

Introducción a la Percepción Unitaria

**Universidad de Guadalajara
Febrero 2 del 2006
Rubén Feldman González**

La humanidad re-descubre, en el siglo 20, la Percepción Unitaria, gracias a Jiddu Krishnamurti y las conversaciones que sostuvo el que escribe con él y con el Prof. David Bohm durante más de 10 años, desde Marzo de 1975.

Lo que se recobra, para el que estudie seriamente este tema, es una función cerebral sin uso por casi 800 mil años.

Se trata del completo despertar, que ocurre después que el individuo despierta del sueño.

Ya despierto, el individuo tiene acceso potencial a un segundo y completo despertar (dentro de la vigilia conciente), que es la completa encarnación en el propio cuerpo.

Este completo despertar, esta completa encarnación conciente, en el propio cuerpo, es la Percepción Unitaria.

En esa década de diálogos con Jiddu Krishnamurti y David Bohm, le llamamos inicialmente “Conciencia Triangular.”

La Observación intensa vuelve irrelevantes a lo Observado y al Observador.

Cuando comprendemos que esa intensa observación es lo más importante de la conciencia, entonces le llamamos “Percepción Unitaria”, algo que es, epistemológicamente, más correcto.

La palabra “conciencia” no tiene una definición sólida en Psicología actual.

La teoría de la conciencia es fragmentada y confusa, ya que el lenguaje limita y distorsiona la conciencia.

Todavía se confunden con la palabra “conciencia”, las palabras mente, memoria, conducta, vigilia, yo, emoción, pensamiento y conocimiento.

En la Percepción Unitaria sólo ocurre la intensa observación, en la que se disuelve ese producto del pensamiento que es el yo (y que es, a veces, necesario)

Me ha dicho, un tal Juan, que al despertar en la mañana uno es Juan y no es Rubén.

Pero el juan con minúscula, de los sueños del durmiente Juan, con mayúscula, desaparece cuando despierta Juan con mayúscula. Y si Juan con mayúscula, pasa de su vigilia habitual en Percepción Fragmentaria (el ámbito C), a la vigilia verdadera del Ambito B, en Percepción Unitaria, desaparece en el inconciente el Juan con mayúscula también.

Es decir, en la pura observación de la Percepción Unitaria cesa el observador.

Pero en el Ambito C funcional el “yo” organiza la memoria para predecir y operar en el ambiente.

Aún este yo funcional puede desaparecer en Percepción Unitaria, cuando no se necesita predecir y operar.

Pero no existe un centro nervioso anatómico que funcione como “yo”.

La memoria produce al yo para darse continuidad, pero no existe el centro nervioso llamado “yo”.

El "YO" es un producto del pensamiento. Nada más y nada menos.

La Percepción Unitaria no es percepción sensorial.

Con cierta flexibilidad semántica, hay que diferenciar la interpretación que ocurre en la percepción sensorial, de la **ausencia de interpretación** que hay en Percepción Unitaria.

En Percepción Unitaria, la percepción ocurre ANTES que intervenga la interpretación del pensamiento.

Es muy curioso que los más grandes cerebros del siglo 20 no pudieron concebir nada en la mente humana que no fuera pensamiento, memoria y conocimiento.

Esto se hizo también incapacidad de descubrir lo que existe más allá del pensamiento.

En esto no se diferenciaron (con excepción de Leibniz y su concepto de Mónada, o de David Bohm con su concepto de Holokinesis) de los cerebros más destacados de los últimos 300 años.

Por ejemplo, Alfred North Whitehead, escribe "Ciencia y el Mundo Moderno". Allí cita a Descartes diciendo, en el capítulo "Ciencia y Filosofía":

" Yo creo ver luz, escuchar un sonido y sentir calor, esto no puede ser falso. Esto es lo que en mí se denomina adecuadamente percibir (sentire en Latín), lo cual no es nada más que pensamiento."

Obviamente, Descartes no sólo no puede percibir unitariamente, sino que comienza por denominar "creencia" a sus percepciones.

Reduce sus percepciones a una forma de pensar absolutista, que es la creencia.

¡Para Descartes percibir, sentir y pensar eran la misma cosa!

Muchos, hoy en día continúan pensando así.

Para colmo, en algunos idiomas como el alemán, **no hay** mucha diferencia entre pensamiento y percepción.

Por eso somos concientes, que a pesar del lenguaje pulido y simple, puede aún resultar difícil comprender lo que decimos; que la Percepción Unitaria es el hecho más importante de la mente, el menos conocido, y que pensar en la Percepción Unitaria no es Percepción Unitaria.

También decimos que el pensamiento racional no es permanentemente necesario. Además éste puede ser abarcado por la Percepción Unitaria.

Es posible meramente pensar acerca de la Percepción Unitaria, pero esto es sólo un pensamiento más.

En cambio, pensar mientras estamos en Percepción Unitaria es algo completo y profundo, que va más allá del pensamiento.

El gran Whitehead cita también a Henry Sidgwick: "Es el objetivo primario de la filosofía **unificar** completamente, traer a una clara coherencia, todos los departamentos del pensamiento racional."

Con estos antecedentes reduccionistas quizá resulte difícil aceptar o comprender lo que decimos; que el pensamiento podrá **unificar** fragmentos pequeños de la realidad para construir un gran fragmento de la misma (una teoría científica, por ejemplo), pero que el contacto con la realidad indivisa sólo puede ocurrir más allá del pensamiento, a través de la puerta estrecha que es la Percepción Unitaria.

En Percepción Unitaria no “unificamos”, sino que nos percatamos que ya “todo está unido.”

Whitehead parece bloquear esta comprensión cuando insinúa que "Leibniz y la novedad de sus mónadas están en los extremos que yacen fuera de los límites de una segura (safe) filosofía."

Whitehead expulsa a Leibniz de su concepción de la filosofía al ubicarlo **fuera** de la filosofía por su concepto de Mónada.

Claro, **todavía Whitehead no sabía** que en 1957 Keith y Upatnicks construirían el holograma en la Universidad de Michigan (Estados Unidos) basándose en sugerencias de Denis Gabor, quien a su vez había utilizado el cálculo Diferencial e Integral de Leibniz.

Cuando Gabor recibe el Premio Nobel, se publican en Europa nuevamente los libros de Leibniz , 200 años después de la muerte de Leibniz.

Sorprendentemente, sin embargo, aún hoy, a comienzos del siglo 21, es mayor la influencia de Descartes y Whitehead que la que pueden haber tenido Leibniz, Gabor y el holograma.

Whitehead no parece concebir a la religión más que "como una manera de pensar".

Ha dicho Jiddu Krishnamurti, refiriéndose a quien habla, en Londres-1985:
(Traduzco del inglés parcialmente)

¿Qué es la creación ?

¿Hay una diferencia entre creación divina e invención humana?

Hablábamos el otro día con un médico excelente, un médico de primera clase, no uno de esos médicos que hace dinero, sino un médico con un buen cerebro.

Me estaba diciendo que hay una parte del cerebro que siempre puede ser activada. Puedo estar diciéndolo de una manera equivocada, cuidado, no acepten enteramente lo que el que habla está diciendo sobre eso.

El usaba una palabra técnica que yo no conocía.

Mejor ni entro en eso, es algo complicado.

--Puede el cerebro entender lo que es la creación ?

--O es que el cerebro está basado en la experiencia, el conocimiento, acumular, aprender, memorizar, etc. ?

--Puede ese cerebro entender lo que no se puede medir ?

-Me entienden ustedes ?

-Estamos juntos en esto ?

No usaremos la palabra meditación nunca más. Espero que no les importe.

Esa palabra significa “medida” en sánscrito y en los diccionarios etimológicos.

No discutiremos esa palabra, porque se ha vuelto una palabra estúpida.

Sentarse en una cierta postura, respirar de cierta manera, concentrarse...hacer un tremendo esfuerzo para alcanzar qué...

-La zanahoria delante del burro ?”...

Necesidad de estudio y diálogo:

La tremenda importancia del re-descubrimiento de la Percepción Unitaria merece el estudio de la Obra Escrita sobre este tema y un diálogo constante para aclarar qué es y qué no es la Percepción Unitaria.

Estos son los libros que se pueden leer hoy sobre este tema extraordinario:

Libros sobre Percepción Unitaria (el hecho mental más importante)

"La Percepción Unitaria"

"El Nuevo Paradigma en Psicología" (Paidós)

"Psicología del Siglo 21"

Inéditos:

"Lo Profundo de la Mente"

" La Mente y la Realidad Indivisa"

"RFG 2002-2003"

"RFG 2004-2005"

“RFG 2006”

De Luis Córdova: “Resumen de Diálogos sobre Percepción Unitaria” (1999-2005)

En inglés: “The Great Leap of Mind”

La Percepción Unitaria es la esencia última de la psicoterapia.

Esa esencia no está en el pasado ni en buscar en el pasado.

Se trata de una función cerebral, por eso no es una teoría, una creencia, una filosofía o una técnica psicoterapéutica.

La Percepción Unitaria es un hecho mental, no estudiado aún en Psicología Académica.

Es tan importante como la memoria o el pensamiento.

Si bien la Percepción Unitaria ocurre solamente en el presente inmediato, no podemos decir que se trata de vivir el presente.

El presente puede ser vivido en tres ámbitos mentales diferentes: C, B y A. Muchas veces he dicho que la Percepción Unitaria es lo más importante de la psicología humana.

Esto puede sonar a “fanatismo absolutista”, pero en realidad no hago más que intentar informar sobre algo que he vivido en mi propia experiencia, y no algo que he leído en libros.

Digo un poco metafóricamente, a pesar que intento no usar metáforas para no crear confusiones sobre algo tan importante, que existen tres bóvedas psicológicas, pero nosotros conocemos solamente una.

Bóveda C:

Llamémosle a esa bóveda psicológica que es nuestra cárcel psicológica y que es todo lo que conocemos; "la Bóveda C". En ese pequeño circuitito psicológico cabe el lenguaje, el símbolo, el número, la memoria, la imaginación, la fantasía, el pensamiento, las creencias, las ideologías, la ciencia, la metafísica, la filosofía oriental y la filosofía occidental. Digamos que la Bóveda C es todo lo conocido (es decir: puro pensamiento).

El pensamiento oriental sigue siendo pensamiento y con el pensamiento no podemos ir más allá de él.

Pero es más allá del pensamiento y la palabra, más allá del “YO”, donde existe, en nuestra propia mente, la Percepción Unitaria.

Los templos, las organizaciones llamadas “religiosas”, las jerarquías, y los ritos gratuitos o bien cobrados de las llamadas “iglesias” u organizaciones religiosas, la música, etc., no son más que productos del pensamiento y nada más que parte de la Bóveda C, todo lo que conocemos.

Lo sagrado comienza más allá de lo conocido, una vez que abandonamos todo lo conocido y comienza la vida verdadera y honesta en Percepción Unitaria.

En el evangelio cristiano original, esto se estudiaba con **la palabra griega “metanoia”**, que quiere decir “ ir más allá de todo lo conocido”, pero que fue muy mal traducida como “arrepentimiento” o “conversión”.

Puede ser muy conmovedor comprender que un 99 % de los seres humanos en todo el planeta, nacen, viven, se reproducen, se educan, trabajan y mueren en el ámbito C de la mente: sólo memoria, pensamiento, imaginación y el “YO”.-

Una vida imaginaria.

Lenguaje del Ambito C:

El lenguaje egocéntrico, el lenguaje hipnótico y el temporal se utilizan en la vida diaria como la conocemos en el Ambito C.

Estos lenguajes comienzan a desaparecer espontáneamente cuando uno vive en el Ambito B, que es la Percepción Unitaria.

Gracias a la Percepción Unitaria, uno se percata que el tiempo es irrelevante, además de ser absoluto y relativo. Además uno descubre la hipnosis generalizada (que es la esencia del pensamiento), en la que vivimos y el creciente egocentrismo divisorio de la humanidad.

Los tres lenguajes mencionados se usan en las técnicas hipnóticas y psicoterapéuticas, que son el producto del pensamiento y de su Percepción Fragmentaria.

La sobrevaloración del pensamiento, que nos hace creer que no existe nada fuera del Ambito C (fuera de lo conocido), ha traído la degeneración de la humanidad, parte de la cual es **la creciente división entre los seres humanos** en ricos y pobres, naciones, creencias, religiones organizadas, ideologías y diversas filosofías

Bóveda B:

Pero existe otra bóveda psicológica que podemos llamar la "Bóveda B" , la bóveda buena.

Sus leyes y su funcionamiento no son los del Ambito C.

El observador (usted y yo) puede pensar y conversar sobre la Bóveda B pero así no se entra en este ámbito psicológico bueno.

Pensar y hablar sobre la Bóveda B continua siendo el ámbito C.-

Este ámbito B es el de la Percepción Unitaria, que defino como **percibir todo lo perceptible al mismo tiempo con la mente en completo silencio.**

Si el pensamiento y el lenguaje pensado continúan (a pesar de intentar detenerlos por un momento) entonces hay que percibir la palabra y la imagen pensadas como si fueran otro sonido más.

El que escucha en Percepción Unitaria no escucha “algo”. Se escucha todo sonido al mismo tiempo, en silencio mental, sin nombrar los sonidos.

Toda mi Obra Escrita trata sobre este tema, que considero lo más importante para el ser humano: La Percepción Unitaria.

Bóveda A:

Si uno vive en el Ámbito B, ámbito que abarca al ámbito C, no como una técnica que se practica por unos momentos, sino como forma constante de vida, entonces puede ocurrir como contingencia (y no como consecuencia) la Bóveda A, que yo llamo Aquello-lo sagrado-, ya que no se puede describir ni definir. "Aquello" es como la bóveda celeste de la psicología.

Esa bóveda A es la conciencia cósmica, la mente universal que se percibe psicológicamente como armonía, orden, gozo de vivir, un contento por ninguna causa, una gran energía, que se siente concretamente en todo el cuerpo y el amor por todos los seres vivos.

He vivido en ese espacio de lo sagrado, y es, sin duda, algo bendito e inefable.

Cuando traté de describir mi experiencia en la bóveda A a mis amigos de todo el planeta, mis amigos cristianos dijeron que había llegado a mí el Espíritu Santo.

Entre los que afirmaron esto estaba el Custodio del Santo Sepulcro, el monje y sacerdote franciscano Rafaele Angelisanti.

Mis amigos hindúes me dijeron que yo era un Bodhisatva Viriadika.

En India me vieron algunos como un iluminado.

Cuando le dije a Jiddu Krishnamurti en 1979, que Aquello (el Ambito Sagrado) había llegado, me dijo que ya lo sabía y me pidió: “Hable y no espere nada ni ninguna cosa.”

La iluminación tiene como hecho esencial darse cuenta que los seres humanos somos todos UNO.

La iluminación (que no puede buscar ni lograr “el yo”) no lo hace a uno infalible, ni perfecto sin defecto. El verdadero iluminado no pretende carecer de las debilidades propias de su condición humana. La iluminación no otorga autoridad alguna, por encima de la amistad.

Digo todo esto porque hay tal cosa como la iluminación y porque existe una actitud menospreciativa hacia esta palabra, que debe cesar.

La Psicología conocida:

La psicología como la conocemos y todo lo que conocemos es sólo el ámbito C. Ese estrecho ámbito está dominado por la palabra, el número y el símbolo. Allí vivimos los seres humanos constantemente y sin salir de él, como en una eterna pesadilla. En el Ámbito C vivimos una vida simbolizada, o imaginaria, pero no la vida verdadera. La vida verdadera comienza en B.

El ámbito C es funcional en la ciencia (como la conocemos), pero más allá de su uso funcional se vuelve conflictivo (con su miedo, su rabia y su tristeza repetitivos).

El pensamiento no funcional es una pesadilla conflictiva, vivida en la vigilia.

De esa pesadilla (el Ámbito C) se sale sólo intentando vivir en Percepción Unitaria (el Ámbito B).

El despertar de la constante pesadilla del ser humano es comenzar a vivir en Percepción Unitaria.

¿Se comprende la tremenda importancia del ámbito B ?

Las diversas técnicas psicológicas CONOCIDAS, son un producto del pensamiento, y ayudan al observador a adaptarse mejor a la pesadilla del Ambito C no funcional.

En cambio, la Percepción Unitaria nos saca del ámbito C, aunque lo abarca.

Por eso es posible pensar y memorizar muy bien en Percepción Unitaria.

Pero no es con el pensamiento y la memoria que entramos al ámbito B.

No es posible ser libre psicológicamente ni conocer el amor, la profunda inteligencia o el contento por nada hasta que uno vive constantemente en el Ámbito B (la Percepción Unitaria).

La humanidad entera está atrapada en el Ámbito C, ignorando el ámbito B, y por eso crece la miseria económica, moral y espiritual.

La humanidad está esclavizada por el Ámbito C y busca desesperadamente la solución a todos los problemas dentro de esa bóveda que sólo puede crear problemas, pero no solucionarlos.

Los tres Ámbitos están en nuestro cerebro (en nuestro cuerpo-mente) y por eso digo que la salida no es salir.

La salida es el Ámbito B (la Percepción Unitaria).

Es inútil intentar vivir en la bóveda A desde el Ámbito C (lo conocido).

A ese Ámbito sagrado (A) no se entra a voluntad, ni por control mental ni con droga alguna. Pero es posible intentar vivir en el Ámbito B, que es desde donde se percibe frecuentemente (con suerte) el Ámbito A.

No es posible entrar al ámbito A voluntariamente.

El acceso al ámbito A ocurre desde el ámbito B.-

La descripción de la Percepción Unitaria es, al mismo tiempo, la manera de estar en ella. Escuche bien esto: la Percepción Unitaria es percibir todo lo perceptible al mismo tiempo en completo silencio mental. Si persiste el ruido del pensamiento no funcional, entonces la Percepción Unitaria percibe al pensamiento como si fuera un sonido más en todo el sonido que se está escuchando al mismo tiempo.

No se necesita esfuerzo ni complicación alguna para escuchar completamente.

Si usted no lo está haciendo ya mismo, usted está postergando la Percepción Unitaria.

Si comparamos la Percepción Unitaria con cualquier cosa conocida, estamos abandonando el Ámbito psicológico B para regresar al más familiar Ámbito C.

Descubra esto por usted mismo, no permita que sea una bella historia de Rubén (el que habla).

Necesitamos ganar el pan decentemente (sin saquear legal o ilegalmente, sin vender armas ni bebidas alcohólicas, ni cigarrillos de tabaco, ni drogas callejeras, ni órganos del cuerpo de niños huérfanos, por ejemplo).

Pero el pensamiento funcional que todos necesitamos para ganar el pan no tiene por qué ser algo problemático.

El miedo, la rabia y la tristeza de ganarse el pan cotidiano viene cuando "lo conocido" quiere multiplicarse y ser "doblemente conocido". Eso ocurre cuando queremos fama, status, prestigio, jerarquía, cuando queremos ser "más importantes que los otros" , cuando queremos ser muy reconocidos (doblemente conocidos) para que nunca nos olviden y cuando envidiamos a los que son reconocidos. Ahí comienza el problema de ganarse el pan.

Pero observando bien en Percepción Unitaria el problema deja de existir inmediatamente.

Es importante comprender que cuando aprendemos la definición de la Percepción Unitaria, éste es un aprendizaje acumulativo que ocurre en el Ámbito C.

Lo que aprendemos inevitablemente pasa a ser algo conocido.

Pero en el Ambito B comienza el aprendizaje NO ACUMULATIVO.

El Ámbito psicológico B abarca al Ámbito psicológico C, pero no ocurre a la inversa.

Esto significa que estando en Percepción Unitaria, puedo hablar de ésta o enseñarla a otros.

Pero lo más común es que hablemos de la Percepción Unitaria sin estar en Percepción Unitaria (sin estar en el Ámbito psicológico B).

Hay que recordar que el Ámbito C es todo lo que conocemos y por lo tanto lo que nos resulta más familiar.

Por eso digo que la humanidad vive en la prisión psicológica del Ámbito C y que aún saliendo de esa terrible prisión, (por estar algunos minutos en Percepción Unitaria), lo más probable es que regresemos al Ámbito psicológico C.

Lo que yo hice con mis amigos y con mi esposa es un pacto para recordarnos constantemente (unos a otros) que existe el Ámbito B (la mente en silencio que escucha totalmente sin conflicto y sin esfuerzo).

Ese pacto es lo más importante del matrimonio y lo más importante de una amistad.

Ese pacto puede degenerar en condenar al otro por no estar en el Ámbito Bueno (la Percepción Unitaria) o por continuar en el Ámbito Conocido (el conflicto).

Pero el pacto es sólo para recordarse mutuamente que existe un **Ámbito psicológico** donde reina la más profunda paz (una paz sin rabia ni tristeza, sin envidia y sin deseo de sobresalir).

Lamentablemente la gran mayoría de los seres humanos escuchan desde el **Ámbito C** y repiten a veces la enseñanza, pero ya desvirtuada por la palabra, el símbolo y el número.

La inteligencia del **Ámbito C** no es suficiente para comprender el **Ámbito B**.

Es necesario mutar psicológicamente por la transformación del acto de la percepción.

Debe comenzar (sin esfuerzo) la **Percepción Unitaria**. Es decir, hay que percibir constantemente todo lo perceptible al mismo tiempo, en gran silencio mental.

Es muy difícil que se tome esto en serio, día a día, minuto a minuto, día y noche.

No es posible concebir el **Ámbito B desde el **Ámbito C**.**

Hay que saltar al **Ámbito B, cosa que sólo es posible en **Percepción Unitaria**.**

Este es el más grande salto que la mente individual puede realizar de manera voluntaria.

Por eso mi libro en inglés se titula “El Gran Salto de la Mente” (The Great Leap of Mind).

En el **Ámbito C** sólo existe conflicto grosero o conflicto sutil.

Cuando recordamos el pasado agradable existe gran conflicto sutil degenerativo, pero de esto no se da cuenta el que no está en **Percepción Unitaria**.

El pensamiento inventa realidades paralelas a la verdadera realidad.

Usted habrá escuchado muchas narrativas llamadas “espirituales”, que se conocen como “los caminos de la Nueva Era”

Pero la verdadera realidad sólo puede percibirse desde el **Ámbito psicológico B** (que es la **Percepción Unitaria**).

La estructura de nuestro sistema nervioso hace que exista un solo camino a la vida verdadera: la **Percepción Unitaria**.

Pero no es un camino. Comienza exactamente aquí mismo, donde estamos, ahora mismo.

¿ Lo estamos haciendo ?

La **Percepción Unitaria** no es una cosa más en la vida. Es la vida.

Lo lamentable es que la humanidad, en su mayoría, prefiere vivir en las realidades inventadas por el pensamiento de uno mismo o el pensamiento de los demás.

Hay un hambre de abstracciones y narrativas filosóficas, ideológicas, literarias y metafísicas, que nos impiden vivir la vida verdadera de la Percepción Unitaria.

La Percepción Unitaria es la única manera de ser feliz en lo que uno hace, amando sin conflicto, amando sin esperar ser amado.

La relación verdadera ocurre sólo en el presente inmediato en Percepción Unitaria.

Tenemos que dejar de imaginar la vida y comenzar a vivir verdaderamente ahora mismo.

Si nos preguntamos porqué el ser humano no vive en igualdad económica con todos los seres humanos y porqué no han cesado las guerras en 5000 años de historia escrita, tenemos ahora la contestación: el ser humano no estaba funcionando con todo el cerebro.

Lo que ve es todo lo que hay y en esa inmensidad está el amor y la felicidad.

Podríamos decir que lo que ve es la conciencia universal.

La conciencia universal me ve por vuestros ojos.

El pensamiento inventa realidades paralelas, parciales, fragmentarias que están ajenas a lo que ve.

Lo que ve no tiene nada que ver con el yo que el pensamiento individual y colectivo ha inventado y que lleva nuestro propio nombre.

El yo no ve, porque el yo no ejerce ninguna acción.

Decimos yo “respiro”. No es así, el “YO” no respira, sino que está ocurriendo la respiración.

Decimos yo “duermo”. No es verdad, el yo no duerme. El sueño ocurre. El insomnio ocurre y no se puede uno dormir a voluntad.

Decimos yo “crezco”. Tampoco es verdad.

Por eso es que lo importante no es conocerse a uno mismo, sino darse cuenta por uno mismo que **lo que ve está tapado** por las imágenes, símbolos y palabras que el pensamiento inventa.

Una función cerebral recobrada:

Respirar y dormir son funciones cerebrales inconcientes. Es decir, no son un producto del pensamiento humano.

La Percepción Unitaria es también una función cerebral (aunque conciente), que no es un producto del pensamiento.

El Fundamento de Toda Acción:

Es posible hablar, caminar, bañarse, trabajar, callar, descansar en Percepción Unitaria.

Por eso decimos que la Percepción Unitaria puede ser el fundamento de toda acción humana, si se intenta constantemente como una manera verdadera de vivir.

Se define a la Percepción Unitaria como "darse cuenta de todo lo perceptible, al mismo tiempo, YA MISMO, sin nombrar, sin comparar y sin esfuerzo".

En la definición de la Percepción Unitaria hay, por lo menos, cuatro elementos:

1) Darse cuenta implica que hablamos del HECHO de tomar conciencia de algo.

Aún los contenidos del inconciente pasan por la conciencia, pero si no existe la paz sin dualidad ni elecciones (es decir, si no existe la Percepción Unitaria), esa paz que permite ver las cosas como son en la mente sin desear cambiarlas, tampoco seremos concientes de los contenidos del inconciente que podemos percibir.

2) Todo lo perceptible implica que no nos damos cuenta de algo o de alguien (solamente),sino de TODO lo que pasa por la conciencia. Por ejemplo: no se trata de escuchar los trinos de los pájaros (solamente) si paseamos en una arboleda, sino de escuchar todos los sonidos que llegan al oído (desde el cerebro).

3) Al mismo tiempo implica que si queremos que el cerebro opere como una unidad,expresando el máximo de su potencial, es necesario percibir todo lo que podemos percibir al mismo tiempo.

Para esto no se necesita esfuerzo. Se trata de una manera de vivir.

El peso,el sonido y todo el campo visual pueden ser percibidos al mismo tiempo, en quietud y en paz.

4) YA MISMO implica el único momento en el que la Percepción Unitaria es posible.

Pensar en la Percepción Unitaria es postergar el HECHO de la Percepción Unitaria, que está ocurriendo YA MISMO ó no.

En la paz a todo nivel que genera (inmediatamente) la Percepción Unitaria, está la necesaria mutación psicológica.

Entonces comienza una forma de vivir, ver y escuchar que no conocemos.

Son las palabras conque interpretamos EL HECHO de ver y escuchar al mismo tiempo, lo que impide **ver y escuchar de esa nueva manera: AL MISMO TIEMPO.**

Una ciencia sin precedentes:

El siglo 20 comienza, en 1905, con la publicación de la Teoría de la relatividad de Einstein. Esto conmueve al mundo científico.

De Broglie habla en 1922 de la paradoja cuántica: el electrón es partícula y es onda al mismo tiempo.

En la década del 50 aparece el holograma, una tecnología fotográfica en la que se confirma la relatividad del espacio-tiempo.

Esto da lugar a la aparición, en neurología, de la memoria holográfica (u holonómica) acuñada por Karl Pribram.

La memoria está en todo el cerebro y no en un centro cerebral llamado “engrama”.

También en Física aparece David Bohm con su teoría de la holokinesis (el holograma en el cosmos-en movimiento- y ya no fijo en el plano).

La holokinesis, dice Bohm, es el movimiento que está ocurriendo en todo el cosmos desde aquí hasta aquí, entre el Orden explicado de la Materia-Mente-Energía y el Orden Implicado (aquí mismo) en la Materia-Mente-Energía.

Bohm concibe a la creación de manera científica, por primera vez en la historia escrita.

Con todo esto cambia la interpretación de la Materia, la Mente y la Energía.

La Mente puede ahora concebirse como la interfase (universal) entre la Materia y la Energía Universales.

La Mente es tan universal como la luz (energía) y como el sodio (materia).

Cambia la noción de Movimiento, que además de ser de aquí hasta allí, ahora puede ser de aquí hasta aquí.

Con esto se revoluciona la interpretación científica del Tiempo, que ahora es irrelevante, como lo descubre David Bohm, además de ser absoluto para Newton y relativo para Einstein.

Nueva Definición de “Mente”:

Hay que redefinir la palabra “Mente”.

Ahora la mente no es solamente el producto de la interacción entre el observador y su ambiente desde el útero hasta la muerte.

Ahora la mente es también Percepción Unitaria, es decir, el contacto conciente del cerebro con la energía de la holokinesis.

Sigmund Freud nos habló de la Memoria Epigenética. Ahora hay que hablar de la Mente genética, homeostática, perinatal, epigenética y Holokinética.

Y la Mente Holokinética es la Percepción Unitaria.

Ahora caben en Psicología Científica los conceptos de Dos Ordenes Mentales (Implícito y Explícito) y de Tres Ambitos Mentales: C, B, y A.-

El Orden Implícito no es el Inconciente.

El Pensamiento es 99 % inconciente e incoherente, como la memoria y el “YO”.

Pero la Percepción Unitaria es solamente conciente en la vigilia.

Y es parte del Sueño S-4 en el sueño-(MOL-4).

El Profesor David Bohm escribió, en 1984 una introducción para mi segundo libro “La Percepción Unitaria” –Editorial Orión-México-.

Ese año fue un año muy agitado en mi vida personal y llegué a olvidar esa introducción. El libro se publicó sin ella.

A comienzos del año 2000, 16 años después, el amigo Luis Córdova, re-descubrió esa introducción de cinco hojas, que finaliza así :

“ Cuando comencé a investigar en nuevas áreas, colaboré con Albert Einstein y conocí a Jiddu Krishnamurti. Trabajé como Decano de la Escuela Secundaria que él fundó en Brockwood Park, cerca de Londres.

Comencé a observar la operación de la mente misma y no sólo el mundo de la naturaleza.

En realidad tenemos que ir mucho más lejos que el reino de la Física Cuántica, o del pensamiento científico en general, a la cuestión más fundamental de qué es lo que constituye el proceso de pensar.

Me di cuenta de las maneras en las que el pensamiento fragmentario toma forma, y de la casi imperceptible tendencia a creer que estas divisiones se corresponden con la estructura actual de la realidad..

Mi tesis es un nuevo punto de partida para un estudio real de la relación entre conciencia y pensamiento.

La aparición de la obra escrita del Dr. Rubén Feldman González constituye una innovación en el campo de la psicología. Esta obra lidia con los ordenes implícito y explícito de la realidad y de cómo se relacionan con la psicoterapia, con la educación y la relación humana en general.”

David Bohm- 1984-

La necesaria ilusión del “YO”

El pensamiento produce al yo para darle continuidad a la memoria.

El, yo, como el pensamiento y la memoria que le dan origen, es mayormente inconciente e incoherente.

En el Yo inconciente laten el asesino y el suicida, como se ve en artículo “El Pensamiento Asesino.” www.percepcionunitaria.org

Con la aparición del “YO” nace el origen de todo conflicto.

Le llamamos “conflicto horizontal” a esta emergencia, lo cual definimos como la creencia de que el observador está inexorablemente separado de lo observado.

El “YO” puede hacernos caer en el inmenso error de creer que la Percepción Unitaria es solamente un conocimiento más.

Así el ámbito C “se traga” al Ambito B y se imposibilita la vivencia real de la Percepción Unitaria. Esto, lamentablemente, por ser familiar para el sistema nervioso central, ocurre muy frecuentemente, aún después de tomar un Taller sobre Percepción Unitaria o de leer la literatura recomendada.

Nueva Visión del Pensamiento:

- 1) La complejidad del Ambito C se explica cuando hablamos del **Proceso M.E.T.A., Mnemónico, Eidético, Tímico y Autónomico**, que es una nueva vision de cómo funciona nuestro pensamiento (individual y colectivo).-
- 2) Este nuevo estudio del pensamiento se complementa con el hecho que la **Percepción del pensamiento es Fragmentaria**, algo necesario para la supervivencia sobre la tierra.
- 3) Se comprende cómo el pensamiento individual y colectivo, conciente e inconciente, es **una forma de hipnosis**, analizando la “Experiencia de Bernheim”.

En mi libro “ La Percepción Unitaria” incluí un diálogo que tuve con una Profesora de Caracas, Venezuela, titulado “**Diálogo con una Princesa**”, en el que se ve claramente cómo una simple poesía, aprendida en la infancia, puede condicionar a una persona hipnóticamente, para vivir toda su vida (devastadoramente) de acuerdo a esa poesía.

Sólo podemos imaginar cómo condicionan y limitan nuestras vidas las canciones populares, la música, las palabras de nuestros padres, abuelos y maestros, las películas cinematográficas que hemos visto, etc.

Esto se comprueba viviendo en Percepción Unitaria, a medida que vamos viendo, día a día y de instante en instante, cada uno de nuestros condicionamientos hipnóticos: el nacionalismo, las creencias, las ideologías y todas las formas de divisionismo entre los seres humanos.

4) Se estudia **la paradoja y la comparación**, como parte inexorable del pensamiento. Aunque se compare la Percepción Unitaria correctamente con algo conocido, este acto de comparación ubica a la Percepción Unitaria en el ámbito C, como un mero pensamiento..

Pero la Percepción Unitaria puede ocurrir realmente, solamente en el Ambito B.-

5) A través de un chiste acuñado por Jiddu Krishnamurti vemos que el pensamiento **puede contestar cualquier pregunta**, con o sin comprensión de ésta, con o sin integridad moral :

“Un individuo le pregunta a la computadora: -existe Dios ?”

La computadora se descompone.

Después de arreglar la computadora se repite la pregunta.

“Ahora sí,” contesta la computadora.

6) El Ambito C es lo único que estudia la **Psicología** que conocemos.

7) Ya nos hemos referido al **Conflicto Horizontal** del pensamiento.

El Mito de la Chispa Divina:

La creencia en una chispa divina dentro del observador, hace pensar en el “YO” como parte de esa Chispa.

De allí que se crea que “el pensamiento viene del pensador”.

El pensamiento se ha sobrevalorado enormemente.

En realidad el pensador es un producto del pensamiento.

En Percepción Unitaria existe pensamiento pero no pensador.

Esto no significa que no haya una Chispa Divina en nosotros. Simplemente significa que no hay acceso a esa Chispa Divina a través del Pensamiento.

Cuándo no enseñar Percepción Unitaria

Un retardado mental no comprende la Percepción Unitaria.

Un esquizofrénico no comprende la Percepción Unitaria.

En los casos de Déficit de Atención, y la Depresión Unipolar o Bipolar, es necesario que la persona se halle bajo tratamiento médico, antes de intentar comprender la Percepción Unitaria.

El retardo existe en el 3 % de la población.

La esquizofrenia existe en el 1 % de la población.

Esto significa que el 96 % de los seres humanos pueden recobrar la Percepción Unitaria.

El Stress y la Percepción Unitaria:

El Stress del exceso de trabajo, (stress laboral), de la vida matrimonial conflictiva (stress matrimonial), el inevitable stress interpersonal, que surge de vivir en una sociedad basada en el provecho financiero, en el fraude y el saqueo, en la venta de armas y la invención necesaria de enemigos para vender armas (stress interpersonal), el stress por desprecio al sueño y no dormir las 9 horas diarias que son necesarias para mantener la salud, por la falta de ejercicio racional y por una alimentación irracional (stress biológico), se diagnostican gracias a la Percepción Unitaria.

El intento de la Percepción Unitaria por una persona estresada puede dar lo siguiente:

Somnolencia

Cefalea,

Hormigueo

Palpitaciones

Si al intentar la Percepción Unitaria se reconocen uno o más de estos signos, hay que planear racionalmente reducir el stress.

Si no se reduce el stress éste se complicará con una o más de las siguientes dolencias:

Gastritis

Alta Presión Arterial

Artritis

Baja inmunidad

Beneficios de la Percepción Unitaria:

El primer beneficio de la Percepción Unitaria es el contacto total y sin distorsión con la realidad.

El intento de vivir en la Percepción Unitaria se traduce inmediatamente en una **profunda paz** y una relajación no buscadas. Cesa el conflicto.

Mejoran, en esa paz, todas las **relaciones**.

Se regenera el cuerpo, **augmenta la energía accesible**, la inmunidad y se rejuvenecen todas las funciones fisiológicas.

Se pueden curar algunas dolencias. Existen casos curados de gastritis, artritis, elevada presión arterial, sinusitis, y alergia respiratoria.

Estamos estudiando la recuperación de un desahuciado: Enrique Rodriguez de Mexicali.

Se despiertan centros cerebrales que dejaron de actuar por falta de uso.

La actividad de estos centros se conocía en India como "Siddhis".-

La Profesora Pupul Jayakar, una consejera de Indira Ghandi, biógrafa de Jiddu Krishnamurti y Experta Universitaria en el Estudio Comparativo de las Religiones, dijo en India, que la Percepción Unitaria es el Maha Raja Yoga (el más grande y elevado de los Yogas).-

La Percepción Unitaria como Psicoterapia

Se trata de enseñar la transición del Ambito C al B.

Es importante vivir en Percepción Unitaria, antes de intentar enseñarla.

La educación teórica holokinética, sobre la Percepción Unitaria puede ser necesaria cuando el paciente se resiste con racionalizaciones: "Esto es muy tonto, demasiado sencillo, no tiene relación con mi problema ni con mi vida".

Conviene hacer un contrato firmado, con el cual la persona se compromete a participar en un mínimo de 12 sesiones de Percepción Unitaria, dejando bien aclarado que no se trata de una técnica, sino de una forma de vida integral, compasiva, responsable y pacífica, en la cual el miedo y la hostilidad interpersonal se van viendo diariamente (en Percepción Unitaria).-

Se le pide a la persona que haga pactos con su cónyuge y sus amigos, para ayudarse mutuamente a vivir en Percepción Unitaria.-Este pacto es lo más valioso de un matrimonio o una amistad.-

En las sesiones de 45 minutos no se estimula la narrativa personal, se busca el silencio mental, (sin lenguaje hablado y pensado) y la Percepción Unitaria.

Se evita el lenguaje egocéntrico (vamos a lograr la Percepción Unitaria), hipnótico (hay que pensar positivamente) ,o temporal.

Tenemos que hacer que este nuevo lenguaje sea nuestro lenguaje común en Psicología, ya que, de lo contrario, contribuiremos a la confusión ya reinante en esa tierra de nadie que es la Psicología actual.

El lenguaje que usamos es muy pulido desde el punto de vista semántico y epistemológico.

El lenguaje fue confirmado por la experiencia individual de muchos investigadores, incluyendo al que habla. Esto lo hace preciso y simple. Pero esa simplicidad surge de muy profundas comprensiones científicas, epistemológicas, exegéticas, y vivenciales.

Sin esas comprensiones, un lenguaje simple, como el de la Psicología Holokinética, puede ser usado de manera muy inadecuada por el neófito.

Nuestro lenguaje tiene que ser afín con el hecho de la Percepción Unitaria, que es el hecho más importante y el menos conocido de la mente humana.

También tenemos que ver nuestra inmensa resistencia a usar el nuevo lenguaje, condicionados por el viejo lenguaje incoherente de la Psicología del siglo 20.

Hemos partido, desde 1986, con una nueva definición de la palabra "mente", como ya vimos.-

Estoy enseñando Percepción Unitaria en todo el planeta por invitaciones universitarias.

Es necesario **describir** la Percepción Unitaria **después** de haberla vivenciado. Nuestra costumbre es conformarnos con rápidas **definiciones** intelectuales o bien con meras **comparaciones** entre hechos conocidos.

Lamentablemente **la Percepción Unitaria es un hecho excluido** de la cultura y la educación en todo el planeta. La Percepción Unitaria es una mente nueva, una mente de gran energía y paz, una mente que no inventa enemigos para venderles armas. La Percepción Unitaria es una nueva manera de vivir, no es un mero ejercicio ó una mera técnica, como esos ejercicios y esas técnicas que se venden en el supermercado llamado "espiritual o metafísico". La Percepción Unitaria puede ser la base de una nueva psicoterapia, en la que se ingresa a lo desconocido ya mismo, es decir que esa nueva psicoterapia no se basa en la memoria, el conocimiento, ejercicios ni técnicas especiales, sino en el acto de ir percibiendo en silencio todo lo perceptible al mismo tiempo, ya mismo.

En los **últimos treinta años** he viajado por todo el mundo para hablar de la Percepción Unitaria, e **iniciar grupos de exploración** para descubrir juntos qué es y qué no es la Percepción Unitaria.

Examen

Después de los cursos y talleres que imparto es posible tomar un examen no obligatorio, que no tiene la pretensión de saber si alguien está en Percepción Unitaria.

El examen sirve solamente para evaluar la capacidad de hablar sobre el tema con **el lenguaje adecuado** para aquel que se ha tomado el trabajo de estudiar las bases de la Percepción Unitaria.

Es posible tener un diálogo más preciso y aclaratorio cuando se usa un lenguaje adecuado sobre un tema cualquiera, pero sobre todo cuando hablamos de lo más importante de la vida.

El examen nos permite saber con quién es posible dialogar seriamente sobre Percepción Unitaria.

Medidas como ésta serán necesarias a medida que la Percepción Unitaria penetre la educación y la cultura.

Es imperativo impedir que la Percepción Fragmentaria, en la que se basan la educación y la cultura, distorsionen la Percepción Unitaria y la transformen en un mero conocimiento más.

La Percepción Unitaria no es un mero conocimiento más. Es la vida verdadera.

El objetivo:

El motivo de la Percepción Unitaria es desencadenar la Psicotransformación Perceptual Global, o la mutación psicológica, que sea compatible con la vida verdadera.

En esta forma de vida disminuye el stress, aumenta el silencio y el amor al silencio, la austeridad y la simplicidad se hacen voluntarias y gozosas, escuchando con la mente sin lenguaje innecesario (hablado o pensado), se busca y se sigue la paz y se vive sin ansiedad y sin esfuerzo, en el contento por nada.

Se trata de asumir completamente el ejercicio de la inteligencia, que le permite a la persona transformarse en un individuo (indiviso, íntegro), viviendo en Percepción Unitaria, cuando el pensamiento y el lenguaje no son necesarios para actuar, operar y predecir.

La vida en Percepción Unitaria es hasta la muerte. De hecho en hecho.

Aclaro que **lo que no se busca es el ámbito "A"** (lo sagrado), lo cual sólo llega cuando se vive constantemente en el ámbito "B", que es la Percepción Unitaria.

El terapeuta debe ser capaz de ver claramente y comprender la contratransferencia, en forma de atracción sexual, rechazo o indiferencia. Esto se da más cuando la persona no participa del acto terapéutico de manera responsable, y por lo tanto no mejora.

Sesiones ulteriores:

Entre las cosas que se van viendo aparece la "imagen de sí mismo" (la invención de qué y cómo soy): "enojón", "irritable", "tímido", "triste", "hablador", "chismoso", "lacónico", "testarudo", "mexicano", "bosnio", "negro", "católico", "comunista", "musulmán", etc.-

Estas imágenes son parte del conflicto individual y colectivo, **que se manifiesta con miedo, rabia, hostilidad, chismes, tristeza y, finalmente, las guerras incesantes:** las guerras napoleónicas, las guerras civiles, las guerras entre vecinos, las Guerras del Opio en China, Crimea, la Primera Guerra Mundial, La Segunda Guerra Mundial, la Guerra Fría, Corea, Viet-nam, Santo Domingo, Guatemala, Cuba, Granada, Panama, Angola, Latinoamérica, Yugoeslavia, Iraq, Rwanda, Congo y la Larga Guerra del siglo 21, esta vez contra un indefinible "terrorismo."

Conviene dialogar sobre la frase: "Me sobra lo que soy, lo que fui y lo que seré".-

La constancia diaria en intentar la Percepción Unitaria, en la sesión, pero también fuera de ella, reduce el stress, aumenta la inmunidad a los resfríos y a otras infecciones, **y provoca la regeneración del organismo**, así como el rejuvenecimiento.

También aumenta enormemente la energía, y los ancianos llegan a decir, aún después del primer intento de Percepción Unitaria: "he sentido la paz y la gran energía orgánica, **por PRIMERA VEZ EN MI VIDA**"...

Hay que aprender a vivir sin el símbolo innecesario (sobre todo la palabra pensada).-

La mente silenciosa puede escuchar todo al mismo tiempo, profunda y completamente.-

"La memoria y el pensamiento innecesarios aparecen cada vez que dejamos de vivir en Percepción Unitaria".-

Esto ocurre muchas veces por día.

La energía es necesaria para vivir en Percepción Unitaria.

Hay que dialogar sobre todo aquello, que por falta de disciplina e inteligencia, agota nuestras energías:

excesiva o mala comida, stress laboral, poco dormir, usar drogas, fumar tabaco, beber alcohol, mirar televisión compulsivamente, usar el Internet sin medida, jugar videojuegos y aún el exceso de conversación o el parloteo insignificante. Esto es más perceptible en los 7 días antes de la menstruación de la mujer, en el resfrío o la gripe, la anorexia o la obesidad.

Hay que dialogar sobre la falta de espacios de silencio en nuestra vida diaria.

Jiddu Krishnamurti aconseja construir una habitación en la casa, donde sólo se haga silencio.

La enseñanza de la Oruga:

La Percepción Unitaria es el comienzo de una Profunda Psicotransformación Global, de inmenso beneficio.

Esta transformación psicológica es invisible en el ser humano y no puede expresarse en palabras, ya que es demasiado grande para las palabras.

En la naturaleza ocurren transformaciones visibles, como la oruga que se vuelve mariposa en el capullo.

Podemos decir que la Percepción Unitaria es el capullo psicológico invisible, en el que ocurre la gran transformación psicológica del ser humano.

Y como la oruga, el ser humano no se transforma en un superhombre, ya que la oruga no se transforma en una super-oruga. Se transforma en algo muy diferente a lo que era.

La oruga no tiene jerarquías, como no las tiene el hombre serio, que quiere esta transformación necesaria.

La oruga no sigue a la mariposa. El hombre que quiere su transformación no sigue al hombre transformado.

No hay transformación gradual, es inmediata.

Se necesita el capullo para la oruga y se necesita la Percepción Unitaria para el ser humano que quieren transformarse.

La transformación debe ocurrir ANTES que la muerte.

No hay alternativas. Para la oruga está solamente el capullo. Para el ser humano está solamente la Percepción Unitaria.

Uno es el camino, la verdad y la vida, ha dicho Jesucristo.

Teniendo oídos no oyen y teniendo ojos no ven, ha dicho Jesucristo.

La salida de la pesadilla que el hombre ha hecho de la vida, no es salir.

La única salida es la Percepción Unitaria.

Cómo respondemos al Caos actual:

Para actuar responsablemente, es decir para responder al caos brutal, que no existe solamente en lo que quedó de Yugoslavia, o de la Unión Soviética, o en Israel, o en Iraq, no es inteligente actuar como musulmán, como hindú, como budista, como católico, como europeo, americano, latino, judío o árabe.

EL QUE DEBE RESPONDER ES CADA UNO DE NOSOTROS COMO SER HUMANO.

Tampoco es inteligente actuar en fragmentos, en ciertas actividades, ya que todas las actividades humanas están interconectadas y son interdependientes.

La profunda crisis actual de la religión, de la familia, de la economía, de la educación y de la salud públicas, del ambiente ecológico, **NO SON PROBLEMAS SEPARADOS.**

Se necesita la mutación psicológica de la Percepción Unitaria para ver la necesidad de responder totalmente como ser humano ante el caos que se hace obvio en **TODAS** las actividades humanas en **TODO** el planeta.

Es la mente que percibe fragmentariamente la que ha creado el caos en TODO lo que hace el ser humano.

El orden surge solamente de la mutación psicológica de la Percepción Unitaria.

Ese orden se genera en cada ser humano por si mismo.

Ningún ser humano puede generar orden y paz en otro ser humano.

Ese orden y esa paz no llegan si no llegan con la Percepción Unitaria.

He dicho en mi libro “La Percepción Unitaria”:

La verdadera liberación va más allá de la necesaria liberación del “tercer mundo” (de los países subdesarrollados), es una liberación perceptual, una liberación que destruye los corrales ideológicos, religiosos, políticos, nacionales, filosóficos, conductuales y emocionales.

La liberación perceptual que denominamos “Percepción Unitaria” transforma rápidamente la mente en algo insospechable.

Esa transformación es la liberación global del ser humano.