es el conocimiento**; el cual depende de la preparación.

Una tercera señal es una especie de intranquilo e infeliz error que puede ser simplemente mental o puede llevar consigo un movimiento Tísico. La persona se siente como llevada por vientos (vientos del **Karma**), como manipulada mecánicamente. Es posible que haya breves intervalos de alivio en ciertos lugares o situaciones del mundo humano "ordinario". Al igual que una persona que conduce sola por la noche en una autopista fijándose en lugares muy conocidos, grandes árboles aislados, casas puentes, templos, chiringuitos, etc., la persona que se encuentra en la fase de reentrada sufre experiencias conocidas. Es posible que pida volver a sitios previamente conocidos en el mundo humano. Pero cualquier alivio externo es temporal y pronto recomienza el error inquieto. Es posible que sobrevenga un deseo desesperado de telefonar o de comunicarse con la familia, con el doctor o con los amigos, para intentar que se le saque de este estado. Se debe resistir a este deseo. El guía y los compañeros de viaje pueden resultar la mejor ayuda. No se debe involucrar a otros en sus propias alucinaciones. De todas maneras fracasará el intento ya que los no implicados en la experiencia generalmente no son capaces de entender lo que está sucediendo. De nuevo sucede que el primer paso hacia la liberación es tan solo reconocer estos deseos como manifestaciones del Tercer Bardo.

Una cuarta señal es una experiencia bastante común: la persona puede sentirse estúpida y llena de sentimientos incoherentes, mientras el resto de gente parece plenamente consciente y alerta. Esto lleva sentimientos de culpabilidad y de inferioridad y también a formas extremas de la Visión del Juicio tal como se describe más abajo. Esta sensación de estupidez es una mera consecuencia natural de la perspectiva limitada bajo la que opera la conciencia en este Bardo. La calma y relajada aceptación y confianza capacitarán al viajero para conseguir la liberación en este punto.

Otra experiencia, **la quinta señal de reconocimiento**, que al tener lugar repentinamente hace muchísimo efecto, es tener la impresión de estar muerto, aislado de la vida y lleno de miseria. El individuo puede recuperar súbitamente la conciencia después de haberse desmayado y experimentar que tanto él como los demás son robots sin vida actuando mecánicamente a base de gestos sin sentido. Puede tener la sensación de que no regresará nunca y se lamentará de su estado desdichado. Tales fantasías han de ser nuevamente reconocidas como los intentos del ego para recuperar el control. En el verdadero estado de muerte del ego, tal como ocurre en el Primero el Segundo Bardo, aquellas quejas no se vuelven a proferir nunca.

Una sexta señal, uno puede tener la sensación de estar oprimido o aplastado o aprisionado entre grietas y hendeduras de rocas y piedras. El individuo puede sentir que está encerrado en una especie de caja o malla metálica. Esto simboliza el intento prematuro para entrar en un robot del ego que no es adecuado ni está equipado para relacionarse con la conciencia expandida. Por eso uno debe disminuir el deseo de recuperar el ego.

Un séptimo aspecto es una especie de luz gris crepuscular que lo inunda todo y contrasta mucho con las brillantes y resplandecientes luces y colores de las primeras fases del viaje. En lugar de brillar, resplandecer y vibrar los objetos ahora tienen un color muy gastado, apagado y angular. El guía puede leer cualquier pasaje al darse cuenta de que el viajero está empezando a regresar al ego.

LAS VISIONES DE REENTRADA

Oh...,
 Tú no has entendido lo que está sucediendo.
 Hasta ahora tú has estado buscando por tu pasada personalidad.
 Incapaz de encontrarla, puedes empezar a sentir que nunca serás el mismo otra vez.
 Que tú volverás como una persona cambiada.
 Entristecido por esto sentirás pena de ti mismo.
 Vas a tratar de encontrar tu ego, alcanzar el control.
 De este modo pensando, te asombrarás aquí y allí.
 Incesantemente y distraídamente.
 Diferentes imágenes de tu mismo futuro serán vistas por ti.
 La que te obsesiona más la verás más claramente.
 El arte especial de estas enseñanzas es particularmente importante en este momento.
 Cualquier imagen que veas.
 Medita acerca de ella como viniendo de Buda.
 Este nivel de existencia también existe en Buda.
 Este es un arte sumamente profundo que te hará libre de tu presente confusión.
 Medita acerca (nombre del ideal protector) tanto como puedas.
 Visualízate como una forma producida por un mago.
 Entonces deja su imagen disolverse.
 Empezando por las extremidades.
 Hasta que nada sea visible.
 Ponte en un estado de claridad y vacío.
 Habita en este estado por un rato.
 Medita ahora una vez más en tu ideal protector.
 Una vez más en la Luz Clara.
 Haz esto alternativamente.
 Después deja a tu propia mente disolverse también gradualmente.
 Donde quiera que el aire penetre, la conciencia penetra.
 Donde quiera que la conciencia penetre, el sereno éxtasis penetra.
 Habita tranquilamente en el increado estado de serenidad.
 En este momento el renacimiento de la paranoia será evitado.
 La perfecta iluminación será ganada.

En la sección precedente se describirán los síntomas de reentrada, las señales de que el viajero está intentando recuperar su ego. En esta sección se describen las visiones de los tipos de reentrada que se pueden efectuar.

El manual tibetano concibe que el viajero puede regresar eventualmente a uno de los seis mundos del juego existencial (samsara), es decir, la reentrada al ego puede tener lugar en uno de los niveles, de la misma manera que puede asumir uno de los seis tipos de personalidad. Dos de estos niveles son más altos que el nivel humano normal y tres son más bajos.

El nivel más alto e iluminado es el de los **devas** que son los que los occidentales llamarían santos, sabios, o profesores divinos. Son las personas más iluminadas de la tierra: Gautama Buda, Lao-Tse, Cristo.

El segundo nivel es el de los **asuras** que se pueden llamar titanes o héroes, personas que gozan de poder y visión supra humanos.

El tercer nivel es el de la mayoría de los seres humanos normales que luchan contra las redes del juego de las que alguna vez se liberan.

El cuarto nivel corresponde a la existencia animal. En esta categoría se encuentran el perro y el gallo, símbolos de la hipersexualidad concomitante a los celos; y el cerdo que simboliza la lujuriosa estupidez y la suciedad; la hormiga laboriosa y acaparadora; el insecto o el gusano que representa la tendencia tosca y servil; la serpiente portadora de ira; el mono lleno de primitiva fuerza bruta; "el lobo de las estepas" gruñón; el pájaro encumbrándose libremente. Se podrían citar muchos más. En todas las culturas del mundo las personas se han identificado con la imagen de los animales; durante los sueños y en la infancia, tal identificación es muy frecuente.

El quinto nivel es el de los neuróticos o espíritus frustrados sin vida en busca permanente de deseos insatisfechos.

El sexto y el más bajo nivel, es el del infierno o de la psicosis.

Menos del 1% de las experiencias trascendentes del ego terminan en santidad o en psicosis. La mayoría de las personas regresan al nivel humano normal.

Según el **Libro Tibetano de los Muertos**, cada uno de los cinco mundos del juego o niveles de existencia se asocia con un tipo característico de esclavitud desde el cual las experiencias del no juego ofrecen una libertad temporal:

1. La existencia como un **deva**, o santo, siendo más deseada que las otras es, no obstante, concomitante con un sinfín de placeres, libre éxtasis del juego.
2. La existencia como un **asura**, o titán, es concomitante con una interminable guerra heroica.
3. Los impedimentos característicos de la existencia humana son la inercia, la altiva ignorancia, las deficiencias físicas o psicológicas de varias especies.
4. La impotencia y la esclavitud son características de la existencia animal.
5. Los tormentos de deseos y necesidades insatisfechas son características de la existencia de los **pretas**, o espíritus tristes.
6. Temperaturas extremas, el placer y el dolor existen en el infierno.

Según el **Bardo Thodrol**, el karma del individuo determina el nivel al cual llegará. Durante el período del Tercer Bardo aparecen señales y visiones premonitorias de diferentes niveles: el nivel hacia el cual uno se dirige va a aparecer con más claridad. Por ejemplo el viajero puede sentirse lleno de poderes divinos (asuras), puede sentirse conmovido por impulsos primitivos y bestiales, experimentar la fuerte frustración de los neuróticos infelices, o estremecerse antes las torturas del infierno creado por él.

Se aumentan las posibilidades de efectuar una reentrada favorable si el individuo deja que el proceso desarrolle naturalmente sin esfuerzos ni luchas. Uno debería evitar huir o ir en busca de alguna de las visiones. Medita con calma sobre la idea de que todos estos niveles están también en Buda.

Al aparecer, a partir de las señales uno puede reconocerlas y examinarlas y aprender mucho de sí mismo en muy poco tiempo. Si el individuo se da cuenta de que se encuentra en el punto de regresar a una personalidad o a un ego que le parece poco apropiado a su nuevo conocimiento de sí mismo, al leer las instrucciones puede impedir que esto suceda y volver a realizar la reentrada.

PARA TODA INFLUENCIA DETERMINANTE DEL PENSAMIENTO

Oh...

Puedes ahora experimentar alegría momentánea de gran intensidad.

Como el tensarse y relajarse de una catapulta.

Irás a través de agudas oscilaciones de humor.

Todo determinado por el Karma.

No te aferres a las alegrías ni te enfades con las penas.

Las acciones de tus amigos pueden evocar enfado o pena en ti.

Si te enfadas o te deprimes.

Tendrás una experiencia de infierno.

No tiene importancia lo que la gente haga.

Ningún pensamiento empañado puede surgir.

Medita acerca del amor hacia ellos.

Frecuentemente en este estado de la sesión.

Sólo estás un segundo lejos de la descubierta del cambio alegre de tu vida.

Recuerda que cada uno de tus compañeros es Buda con él.

Tu mente ahora, sin tener donde enfocarse o fuerza interrogadora.

Siendo luz y moviéndose continuamente.

Todos los pensamientos que se te ocurran.

Positivos o negativos.

Ejercerán gran poder.

Tú estás extremadamente sugestionable.

Por lo tanto no pienses en cosas egoístas.

Recuerda tu preparación para la sesión.

Muestra pura afección y humilde fe.

A ir a través de la audiencia de estas palabras el recuerdo vendrá.

El recuerdo será seguido del reconocimiento y la liberación.

Aunque previamente no fuera posible, ahora ya se puede conseguir la liberación mediante la confrontación. Sin embargo, si aún después de tales confrontaciones no has conseguido liberarte, es precisa una aplicación continua y profunda.

Si te sientes apegado a las posesiones materiales, a antiguos juegos y actividades, o, si te irrita el que otras personas aún estén implicadas en objetivos que tú ya has dejado, esto influirá tu equilibrio psicológico. Estarás tan afectado que aunque tengas que regresar a un nivel más alto, de hecho regresarás a un nivel más bajo en el mundo de los espíritus insatisfechos (neurosis).

Por parte, aun si te sientes apegado a los juegos mundanos que has dejado, no podrás jugarlos y serán inútiles para ti. Por eso, abandona la debilidad y el apego a ellos; olvídalos completamente; renuncia a ellos desde lo más profundo de tu corazón. No importa quién disfrute de sus posesiones; quien desempeñe tu papel; no seas tacaño ni celoso sino está dispuesto a renunciar de buena gana. Piensa que estás

ofreciéndolos a tu libertad interna y a tu conciencia expandida. Sostente en el sentimiento del no-apego, desprovisto de debilidad y ansia.

Cuando las actividades de los otros componentes de la sesión no sean correctas, ni prudentes, ni cuidadas o sean distraídas, cuando se rompe el acuerdo o contrato y cuando cualquier participante pierde la pureza de intención, dejando que domine la frivolidad y la negligencia. (lo cual es visto claramente por un viajero del **Bardo**), puedes notar de nuevo una falta de fe y empezar a dudar de tus creencias. Podrás percibir cualquier ansiedad o miedo, acciones egoístas, comportamiento egocéntrico y manipulador. Es posible que pienses: "Dios mío, me han engañado, me han defraudado, me han decepcionado". Si piensas esto, te deprimirás profundamente y, preso por un gran resentimiento, adquirirás desconfianza y falta de fe en vez de un humilde afecto y confianza comprensiva. Ya que esto afecta al equilibrio psicológico, es cierto que la reentrada se efectuará de forma desagradable.

Tales pensamientos no serán tan solo inútiles sino que también harán mucho daño. Por muy correcto que sea el comportamiento de los otros, piensa así: "¿Qué? ¿Cómo pueden ser inapropiadas las palabras de un Buda: es como el reflejo de las imperfecciones de mi propia cara al mirarme al espejo; mis propios pensamientos deben ser impuros. En cuanto a los demás, son nobles de cuerpo, santos de palabra y el Buda está en su interior: "puedo aprender de sus acciones".

Pensando de este modo, ten confianza en tus compañeros y manifiesta un amor sincero hacia ellos. Hagan lo que hagan será beneficioso para ti. Aquella manifestación de amor es muy importante. ¡No lo olvides! Puedes alcanzar un nivel más alto y más feliz aun cuando estuvieras destinado a uno más bajo, mediante las buenas acciones de amigos, parientes, participantes y guías experimentados que se consagran fervientemente a la realización correcta de los ritos beneficiosos. El placer que sientes al verlos, influirá sobre el equilibrio psicótico el cual te capacitará para conseguir un nivel más alto. Por eso no deberías crear pensamientos egoístas sino ejercer imparcialmente un afecto puro y una fe humilde hacia todos. Esto es sumamente importante. Por lo que hay que tener muchísimo cuidado.

PARA EL JUZGAMIENTO DE LAS VISIONES

Oh, si tú estás experimentando una visión de juicio y culpa.

Escucha atentamente.

Estas sufriendo esto porque es el resultado de tu mísero juego mental.

Tu Karma.

Nadie está haciendo nada.

Tu misma mente está creando el problema.

Por lo tanto flota en la meditación.

Acuérdate en tus formas en las que crees.

Acuérdate las enseñanzas de este manual.

Acuérdate de la amigable presencia de tus compañeros.

Si no sabes cómo meditar.

Concéntrate en la realidad de esto.

Reconoce la ilusoria naturaleza de existencia y fenómeno.

Este momento es de gran importancia.

Si estás distraído ahora te costará salir del cenagal de la miseria.

Hasta ahora las experiencias del Bardo han venido a ti y no las has reconocido.

Has estado distraído.

En este período has experimentado todo el miedo y el terror.

Aunque siempre con éxito hasta aquí.

Puedes reconocer y obtener liberación aquí.

Tu sesión puede llegar a ser extática y reveladora.

Si tú no sabes cómo meditar, recuerda (ideal de la persona).

Recuerda a tus compañeros.

Recuerda este manual.

Piensa en todos esos miedos y terroríficas apariciones como siendo tu propio Ideal, como el Uno misericordioso.

Son pruebas divinas.

Recuerda tu guía.

Repite los nombres una y otra vez aunque siempre decaigan.

Tú no serás dañado.

LAS VISIONES DEL JUICIO:

Las visiones del juicio y el juego de la culpa pueden sobrevenir con el Tercer Bardo. "El buen genio contará tus buenas acciones con blancos guijarros y el genio malo contará tus malas acciones con guijarros negros." El juicio es una parte fundamental de muchos sistemas religiosos, pudiendo tomar la

visión de varias formas. Es muy probable que los occidentales vean la conocida versión cristiana. Los tibetanos le dan una interpretación psicológica como a todas las demás visiones: El Juez, el Dios de la Muerte, simboliza la misma conciencia bajo la forma severa de la imparcialidad y del amor a la rectitud. El "Espejo del Karma" (el Libro Cristiano del Juicio), consultado por el Juez, es la memoria. Se presentarán diferentes partes del ego; algunas de estas intentan justificar las acusaciones con débiles excusas, otras atribuyen motivos viles a las diferentes acciones, considerando, por lo que se ve, malas las acciones neutras: hay toda vía otras que ofrecen justificaciones o que piden perdón. El espejo de la memoria refleja con claridad; serán inútiles las mentiras y los subterfugios. No tengas miedo; no mientas; afronta la verdad con coraje.

Ahora es posible que te imagines rodeado de figuras que te quieren atormentar, torturar o ridiculizar (Las Poderosas Furias del Dios Robot de la Muerte). Estas figuras despiadadas pueden ser internas o pueden inmiscuir a la gente vil, burlona y superior que le rodea. Acuérdate de que el miedo, la culpa y las figuras acosadoras y burlonas son tus propias alucinaciones. Tu propia máquina de la culpa. Tu personalidad es un conjunto de modelos de pensamientos y está vacía. No se le puede hacer daño. "Las espadas no las pueden penetrar, el fuego no la puede quemar". Libérate de tus alucinaciones. En realidad no existe ni el Dios de la Muerte ni un dios demonio ni espíritu que juzgue. Actúa de tal manera que reconozcas esto.

Reconoce que estás en el Tercer Bardo. Medita sobre tu símbolo ideal. Si no sabes meditar, simplemente analiza con gran cuidado la verdadera naturaleza de lo que da miedo: "la realidad" no es nada más que un vacío (**DarmaKaya**). Aquel vacío no es el de la nada sino un vacío cuya verdadera naturaleza inspira respeto a ti. Ante tal vacío tu conciencia brilla con más claridad y lucidez.⁹

Todo ello se refiere a las fundamentales Enseñanzas de la Sabiduría del **Bardo Thodrol**. En todos los sistemas tibetanos de **Yoga**, el propósito esencial es el reconocimiento del Vacío. Reconocerlo es conseguir el **DharmaKaya** libre de condicionamientos (o el "Cuerpo Divino de la Verdad"), el estado primordial de la no creación, de la Supra-mundana Conciencia Total. El **DharmaKaya** es el más alto de los tres cuerpos del Buda y de todos los Budas y seres que están totalmente iluminados. Los otros dos cuerpos son el SambhoghaKaya o el "Cuerpo Divino de la Dotación Perfecta" y el **NirmanaKaya** o el "Cuerpo Divino de la Encarnación". **AdiKaya** es un sinónimo de **DharmaKaya**. El **DharmaKaya** es la primordial Sabiduría Elemental; es auténtica experiencia libre de todo error u obscuración inherente o causa. Incluye tanto el Nirvana como el Samsara que son los extremos de la conciencia, pero son idénticos en el dominio de pura conciencia. El **SambhoghaKaya** encarna, como en los cinco Dhyani Budas, Sabiduría Práctica o auténtica sabiduría. Se consideran encarnaciones del **Nirvana-Kaya** todos los seres iluminados que renacen con plena conciencia en éste o en cualquier otro mundo como trabajadores para el mejoramiento de sus compañeros, el lama Kazi-Dawa-Samdisp, traductor del **Bardo Thodrol** decía que el **Addi Buda** y todos las deidades relacionados con el **DharmaKaya** no habían de ser considerados deidades personales sino las personificaciones de las leyes y fuerzas primordiales y universales y de las influencias espirituales. En el infinito panorama del universo existente y visible, cualquiera que sean las formas que aparezcan, los sonidos que vibren, los resplandores que iluminen, o las conciencias que se conozcan, todos son juego o manifestación en el **TriKaya**. El Triple Principio.

LAS VISIONES SEXUALES

Oh...

En este momento puedes ver visiones de parejas juntas.

Tú estás convencido de que una orgía ocurre a tu alrededor.

Deseo y expectación se apodera de ti.

Te asombras que la acción sexual te espera.

Cuando estas visiones ocurran.

Recuerda, retente a ti mismo de acción o de apego.

Humildemente ejercita tu fe.

Flota en la corriente.

Confía en el proceso fervientemente.

Meditación y confianza en la unidad de la vida son las llaves.

Si tratas de entrar en tu vieja personalidad porque eres atraído o rechazado.

Si tratas de unirte a la orgía que estás alucinando.

Tú renacerás a un nivel animal.

Experimentarás deseo posesivo y celos.

Sufrirás estupidez y miseria.

Si deseas evitar esas miserias.

Escucha y reconoce.

Rechaza los sentimientos de repulsión o atracción.

**Recuerda que el descendente esfuerzo contrario a la iluminación es fuerte en ti.
Medita sobre la unidad con tus compañeros de viaje.
Abandona los celos.
Ni atracción ni repulsión por tus alucinaciones sexuales.
No vagarás en la miseria largo tiempo.
Repítete estas palabras a ti mismo.
Y medita sobre ello.**

Ocurren con mucha frecuencia durante el Tercer Bardo visiones sexuales. Puede que veas o imagines a parejas que copulan.¹⁰

Esta visión puede ser interna o puede inmiscuir a la gente de tu alrededor.

Es posible que le sobrevengan alucinaciones de orgías y experimentos deseos y vergüenza, atracción y repugnancia. Puede que te preguntes qué acción sexual se espera de ti y que tengas dudas acerca de tu capacidad sexual en este momento.

Al ocurrir estas visiones, recuerda que has de mantenerle alejado de realizar cualquier acción o de vincularte a cualquier apego. Ten fe y flota suavemente en la corriente. Fíate de la unidad de la vida y de tus compañeros.

Si intentas entrar en tu antiguo ego porque sientes atracción o repugnancia, o si intentas unirse o escapar de la orgia porque estás alucinando, reentrarás a un nivel animal o neurótico. Si tienes sentimientos "machistas" experimentarás odio y celos hacia tu padre y atracción hacia tu madre; si dominan en ti los "sentimientos femeninos", experimentarás odio hacia tu madre y atracción y cariño hacia tu padre.

Quizás no hace falta que expliquemos que este tipo de sexualidad egocéntrica tiene poco de común con la sexualidad de las experiencias transpersonales. La unión física puede ser una expresión o una manifestación de la unión cósmica.

De vez en cuando las visiones de la unión sexual son seguidas por visiones de concepción (puede que imagines la unión del esperma con el óvulo) de la vida intrauterina y del nacimiento del útero. Algunas personas afirman que han vuelto a vivir durante sesiones psicodélicas su propio nacimiento físico y a veces han ocurrido evidencias que confirman tales afirmaciones. Dejemos que la evidencia empírica decida esta cuestión. A veces las visiones de nacimiento serán claramente simbólicas, por ejemplo, la salida de un capullo, la salida del caparazón.

Si la visión del nacimiento es un producto de la memoria o de la fantasía, el viajero psicodélico debe procurar reconocer las señales que indica el tipo de personalidad que está renaciendo.

CUATRO MÉTODOS DE PREVENCIÓN DE LA REENTRADA

1. MEDITACIÓN SOBRE EL BUDA

Oh...

Tranquilamente medita sobre tu figura protectora.

Ella es como un reflejo de la luna en el agua.

Es aparente, todavía, no-existente.

Como una ilusión producida por la magia.

Si tú no tienes una figura especial protectora.

Medita sobre el Buda o sobre mí.

Con esto en la mente medita tranquilamente.

Entonces, originándose la visualizadora forma de tu protector ideal.

Se disuelve desde las extremidades.

Medita sin ninguna idea hecha, sobre La «CLARA LUZ VACIA».

Este es un arte muy profundo.

Por virtud de ello el renacimiento es aplazado.

Una mayor iluminación futura es segura.

2. MEDITACIÓN SOBRE BUENOS JUEGOS

Tú estás vagando ahora por el tercer Bardo.

Como una señal de esto mira tú espejo y no verás tu rostro normal.

En este momento debes hacer una simple resolución en tu mente.

Esto es muy importante.

**Es como dirigir la carrera de un caballo con el uso de los riñones.
Todo lo que desees sucederá.**

3. MEDITACIÓN SOBRE LA ILUSIÓN

**Si aun bajando y no liberado.
Medita como sigue:
Las actividades sexuales, manipulación de la maquinaria, la simulación de risa, sonidos esporádicos
y apariciones terroríficas.
En realidad estos fenómenos son en naturaleza ilusiones.
Sin embargo pueden aparecer en verdad ellos.
Son irreales y falsos.
Son como sueños y apariciones.
No-permanentes, no-fijas.
¿Qué ventaja hay en apegarse o tener miedo de ellas?
Todo son alucinaciones de tu mente.
Tu mente misma no existe.
Por lo tanto, ¿por qué si ellas?
Solo tomando estas ilusiones por algo real navegarás al rededor de esta existencia confusa.
Todas son como sueños, como ecos.
Como ciudades de nubes.
Como espejismos, como formas relajadas.
Como fantasmagorias.
La luna vista en el agua.
Ni unos momentos reales.
Manteniéndote firme agudamente en este tren de pensamiento.
La creencia de que son reales se disipa.
Y la liberación es alcanzada.**

4. MEDITACIÓN SOBRE EL VACÍO

**Todas las substancias son parte de mí propia consciencia.
Esta consciencia es vacía, increada, y no cesante.
Meditando así.
Deja descansar la mente en el increado estado.
Como el llover de agua sobre agua.
La mente debe ser dejada en su propia postura fácil mental.
En su natural in-modificada condición clara y vibrante.
Manteniendo este relajado, increado estado de la mente.
El renacimiento en la rutina juego realidad es seguro evitado.
Medita sobre esto hasta que tú seas ciertamente libre.**

Aunque se han dado muchas confrontaciones y puntos de reconocimiento, es posible que el individuo aún esté mal preparado y descendiendo hacia la realidad del juego. Es ventajoso aplazar el regreso durante tanto tiempo como sea posible; de esta manera, se hace máxima la iluminación de la personalidad subsiguiente. Por lo tanto, se citan cuatro métodos de prolongación del estado de la pérdida del ego. Son:

1. Meditación sobre el Buda o el guía.
2. Meditación sobre los buenos juegos.
3. Meditación sobre la ilusión.
4. Meditación sobre el vacío.

Cada método trata de hacer que el viajero vuelva a la corriente central de energía del Primer Bardo de la cuál ha sido apartado por la partición en el juego.

Quizás te estás preguntando cómo pueden ser eficaces estos métodos de meditación que parecen difíciles a la mayoría de la gente. Según el tibetano **Bardo Thodrol**, debido a las cada vez mayores capacidad de sugestión y abertura de la mente cuando uno está en un estado psicodélico, estos métodos pueden ser utilizados por cualquier persona, cualquiera que sea su capacidad mental o habilidad en la meditación.

PARA DESPUÉS ESCOGER LA PERSONALIDAD

Escucha:

Es casi tiempo de volver.

Haz la selección de tu futura personalidad de acuerdo con las mejores enseñanzas.

Escucha bien:

Las señales y características del nivel de existencia a venir.

Aparecerán ante ti en señales premonitorias.

Reconócelas.

Cuando encuentres que tú has vuelto a la realidad.

Intenta seguir las deliciosas, agradables visiones.

Evita las desagradables y oscuras.

Si te revuelves en el pánico, un espantoso estado seguirá.

Si te esfuerzas por escapar a las oscuras lóbregas visiones.

Un estado infeliz seguirá.

Si tú vuelves en resplandor, un feliz estado seguirá.

Tu estado mental ahora, afectará tu posterior nivel de ser.

Lo que escojas.

Escoge imparcialmente.

Sin atracción ni repulsión.

Entra en el juego-existencia con buena gracia.

Voluntariamente y libremente.

Permanece tranquilo.

Recuerda las enseñanzas.

MÉTODOS PARA LA ELECCIÓN DE LA PERSONALIDAD DESPUÉS DE LA SESIÓN

Escoger el ego de la post-sesión es un arte muy profundo y no debe ser tomado a la ligera ni con prisas. Uno no debe huir de nuevo de los tormentos alucinatorios. Una reentrada así tenderá a llevar al individuo a uno de los niveles más bajos. En primer lugar uno debe dispersar el miedo visualizado a su protector o al Buda; luego escogiendo calma e imparcialidad.

El limitado conocimiento adquirido de antemano debería ser utilizado con el fin de escoger prudentemente. En la traducción literaria cada uno de los niveles de la existencia del juego se asocia con cierto color y también con ciertos símbolos geográficos. Es posible que estos sean diferentes para los occidentales del siglo veinte. Cada individuo tiene que aprender a descifrar su propio mapa interno. Se puede partir de los indicadores tibetanos. El propósito queda claro; uno ha de seguir las señales de los tres niveles más altos y rechazar las de los tres más bajos. Hay que seguir las visiones claras y agradables, rechazando visiones oscuras y tristes.

Se dice que el mundo de los santos (devas) brilla con una luz blanca y va precedida de visiones de templos maravillosos y mansiones repletas de joyas. El mundo de los héroes (**asuras**) brilla con una luz verde yendo anunciada por bosques encantados e imágenes de luego. El mundo ordinario de los seres humanos brilla con una luz amarilla. La existencia animal va precedida de una luz azul e imágenes de cuevas y abismos. El mundo de los neuróticos o de los espíritus insatisfechos tiene una luz roja y visiones de llanuras desoladas y selvas inhóspitas. El mundo informal emite una luz de color de humo siendo sus presagios gemidos y visiones de tierras tenebrosas, casas blancas y negras y carreteras negras por las cuales tienes que viajar.

Usa tu capacidad de previsión para escoger un buen robot para que después de la sesión tu antiguo ego no deba atraerte. No importa el que persigas poder, o estatus, o sabiduría, el estudio o la esclavitud; hay que elegir imparcialmente sin sentirse atraído ni rechazado. Entra en la existencia de juego de buena gana, voluntaria y libremente. Contempla como si vieras una mansión celestial, es decir, como una oportunidad de ejercitar el éxtasis del juego. Ten fe en el amparo de las deidades y elige. Es muy importante ser completamente imparcial ya que puedes estar equivocado. Un juego que parece bueno puede resultar al final malo. Una imparcialidad completa y la liberación del deseo y del miedo, aseguran que se elija con la máxima prudencia.

Al regresar, ves extendidos delante de ti el mundo, tu vida anterior, un planeta lleno de objetos y acontecimientos fascinantes. Cada peculiaridad del viaje de regreso puede ser un descubrimiento maravilloso. Dentro de poco estarás descendiendo para ocupar tu sitio en los acontecimientos mundanos. La clave de este viaje de regreso es ésta: actúa tranquilamente, lentamente con naturalidad. Disfruta de cada segundo. No tengas prisa. No te sientas apegado a tus antiguos juegos. Date cuenta de que estás en el período de la reentrada. Elimina cualquier tensión emocional anterior. Todo lo que ves y tocas debería resplandecer. Cada momento debería ser un hallazgo jovial.

Aquí termina el Tercer Bardo, El Período de Reentrada

CONCLUSIÓN GENERAL

Los estudiantes bien preparados con un nivel espiritual avanzado pueden utilizar el principio de la "Transferencia" en el momento de la muerte del ego y no necesitan pasar por estados Bardo. Alcanzarán un estado de iluminación y permanecerán allí durante todo el período. Otros, menos expertos en disciplina espiritual, reconocerán la clara luz en la segunda etapa del Primer Bardo y conseguirán luego la liberación.

Otros, aún menos avanzados, pueden ser liberados mientras experimentan una de las misiones positivas o negativas del Segundo Bardo. Ya que hay varios puntos decisivos, la liberación se puede conseguir en uno de estos puntos, por medio del reconocimiento en momentos de confrontación. Los que tienen una conexión Kármica muy débil, es decir, lo que han estado implicados en juegos muy fuertes dominados por el ego, tendrán que descender al Tercer Bardo. Otra vez se han dado muchos puntos de liberación. Las personas más débiles caerán bajo la influencia del complejo de culpabilidad y el terror. Para ellas hay varios niveles de enseñanzas para impedir el regreso a la realidad rutinaria, o por lo menos para elegirlo bien. Si aplican los métodos de visualización descritos, deberían lograr sacar algún provecho de la sesión. Incluso los individuos cuyas rutinas normales son primitivas y egocéntricas pueden ser rescatados de una reentrada desagradable. Cuando hayan experimentado, por corta que sea la experiencia, la gran belleza y fuerza de un conocimiento libre, pueden encontrarse en el siguiente período con un guía o amigo que les ayudará a penetrar más profundamente en el camino.

El modo más efectivo de desarrollar esta enseñanza (incluso para un viajero que ya esté en el Sidpa Bardo) es la siguiente: todas las personas tienen algunos residuos de juegos positivos y algunos negativos. La continuidad de la conciencia ha sido interrumpida por la muerte del ego para la cual la persona no ha sido preparada. Las enseñanzas son como parches en un neumático reventado, que temporalmente restauran la continuidad con el **karma** positivo. Como dijimos antes, la extrema capacidad de sugestión ó abertura de la conciencia en este estado, asegura una máxima atención al escuchar la doctrina. Las enseñanzas contenidas en este Manual se pueden comparar con una catapulta que puede lanzar a la persona hacia la meta de la liberación. O con el traslado de una gran viga de madera que es tan pesada que cien hombres no pueden llevarla, pero haciéndola flotar en agua puede moverse fácilmente. O es como controlar un caballo con la brida.

Por eso, estas enseñanzas deberían ser impresas vivamente en el viajero una y otra vez. Este Manual puede ser utilizado también más generalmente. Debería ser recitado con tanta frecuencia como sea posible y aprendido de memoria a ser posible. Al llegar la muerte del ego o la muerte final, reconoce los síntomas, recítale el Manual y reflexiona sobre su significado. Si no puedes hacerlo pide a un amigo que lo haga por ti. No se puede dudar de su poder de liberación.

Libera al ser visto u oído, sin ninguna necesidad de ningún ritual o meditación complicada. Esta Enseñanza Profunda libera a aquellos con un mal **Karma** mediante el Camino Secreto. Uno no debería olvidar su significado ni sus palabras aún cuando se encuentre perseguido por siete perros mastines. Mediante estas Enseñanzas Secretas, uno obtiene el dominio de Buda en el momento de la pérdida del ego. Por mucho que buscaran los Budas del pasado, del presente y del futuro no encontrarían una doctrina que trascendiera a esta.

Apéndices

I. Viajando a través del ácido *Dr. Carlos Frigola*

Desde tiempo inmemorial, el hombre conoce las propiedades "visionarias" de algunos vegetales y ha dedicado sus conocimientos y su vida a la búsqueda de sus poderes sobrenaturales. La Cannabis Sativa, era usada por los emperadores chinos hace más de dos mil años y probablemente algunos de sus derivados, como el hachís y la marihuana eran conocidos por los asirios ocho siglos antes de Cristo. Tanto la cultura india como la musulmana y algunas culturas africanas, conocían sus propiedades psicodélicas. Los pueblos precolombinos de Méjico, durante el tiempo de la Conquista, usaban multitud de plantas que contenían agentes psicoactivos para comunicarse con sus dioses, producir visiones o para curar sus enfermedades. Los aztecas tenían el hongo sagrado "Teonanacatl" que significa "carne de dios" y que usaban en las ceremonias y rituales religiosos. Aún hoy día, algunos hongos como la Psilocibe Mexicana y el peyote, que es un pequeño cactus que se encuentra en el sudeste de Méjico y que contiene diferentes alcaloides como la mezcalina y la anhalonina, entre otros, son usados por las curanderas mejicanas que los combinan con exorcismos y plegarias, algunas derivadas o exportadas por la iglesia católica española que cristianizó aquellas prácticas paganas, a veces y desgraciadamente a costa de destruir su cultura, como en el caso de Cortés.

Las brujas y alcahuetas de los siglos XV y XVI, usaban pociones y mixturas de diferentes plantas como la mandrágora, la belladona, solanáceas por sus poderes medicinales y visionarios y que la Inquisición vio como orgias diabólicas. Los fenómenos mentales que producían estas plantas variaron seguramente con las culturas y países. El peyote que era usado sacramentalmente por los aztecas, fue descrito como narcótico por el historiador español Sahagun allá por 1600, y denunciado como una planta diabólica por la Inquisición en nombre de la fe católica. Sin embargo no ha sido hasta 1943, con el descubrimiento del LSD-25, por Stoll y Hofmann en los laboratorios de investigación Sandoz de Suiza, como agente con propiedades alucinógenas y psicodélicas que ha quedado abierta la cerradura al interés y a la opinión pública del fenómeno así llamado "visionario". Las experiencias de Aldous Huxley con la mezcalina que era ya posible conseguir sintéticamente aumentaron el interés, pero han tenido que pasar aún los "famosos" sesenta, para que el fenómeno "visionario" se integrara en la cultura popular burguesa.

A partir de 1960, aparecen en la bibliografía multitud de investigaciones sobre el LSD-25 y sus derivados, tanto en el mundo médico como en otras áreas científicas y multitud de periódicos, revistas y libros empiezan a incluir artículos sobre sus poderes, creando como consecuencia, una atmósfera de confusión y pánico, producto del exceso de publicidad y de los errores periodísticos que han comparado al LSD con la profética droga de la locura. Esta confusión deriva de la mala interpretación de la hipótesis psiquiátrica de que el estado alucinógeno producido por dicha sustancia era comparable o idéntico al producido por la esquizofrenia. Aún cuando la hipótesis llamada de la "psicosis modelo" ha sido abandonada o modificada por multitud de científicos, la atmósfera del hombre de la calle es de total confusión en el sentido de que el LSD o bien le vuelve loco a uno o por otro lado, peor aún, que cura toda clase de enfermedades mentales. El ciudadano medio que está un poco familiarizado con el tinglado psiquiátrico y antipsiquiátrico encuentra muy clarificador los escritos de Laing y sus colegas, respecto por ejemplo a las experiencias familiares, a la esquizofrenia, a la contradicción de la locura y a la necesidad de abandonar el modelo médico tradicional para poder entender la psique del hombre sano y enfermo. Pero este mismo ciudadano es mixtificado por el sistema que niega la validez de la praxis antipsiquiátrica, negando posteriormente la negación, de tal forma que la confusión que era única al principio, se convierte en doble, enmascarada por la opinión pública.

Fue el psiquiatra inglés Ronald Laing, quien primeramente lanzó y posteriormente popularizó la idea de que el esquizofrénico se encontraba viajando por un espacio "interior". El modelo laingiano, llamado humorísticamente por Sieger, Osmund y Mann, "El modelo psicodélico de la locura", representó en su momento histórico, un intento dialéctico o una rebelión contra el modelo médico y psiquiátrico tradicional. La "locura" de Laing es vista como una súper-cordura, superior a la realidad fragmentada del universo del hombre convencional. El esquizofrénico se encuentra embarcado, por así decirlo, en una aventura regresiva para descubrir su origen, a partir del cual, podrá enfrentar, con un conocimiento y entendimiento superiores, la realidad fragmentada de su yo y de su mundo indiferenciado. Laing describe el viaje *como* un acto de iluminación o esclarecimiento místico: "... dentro y hacia atrás, a través y por encima de la experiencia de la humanidad, del hombre primitivo, de Adán quizá aún más lejos dentro del mundo animal, vegetal y mineral... una detención en el tiempo... un tiempo oceánico hacia el útero de todas las cosas".

Actualmente no podemos confundir ingenuamente, la experiencia psicodélica de la experiencia psicótica, pero tampoco podemos ignorar ciertas correlaciones. Rojo y col. empezaron a emplear sustancias psicodislépticas en nuestro país hacia 1950 y a medida que fueron perfeccionando las técnicas y controles se fueron acercando a la realidad por una parte y a la fantasía por otra de la así llamada "psicosis modelo". "... Tras esa morfólisis y siempre continuando las sesiones, el paciente parecía hacerse aún más resistente al sueño, lejos de dormirse a pesar de las altas dosis, experimentaba un cambio profundo en su mente. Era como si descubriera un mundo como un "nuevo mundo", porque los parámetros espaciales y temporales eran por completo distintos. Aparecían pseudo-alucinaciones panorámicas, distorsiones del esquema corporal, ocurrencias delirantes y aglutinación perceptiva".

Estas vivencias se lograron utilizando diversas sustancias psicodislépticas tales como el tricloroetileno y el óxido nitroso, aunque parece que cuando se usó concretamente el LSD, no se añadieron nuevos contenidos, pero si una mayor psicólisis. Medina, que había usado el dióxido de carbono en terapia, encontró cinco constantes en su experiencia: a) color, b) formas geométricas, c) movimiento, d) desdoblamiento de la personalidad y e) adivinación. Por otro lado, Rojo y col. a partir de un cierto nivel de conciencia, con el LSD, encontraron unas presencias-imagos que en cierta manera eran muy parecidos a los mitológicas de los enfermos esquizofrénicos.

Después de la euforia científica de un primer momento motivada por la aparente y estrecha correlación existente entre las experiencias producidas "artificialmente" por LSD y las que tienen los esquizofrénicos, nos encontramos en una etapa de transición, en la que con grandes diferencias y aparte de fenómenos puramente individuales entre ambos grupos, existe una cierta correlación de la experiencia. Por otra parte entre estas últimas y ciertas formas de experiencia que podríamos llamar místico-visionarias o transpersonales, que más tarde describiremos, aunque no estudiadas por la psiquiatría tradicional por considerarlas demasiado metafísicas, existiría un mundo compartido en el sentido fenomenológico.

Los pacientes con grandes dosis de LSD, no sufren estados de desintegración o fragmentación, sino más bien tratan de romper las barreras del mundo conocido, en el cual la persona se siente atrapada, dirigiéndose hacia un mundo menos estructurado y más energizado. En cambio el esquizofrénico, en un mundo energizado por corrientes cósmicas y eléctricas, se encuentra atrapado fuera del mundo de las estructuras. Las diferencias y contrastes entre las dos experiencias pueden ser resumidas así:

**TIEMPO – ESPACIO – PERCEPCIONES - IDENTIDAD - PENSAMIENTO – MUNDO
EMOCIONAL**

<i>FACTOR</i>	<i>EXPERIENCIA PSIQUEDÉLICA</i>	<i>EXPERIENCIA PSICÓTICA</i>
<i>TIEMPO</i>	- Liberación del tiempo - Expansión del tiempo - El tiempo interno y externo puede alargarse y dilatarse, aumentando la posibilidad para la acción. - El futuro es la región de la motivación y la ambición.	- Tiempo congelado, nada cambiará. - El tiempo interno y externo se encogen, inhibiendo la posibilidad de acción y aumentando la desesperación. - El futuro es la región de la ansiedad y la desesperación.
<i>ESPACIO</i>	- Expansión en profundidad. - Se engrandecen las distancias. - Las distancias son tan inmensas que la persona se siente liberada. - Distancia perceptiva estable.	- Profundidad reducida. - Se acortan las distancias - Las distancias son tan vastas que la persona se siente aislada, aprisionada y alienada. - Distancia perceptiva variable.
<i>PERCEPCIONES</i>	- Visión clara y precisa. - Los cambios perceptuales son excitantes y buscados. - Percepción aumentada. - Las alucinaciones y las percepciones extrañas provienen de fuentes suprahumanas. - La mente y el cuerpo se perciben juntos y en armonía.	- Visión borrosa y distorsionada. - Los cambios perceptuales son peligrosos y no deseados. - Percepción disminuida. - Las alucinaciones y las percepciones extrañas provienen de subhumanas, mecánicas y peligrosas. - El cuerpo y la mente se perciben divididos y en desarmonía.

IDENTIDAD	- <i>Experiencia de un sí-mismo en expansión.</i> - <i>Sentimiento de unidad con las personas y las cosas.</i> - <i>Sentimiento de unión y en armonía con el mundo.</i> - <i>Sentimiento de integridad y unidad.</i> - <i>Las fantasías están bajo el control de uno mismo y son en general creativas.</i> - <i>Posibilidad existencial.</i> - <i>Sentimiento de temor de formar parte del universo.</i> - <i>Conservación de las estructuras del yo.</i> - <i>No necesita ayuda para regresar de la experiencia.</i> - <i>Regreso natural.</i>	- <i>Experiencia de un sí-mismo en contracción y fragmentado.</i> - <i>Sentimiento de invasión y penetración por los demás y por las cosas.</i> - <i>Sentimiento de conflicto con el mundo.</i> - <i>Pérdida de la integridad y unidad personales.</i> - <i>Las fantasías se convierten en pesadillas y no se las puede controlar.</i> - <i>Reducción a la nada.</i> - <i>Sentimiento de terror por estar a merced de las desconocidas fuerzas del universo.</i> - <i>Pérdida de las estructuras del yo.</i> - <i>Necesita ayuda para regresar de la experiencia.</i>
PENSAMIENTO	- <i>Por encima de las categorías.</i> - <i>No se rechazan los cambios en el contenido del pensamiento.</i> - <i>Habilidad para explorar los cambios en el pensamiento y en la experiencia.</i>	- <i>Fragmentación de las categorías.</i> - <i>Los cambios en el contenido del pensamiento son experimentados como traidores.</i> - <i>Intentos desesperados y delirantes para explicar los cambios en el pensamiento y en la experiencia.</i>
MUNDO EMOCIONAL	- <i>Sentimiento de que todo tiene significado.</i> - <i>Sentimientos de alegría y bienestar.</i> - <i>Sentimientos de amor y empatía.</i> - <i>Euforia.</i>	- <i>Sentimiento de que todo tiene significados profundos y ocultos.</i> - <i>Sensación de disgusto e inconformidad.</i> - <i>Sentimiento de miedo y aislamiento.</i> - <i>Depresión.</i>

El LSD-25, la mezcalina, la psilocibina, el DMT y el peyote son potentes agentes psico-químicos que alteran y expanden el nivel de conciencia. Los efectos psicodélicos del LSD fueron notados accidentalmente por Hofmann que los describió como disturbios de la visión, así como una inhabilidad para concentrarse juntamente con una gran estimulación de la fantasía. La Ditelamida del ácido lisérgico, más conocida por el nombre de LSD-25, es según Stoll, su descubridor, la droga psicoactiva más fuerte que se conoce, 500 veces más potente que la mezcalina y su dosis se mide en microgramos (1 microgramo es una milésima de miligramo). Las reacciones que produce en el ser humano, después de un período de latencia que puede durar entre 15 minutos a tres horas, varían enormemente según los individuos y las circunstancias, aunque podrían resumirse así. a) Los síntomas físicos que son muy típicos y que parecen derivar de la estimulación del sistema vegetativo son entre otros, la aceleración del pulso,

dilatación de las pupilas, secreción salivar, ansiedad, visión borrosa, dolor de cabeza y otras sensaciones de disconfor. b) Cambios emocionales como aumento del humor, alegría, sentimientos de paz, tranquilidad y serenidad o bien aumento de la susceptibilidad, pánico, depresión, apatía y sentimientos de inferioridad. c) Cambios perceptuales: visuales, olfativos, táctiles, gustativos, auditivos, quinestéticos, así como cambios y disturbios en la forma de experimentar espacio y el tiempo, cambios del contenido del pensamiento y la memoria. Disturbios de la imagen corporal. Alucinaciones e imágenes eidéticas, vistas con los ojos cerrados. d) Experiencias de disociación del ego y despersonalización, con visiones autoescópicas de los órganos y procesos del cuerpo y fragmentación de la conciencia de forma dual o múltiple. e) Aumento de la capacidad de comunicarse y de entender el profundo significado de las cosas, así como aumento de la capacidad de empatía y de la concentración. Se experimenta el arte y la música de una forma inusitada. La sexualidad está a veces totalmente inhibida, pasa por estadios irracionales entre elementos sádicos y perversos ha placenteros y tántricos.

La controversia que se inició con la "psicosis modelo" está actualmente parada, sin embargo en el campo psiquiátrico tradicional, parece que el LSD ha encontrado todavía un lugar seguro. Algunos investigadores han enfatizado poder psicomimético y en este sentido han empezado a reusarlo aún en la situación psicoterapéutica, donde finalmente parece que ha tomado una fuerte posición. El LSD ha abierto nuevas perspectivas y posibilidades dentro campo de la psicoterapia y muchos psiquiatras no convencionales lo utilizan regularmente en su práctica diaria. Otra vertiente donde el LSD parece haber probado su eficacia es la Psicología de la Religión hacia un mayor conocimiento de las experiencias místicas. Pero como antaño, otra ola de histeria ha invadido las calles y atacan al nuevo movimiento psiquiátrico al que consideran de "místico" e "instantáneo" y lo asocian, a partir de 1965, con el movimiento "hippy" y contracultural que al parecer predica el proselitismo de la nueva religión: "haz el amor pero no la guerra". La atmósfera de histeria, la facilidad para obtener el "ácido callejero", la falta de una investigación seria, la imagen del LSD como una droga diabólica, y la falsa imagen que presentan los periódicos, hace que sean muy pocos los psicoterapeutas que se interesen por la aventura y experiencia psicodélica hacia un mayor entendimiento de la naturaleza de la mente del hombre.

Los psiquiatras que emplean el LSD en su práctica clínica, lo hacen dentro del contexto de la terapia psicolítica, es decir, dando al paciente o a la persona que está bajo terapia una cantidad mínima de sustancia juntamente con un análisis profundo de la experiencia. Esta forma de terapia fue empleada por primera vez por R. Sandison, un terapeuta de orientación jungiana y pionero de la investigación clínica con el LSD. En las sesiones psicolíticas, a menudo semanales o quincenales, se enfatiza la regresión, pero conduciéndola de forma dinámica o psicoanalítica, de manera que la persona va profundizando cada vez más en los conflictos y trabajando y removiendo los diferentes niveles de las resistencias. El material reprimido inconsciente se asimila y se integra a la conciencia de cada día.

En toda sesión terapéutica con el LSD intervienen los siguientes factores: la persona o personas que van a tomar la sustancia, el terapeuta o guía, el lugar donde a tener lugar la experiencia, la sesión terapéutica psicolítica propiamente dicha y la relación terapéutica. Después de un período de preparación, en el cual el terapeuta y el paciente o cliente exploran partes de la historia personal de este, tratando de ayudarlo a entender la naturaleza de los problemas y conflictos permitiéndose entre ellos un ambiente de verdad y entrega personal, pueden empezar las sesiones con una o dos semanas de intervalo. Al principio se empezará con una dosis de 100 microgramos para ir aumentando paulatinamente, hasta encontrar una dosis óptima que variará entre 200 a 300 microgramos. El terapeuta permanecerá bastantes horas con el paciente, estando físicamente con él y brindándole las máximas medidas de seguridad, soporte humano y guía. La habitación donde tiene lugar la sesión será confortable, con una atmósfera agradable, quitando las cosas y objetos negativos del ambiente. Los hospitales y otros lugares donde existan dicotomías humanas tales como médicos-pacientes, enfermos sanos o nosotros y ellos, deben ser evitados porque en tales sitios la experiencia suele ser a veces muy destructiva. El mejor sitio puede ser un lugar privado con una atmósfera de seguridad y familiaridad, que puede incluir flores, pinturas y libros. Pueden introducirse técnicas especiales como el escuchar música estereofónica. El lugar juega un papel muy importante, pues el contenido de la sesión variará según éste y con toda seguridad no será el mismo que en un ambiente médico estéril y formalista con constantes estímulos acústicos como llamadas de teléfono, prisas y ambulancias. Durante la experiencia todo es importante; la música, un ramo de flores, el cantar de un pájaro o el sonido de una campana de una iglesia.

El terapeuta o guía que es el que dirige la sesión psicolítica, debe ser una persona preparada que conozca de primera mano el terreno no familiar de los estados de conciencia que surgen con el LSD. En este sentido, dará toda clase de información y aclarará falsas concepciones para que el sujeto se sienta seguro y pueda creerle. Requiere pues, un mínimo de cualificaciones, conocimiento y experiencia en su especialidad (psiquiatra, médico, psicoterapeuta, antropólogo, educador, etc.) y ser por supuesto, emocional y mentalmente estable. Idealmente debería tener los conocimientos suficientes de historia, literatura, filosofía e historia de las religiones para poder "guiarle" en su función de terapeuta-educador-integrador de la experiencia. Algunos verán esto como algo elitista, pues el papel de guía en nuestra sociedad es algo totalmente desconocido y puede recordarnos a la imagen del chaman o la figura de Virgilio en la Divina Comedia. Digo esto, porque he visto a muchas personas, la mayoría adolescentes y

adultos jóvenes que después de haber tomado el LSD en situaciones increíbles, han pasado por etapas depresivas, llevándolas a intentos de suicidio.

Es importante la presencia de un terapeuta experimentado, pues su personalidad determinará en muchos casos la experiencia. Deberá ver a su paciente o cliente durante la semana, para analizar y discutir el material de la sesión, a menudo a través del fenómeno de la transferencia. La sesión psicolítica debe ser flexible, pero también estructurada de forma que el sujeto pueda experimentar los diferentes niveles sensoriales, simbólicos y analíticos. En la parte perceptual de la sesión, que generalmente es la primera que surge, se altera la imagen y la conciencia corporal y aparecen multitud de cambios sensoriales, el guía puede entonces utilizar diversos estímulos tales como la Novena Sinfonía de Beethoven o la música de Pink Floyd o diversos objetos simbólicos como los mandálas. Después de varias horas de sesión, puede empezarse la labor analítica o introspectiva, empezando por los problemas personales, los conflictos, las ambivalencias y contradicciones con los miembros de la propia familia, hasta llegar a los problemas sexuales, de relación, económicos e incluso políticos. Puede hablarse sobre diferentes acontecimientos, desde la infancia hasta la adolescencia, pasando por el período escolar, recordando tanto las experiencias traumáticas, como las sexuales y placenteras. La conversación "psicolítica" entre el terapeuta y el sujeto, con un nivel de conciencia muy superior a las banalidades de la conversación normal, puede ser tan dispar que suene a idiotez para unos oídos extraños.

Al aparecer arquetipos, imágenes simbólicas, mitos, leyendas e historias en la experiencia psicolítica, el guía que maneje adecuadamente el nivel simbólico, podrá con toda seguridad ayudar al sujeto en su proceso de auto-entendimiento o al menos a entender el significado universal. Todos estos contenidos del inconsciente colectivo, deben integrarse en la personalidad del participante que está viviendo su drama existencial. Por otra parte, la experiencia individual debe ser una experiencia de transformación positiva que permita enlazar y clarificar períodos de la niñez y de la adolescencia que fueron muy frustrantes, pues no se satisficieron las necesidades instintivas y quedaron por esta razón reprimidas. Algunas personas retroceden a épocas que rodean al acto del propio nacimiento biológico a través de experiencias de agonía y éxtasis e incluso hasta períodos intrauterinos de la vida embrionaria, o bien avanzando o retrocediendo a épocas abiográficas y transpersonales más allá de uno mismo, hacia experiencias de re-encarnaciones, identificándose con animales, plantas o diversas imágenes arquetípicas.

El LSD puede construir, por así decirlo, un nuevo modelo del inconsciente, que en el momento actual de las investigaciones, aún se encuentra en estado rudimentario. Diversos autores como Laing, Groff, Lake, Lilly, Castañeda entre otros, se han acercado a la realidad o la fantasía de las experiencias inconscientes. Groff distingue cuatro niveles de experiencia con el LSD que corresponderían a cuatro áreas del inconsciente humano. En el período inicial del viaje psicodélico tienen lugar multitud de experiencias abstractas y estéticas que varían según se mantengan los ojos abiertos o cerrados y que representan la parte más superficial, al parecer todavía no inconsciente sino, debidas a estímulos químicos de los órganos sensoriales del cerebro. En las primeras, los colores son brillantes y explosivos por cambios perceptuales en los objetos que recuerdan a las pinturas de Van Gogh o Matisse. Las imágenes llegan a ser distorsionadas y grotescas, "cubistas" y la música puede "verse" con matices desconocidos. Con los ojos cerrados aparecen visiones y colores calidoscópicos y diseños arquitectónicos con gran fuerza que recuerdan las catedrales góticas.

Groff analiza además, cuatro clases de experiencias psicodélicas que estarían asociadas a los tres períodos clínicos del parto y a la experiencia fetal que precede al nacimiento biológico y que llama "Matrices Básicas Perinatales" y que corresponderían a los Sistemas COEX en el nivel psicoanalítico. El fenómeno COEX proviene de los trabajos de Groff que realizó en el Instituto de Investigación Psiquiátrica de Praga entre los años 1955 y 1965, antes de que este autor continuara sus investigaciones en Norteamérica. Este fenómeno, que ya había sido descrito por Leuner en las sesiones de terapia psicolítica y que se refiere a los "Sistemas de experiencia Condensada", puede definirse como "una específica constelación de memorias que consisten en experiencias condensadas con sus fantasías correspondientes, que provienen de diferentes períodos de la vida del individuo". Las memorias que pertenecen a un determinado sistema COEX tienen un tema básico similar y contienen elementos en un denominador común.

Los Sistemas COEX pueden ser positivos o negativos según se refieran a experiencias o aspectos personales de épocas pasadas placenteras o dolorosas. En este sentido, las experiencias y memorias infantiles se agruparían alrededor del núcleo del COEX y que estaría en relación con las diferentes facetas del nacimiento del individuo. Y a través de la regresión se revivirían toda una serie de experiencias traumáticas entre las cuales se hallan las frustraciones orales, el dolor físico, los cambios bruscos de temperatura y movimiento, los sonidos y ruidos, el pánico, el hambre, el frío, etc., y que fueron reprimidas por ser insoportables e intolerables, ya en épocas muy tempranas.

El sujeto que está resolviendo un determinado COEX en la sesión psicolítica, experimenta, al parecer, lo siguiente: En primer lugar un aumento intenso del humor con sensaciones de pánico, soledad, culpa o sentimientos de inferioridad. Por otra parte, aparecen diversos síntomas psicosomáticos como náuseas y vómitos y dolores en diversas partes del cuerpo. Además distorsiones entre lo que se experimenta (el contenido) y las sensaciones asociadas a este experimentar (el continente), por ejemplo la visión de un lago hermosísimo con un sentimiento de angustia y miedo, cuando lo normal sería un sentimiento de

tranquilidad y paz. Pueden surgir divisiones en la propia personalidad, por ejemplo, siendo maestro y alumno a la vez o policía y ladrón.

Es muy importante como vemos, el resolver la totalidad del COEX en la sesión, ya que de lo contrario, el material y los conflictos inconscientes que se han removido, pueden producir efectos desastrosos después de la sesión, como disturbios en la conducta y alteraciones del estado emocional que por otra parte resultan inexplicables. Al no ser liberados todos los contenidos del Sistema COEX, no puede trabajarse posteriormente sobre las memorias e integrarse experiencia durante el intervalo de las sesiones. Si durante la sesión psicolítica psicodélica, la persona ha podido "viajar" a través de todo un COEX, ésta sentirá liberada y completa, pudiendo por lo tanto revivir mejor las memorias, poder resolver parte de los conflictos, y así el "viaje" será positivo.

Según Stanislaw Groff, cada parte del proceso del nacimiento personal formará un sistema COEX, que incluirá memorias fetales, no solamente cerebrales, sino y sobre todo tisulares, es decir, endodérmicas, mesodérmicas y ectodérmicas. Los estados perinatales estarían estructurados en la siguiente forma:

a) *Matriz perinatal I, Unión primitiva con la madre. Experiencia intrauterina, antes del parto.* Este COEX está formado por experiencias de unión cósmica; interrupción, no existiendo la dicotomía entre el sujeto y el objeto y el feto o embrión está rodeado de paz, tranquilidad, serenidad y alegría. En este estado trasciende el tiempo y el espacio, el tiempo es eterno, constantemente presente infinito. El sujeto tiene acceso al puro conocimiento y a la sabiduría y a veces se identifica, en proporciones cósmicas, con Dios. Esta unidad cósmica (entre madre y el feto), se experimenta como un éxtasis oceánico, que contrasta con éxtasis volcánico de la etapa III. El mundo intrauterino se describe como lleno de paz, radiante y bello y la mente no es importante o es inexistente. El tiempo histórico desaparece y la persona se identifica con deidades o con arquetipos. Este estado intrauterino de plenitud, puede convertirse a veces en disconfor, apareciendo entonces sensaciones desagradables a nivel corporal y demonios deidades perversas. Este COEX estaría asociado clínicamente con las psico-esquizofrénicas de sintomatología de unión mística y encuentros con fuerzas metafísicas o kármicas y con las alucinaciones histéricas y con neurosis hipocondríacas muy severas.

Un paciente de 60 años que fue etiquetado de esquizofrénico y como tal está pasando su vida en la desolación de un manicomio, me comunicó la siguiente experiencia en una entrevista que tuvimos:

ÁNGEL: — "Yo siempre he existido, aunque algunas veces estaba dormido otras despierto. Mire usted, yo estaba en el espacio ¿verdad?, allí estaba dormido y algunas veces me despertaba. Un día en un parque, brotó mi cuerpo de carne y hueso y me encontré de pie en aquel parque. O sea que a mí no me parió ninguna mujer".

CARLOS: - "¿Antes de nacer, ya existía usted?".

ÁNGEL: — "Yo existía, pero no tenía este cuerpo porque yo era el cosmos, era todo. Pero tenía pensamiento, es decir, estaba despierto y tenía pensamiento. Yo, ve usted, soy el Todo, pero aquí en el cuerpo, tengo la sensibilidad, pero... yo... soy todo. Dormido o despierto siempre he existido".

Ángel no distinguía entre el mismo de su "self" (de sí mismo). Su identidad es una identidad plena de sí mismo y se encuentra en un lugar donde la Nada lo ha apartado de sí mismo. Su conciencia es una conciencia *no-tética*, pues además de ser plenamente consciente del mundo, es consciente de que lo es.

ÁNGEL: — "Pensé que no existía. Pensé: "No existo". Al cabo de poco tiempo, al cabo de un segundo o dos, entonces me di cuenta de que pensaba y pensé: Si es que estas pensando es señal de que existes". Me di cuenta de que pensaba. Esto me sucedió antes de nacer en aquel parque".

CARLOS: - "¿Como era este mundo, antes de nacer en aquel parque?"

ÁNGEL: — "Yo me encontraba en todos los sitios. Como no tenía cuerpo, estaba al mismo tiempo en todos los sitios, porque yo era un pensamiento de que era yo mismo. El mundo era un pensamiento y este pensamiento era yo mismo".

CARLOS: - "¿El mundo estaba presente dentro de usted, de su pensamiento?".

ÁNGEL: — "No, el mundo y yo éramos la misma cosa, éramos lo mismo".

b) *Matriz perinatal II. Empieza el antagonismo con la madre. Contracciones con el sistema uterino cerrado.* Esta matriz está relacionada con el primer período del parto, con el cual la experiencia intrauterina ideal va a terminar. Los signos son de un gran disconfor físico. La madre y el niño en conflicto biológico antagónico, sufren conjuntamente. La experiencia es de "no salida" o de "infierno". El sujeto se siente encadenado en un mundo claustrofóbico y experimenta toda suerte de torturas físicas y psicológicas. El sufrimiento que puede tomar matices metafísicos, nunca termina. Este estado apocalíptico está lleno de terror, guerras, catástrofes y aplastamientos. La persona se siente víctima, oprimida, torturada por la Inquisición o por fuerzas aún peores. Aparecen en este COEX figuras grotescas, deshumanizadas, robots, autómatas, monstruosidades y personajes felinoscos. El sujeto que idealiza escatológicamente todas estas experiencias, sufre la agonía entre el nacimiento y la muerte, pero sabe que el tiempo es limitado y que habrá irremisiblemente un final. Esta crisis existencial, semejante al drama "Huit Clos" de Sartre lo arroja a la separación, a la soledad, a la desesperación y a la alienación. Algunas personas sienten que van perdiendo el control de si mismas y que se están volviendo locas.

Aparecen visiones de personas, reyes y dictadores que han conseguido gran fama y reputación con los cuales la persona se identifica. También surgen visiones del infierno, de organizaciones secretas, de habitantes de otros planetas que están envenenando o irradiando a la persona, así como monstruos terribles que la intentan devorar. Esta se siente presa por una catástrofe cósmica inminente, con sensaciones dolorosas en diversas partes del cuerpo y dificultades respiratorias.

Lake ha descrito las diferentes sensaciones físicas de constricción y aplastamiento que muchas personas experimentan bajo fuertes dosis de LSD, y en pacientes psicóticos que están elaborando el trauma del nacimiento. Este trauma tendría dos vertientes; una psicodélica en conexión con experiencias místicas y otra psicológica con sufrimiento físico del sujeto, con sensaciones corporales a nivel de manos y pies y problemas respiratorios. Este COEX aparece en la psicosis esquizofrénica con sintomatología hipocondríaca, en las depresiones endógenas con sentimientos irracionales de inferioridad y culpa y en algunas neurosis fóbicas como la claustrofobia.

c) *Matriz perinatal III. Sinergismo con la madre. Propulsión a través del canal del parto.* Este COEX está relacionado con el segundo período clínico del parto, en el cual existe una colosal lucha para sobrevivir, con un alto grado de presión y sofocación. El feto está en contacto con toda suerte de materiales biológicos: sangre, mucus, suero, heces y orina. Esta matriz puede tomar cuatro aspectos: titánico, sadomasoquista, sexual y escatológico. El esfuerzo titánico que hace el feto por salir, toma proporciones catastróficas con visiones de desastres naturales, volcanes, terremotos, cataclismos cósmicos o explosiones atómicas. Al llegar a un límite máximo de presión, la persona experimenta un "éxtasis volcánico" que va, desde la agonía de morir al éxtasis de nacer. El elemento sadomasoquista del nacimiento aparece en forma de orgías, torturas y crueldades de todas las clases. La persona se identifica con tiranos y dictadores responsables de miles o millones de muertes, como Nerón, Hitler o el conde Dracula. Generalmente aparecen excitaciones sexuales con movimientos orgásmicos y la persona en pleno éxtasis sexual, contempla extasiado, harenes orientales con toda clase de gozos. El aspecto escatológico representa el estado final de la lucha entre la muerte y el nacimiento. El sujeto se siente al final más cerca del purgatorio que del infierno, más cerca del éxtasis que de la agonía. En otras palabras, empieza a nacer. Psicopatológicamente este COEX está en relación con la sintomatología escatológica, de mutilación, de conducta sexual aberrante y sadomasoquista que presentan algunos esquizofrénicos. También parece estar en relación con la coprofagia y la urolagnia que presentan ciertas personas en estados psicóticos muy graves, y en algunas depresiones agitadas, así como en algunas neurosis obsesivas y traumáticas o en la histeria de conversión.

d) *Matriz perinatal IV. Separación definitiva. Terminación de la unión simbiótica con la madre.* Esta matriz describe el tercer período clínico del parto, cuando el recién nacido llega a ser anatómicamente independiente al cortarse el cordón umbilical y separarse de la placenta. La experiencia se describe como una muerte-del-yo, una destrucción biológica, un debate intelectual o una humillación moral. A menudo la atmósfera es de liberación, salvación, redención, amor y perdón, y pueden aparecer simbolismos mitológicos como escenas de sacrificio. Algunas personas se identifican con Cristo, Buda, la Virgen o Adán o viven en paisajes extraños y maravillosos como el paraíso terrenal. Acompaña a este COEX una profunda relajación física y emocional acompañada de una gran serenidad y tranquilidad, pero aún pueden existir dificultades respiratorias y sensaciones de agonía que parecen estar en relación con el cordón umbilical que en este momento se corta. Este COEX aparece en los delirios mesiánicos de las psicosis esquizofrénicas con elementos de creación y destrucción del mundo o con elementos de salvación o redención. También aparece en la psicosis maniaca con sintomatología religiosa y en ciertos exhibicionistas.

Para muchos esquizofrénicos, el retorno al útero como única solución posible para escapar de la locura, no parece tan descabellada a la vista de los hallazgos clínicos recientes. Uno de los enfermos psicóticos de Taruk se refería a esto: "Siento que me vuelvo más y más joven y más y más pequeño. Ahora tengo cuatro años, pronto seré un niño de pañales y no tardaré en volver al vientre de mi madre". Este fenómeno de la "Reversión" o "Metanonia" que existe en muchos "viajes" psicodélicos parece haber sido comprendido por el gran filósofo español Miguel de Unamuno. La pérdida de la continuidad personal que no es otra que la Locura (en mayúsculas) queda maravillosamente reflejada en el discurso del "Otro": "Y entonces sentí que se me derretía la conciencia, el alma; que empezaba a vivir, o mejor dicho a desvivir, hacia atrás, retrotiempo, como una película que se haga correr al revés... Empecé a vivir hacia atrás, hacia el pasado, a reculones, arrojándome... Y desfiló mi vida y volví a tener veinte, y diez y cinco, y me hice niño, ¡niño! y cuando sentía en mis santos labios infantiles el gusto de la santa leche materna... des-nací... me morí... Me morí al llegar a cuando nací, a cuando nacimos...". R. Laing se refiere a las experiencias intrauterinas o perinatales que compara con las mitologías del nacimiento del héroe. No parece ser la primera vez que en la literatura psicoanalítica, alguien hablara de estas experiencias, que por otra parte no son, como hemos visto, exclusivas de los "viajes" psicodélicos. Otto Rank se había ya referido a los mitos de los héroes y su relación con el trauma del nacimiento, como en el caso de Sargón, Moisés, Rómulo, Jesús y Sigfrido entre otros. Laing las describe casi de forma poética:

Sargón fue llevado hacia un lugar oculto. Concebido en la trompa uterina. Mi madre que era vestal me dejó en una Zona Pelúcida, cesto de juncos..... Cerró la tapa con betún y me depositó en la trompa uterina, las secreciones en las aguas del río y yo sobreviví..... que nos nutren o nos matan de hambre en los primeros 7 días y medio antes de la implantación, como suele ser el caso, son llamadas por los embriólogos "la leche uterina". La corriente me llevó hasta Akki, el Adopción por el endometrio. Aguatero que me abrazó como su propio hijo..... Akki, el aguatero se convirtió en su Implantación temprana. Embrión co-jardinero..... Irónico. Y me convertí en rey..... Feto a término.

La metáfora diaria que experimentamos la mayoría de los psiquiatras que no nos contentamos con escuchar pasivamente a los esquizofrénicos, sino que atravesamos con ellos las múltiples contradicciones del sistema, está estructurada de una forma que nada tiene que ver de poética. La situación dentro de la institución psiquiátrica, es la que sigue. El lector comprenderá que no es fácil salirse de la situación una vez se ha puesto el pie en ella.

El héroe:

- a) Descendencia de unos padres nobles.
- b) Que lo abandonan dentro de un recipiente en un río.
- c) Crianza a cargo de unos padres de humilde condición.
- d) Regreso a los padres primitivos.
- e) El héroe se convierte en rey.

El loco:

- a) Mis padres no son verdaderamente mis padres.
- b) Me han encerrado y me impiden encontrar mi verdadero origen.
- c) Mis enemigos (los psiquiatras) se empeñan en que soy de condición humilde.
- d) Mis verdaderos padres son el rey, el príncipe y el conde.
- e) Y yo, su hijo, seré o soy en verdad el rey, el príncipe y el conde.

Aunque estas experiencias transpersonales han sido vistas y reconocidas en la práctica clínica diaria por multitud de psiquiatras en nuestro país, son todavía muy pocos los que usan el LSD en las sesiones terapéuticas, tanto con pacientes neuróticos, obsesivos o fóbicos o con psicóticos y menos aún los que se familiarizan con los métodos que aporta lo que en algunos países se ha denominado ingenuamente "antipsiquiatría". Por otra parte las experiencias psicodélicas trascienden la psiquiatría y su estudio requiere de la cooperación de otras disciplinas científicas.

En psicoterapia psicolítica, tan importante como la sesión propiamente dicha, lo son los días siguientes, que si es posible es mejor pasarlos en soledad o en contacto con el terapeuta, observando y escribiendo lo que ha sucedido en la experiencia e integrándolo en la personalidad total, lo que requiere bastante disciplina y capacidad para tomar responsabilidad por uno mismo. Lilly cree que el "viaje" sería sólo la fase de pupa de los gusanos de seda y requiere que esta se desarrolle bien para que el gusano pueda finalmente convertirse en una mariposa adulta. A partir del segundo o tercer día es mejor intercambiar la experiencia con el terapeuta o guía y discutir los puntos clave, bien a través de la asociación libre o bien usando la memoria para ir retrocediendo hacia períodos de nuestra infancia. En este contexto encuentro muy positivo usar algunos ejercicios de meditación retrospectiva. La euforia de los primeros días permite descubrir cosas insospechadas de nosotros mismos, pero uno debe recordar que hay que tocar con los dos pies con el suelo, ya que de lo contrario uno puede ser asimilado y destruido por la experiencia, cuando lo que hay que hacer es asimilarla y digerirla. O en términos de Lilly, uno debe aprender a meta-programarse para poder vivir en un mundo donde constantemente están cuestionando nuestro ser.

II. La Revolución Psicodélica

Dr. Timothy Leary

Durante los últimos siete años nuestro grupo ha investigado mucho, ha tomado regularmente el LSD y dado LSD a más gente que ningún otro equipo de investigación en el país. Hemos publicado más documentos y libros que ningún otro grupo en el país.

Las personas que ahora gritan peligro acerca del LSD —el doctor Goddard del FDA, por ejemplo, nunca lo ha tomado ni ha visto una experiencia con LSD— saben poco de este asunto.

Es cierto que en las grandes ciudades quizá dos o tres personas por mes acuden a hospitales psiquiátricos después de un mal "viaje". Tienen miedo. Están deprimidas. Están confusas. Tal vez son suicidas. Los psiquiatras ven sólo a los que van a los hospitales en ese estado. No ven a las decenas de miles de sacerdotes, profesores y estudiantes que usan esos productos químicos seriamente, como parte de su educación.

Si usted habla con un funebrero, le dirá que todos los que ve él están muertos. Si habla con un psiquiatra de un hospital mental, le dirá que todo el mundo está aterrorizado y confuso y que todos son psicóticos.

El LSD es la cosa menos peligrosa a la que el hombre moderno puede recurrir... incluyendo el automóvil, la televisión, la luz eléctrica y, por supuesto, el alcohol.

Le citaré lo que la revolución psicodélica ha dado al país en los últimos siete años... se trata esencialmente de una resurrección espiritual. Hay cientos de miles —millones— de norteamericanos, cuyas vidas han sido cambiadas por estas experiencias. La mayor parte de la moderna música de hoy... el *folk rock* y la mayor parte del nuevo jazz... es psicodélica. Nómbrame un conjunto de *rock* que no tenga en su repertorio himnos al LSD y la marihuana. Lo mismo se aplica al dibujo, la arquitectura y la poesía. El nuevo arte es arte psicodélico...

Le digo francamente que salimos a cambiar la cultura. En los próximos diez años la generación psicodélica que hoy constituyen los estudiantes y graduados de derecho, medicina y humanidades, tendrá más y más que decir. Es seguro que las leyes cambiarán.

Dentro de uno o dos años usted verá a millones y millones de pequeños grupos tribales abandonar los centros urbanos y volver al campo, lejos de la ciudad, como lo hicieron en el siglo XIX.

No entiendo cómo puede el norteamericano medio pensar que todas las religiones ya han sido fundadas, que todas las soluciones políticas ya han sido elaboradas. Insto a todo el mundo, sobre todo a los jóvenes, a que piensen en fundar su propia religión... en fundar su propio país.

Digo a los jóvenes que se excluyan de la Política del Poder porque es un juego competitivo de viejos. Nuevas soluciones políticas surgirán de pequeños grupos de jóvenes que vivan juntos lejos de las ciudades. Unas diez comunidades ya empiezan a hacerlo, y esto es solamente el comienzo de los cambios sociales que veremos cuando la generación psicodélica asuma el poder...

Durante unos cinco años hemos sido meramente tolerados como excéntricos. Ahora la marea cambia y se nos acusa de tener demasiado éxito.

Lo que yo digo a la gente no es necesariamente que tomen drogas, sino que se disciplinen y que construyan sus vidas en torno a una meta espiritual y no externa y material. Pensamos que los Estados Unidos están hoy en un lío porque son materialistas, totalmente ateos y que el único camino de salida es hacia adentro.

Nada de lo que he descubierto o me ha sido revelado es nuevo. El código genético —que considero el principal instrumento de Dios— nos ha estado dando el mismo mensaje durante miles de años.

He arribado a dos conclusiones: la primera, nada de lo que hagas hacia afuera es importante si no estás centrado por dentro. En segundo lugar, debes centrar tu vida en torno a tu familia. Lo que hagas afuera no cambia nada si tu hogar no es un santuario, si no tienes una relación religiosa con tu mujer, tus hijos y tus familiares más cercanos.

III. El uso del LSD

David Cooper

Tomar sustancias puras es más un "alimento" que una droga. Las precondiciones para tomar ácido lisérgico son las siguientes:

— Primero, tomarlo con el guía correcto para el "viaje", una persona que no debe necesariamente ser un profesional porque, para un profesional, ser una persona es una carrera imposible. El guía del "viaje" debería tomar ácido con uno —aunque, eventualmente, una dosis menor— y podría haber una tercera persona o más gente en la casa, que no tomara ácido pero pudiera atender el teléfono o el timbre a fin a fin de mantener a raya los peligros de la interferencia.

— Segundo, además está decirlo, el lugar del "viaje" debería resultarle a uno familiar, hacer que uno pueda sentirse en casa, y nunca en una clínica.

— Tercero, uno debería tener un programa regular de trabajo a realizar durante el "viaje", un plan de lectura, por ejemplo, etc., sin interferencias irrelevantes.

— Cuarto, hay que estar seguro de la pureza del ácido y de la dosis que se toma; aunque se pueden tomar hasta 300 microgramos, también se puede hacer todo lo posible con 100. Dosis más altas sólo tienden a introducir un ensombrecimiento perceptivo irrelevante.

— Quinto, existe el peligro de activar partes destructivas de uno mismo, o sea que el "viaje" no debería ceñirse a lo que efectivamente sucede durante sus 8 horas, sino que debería incluir los días previos de preparación, la reacción propiamente dicha y los días posteriores.

Creo que el ácido lisérgico es particularmente útil para quienes padecen enfermedades internas fatales: pueden descubrir que hay un espacio seguro entre la muerte y el renacimiento.

Creo que el uso del *cannabis* (marihuana, etc.) debería legalizarse en los países del Primer Mundo, para ayudar a detener sus maquinaciones. Sin embargo, contrariamente a lo que dije en una solicitada aparecida en *The Times* de Londres —que firmé con eminentes cosignatarios, urgiendo la liberalización universal de las leyes represivas para el uso del *cannabis* dado que no ocasiona daño alguno ni adicción— no creo que su uso deba ser legalizado en el Tercer Mundo. Su ilegalidad engendra vigilancia, tal como Franz Fanon pensó que había demorado la revolución argelina.

Hasta aquí, he hablado de cómo debe ingerirse el ácido lisérgico. Ahora es preciso hacer alguna referencia al cuándo, aunque implícitamente la hice ya al subrayar los preparativos y las precauciones que deben tomarse. De todo eso surge que el LSD puede ingerirse ya sea en forma individual o colectiva (en una comuna, durante una ceremonia ritual conducida por el guía) siempre que el grupo comunitario se halle, en el estado propicio, tanto interna como externamente, tanto física como mentalmente; aunque, por supuesto, esto sólo es un modo de hablar, ya que no comparto en absoluto este dualismo, y para mí sería ideal encontrar alguna vez una lengua en la que, con una sola palabra, se pudiera decir mente-cuerpo.