

*Charla abierta de Fernando A. García en el local de La Comunidad para el Desarrollo Humano “Rebelión Humanista”, Frías 262, Buenos Aires (Argentina), el sábado 18 de diciembre de 2010.*

## **PONER BIEN LA CABEZA: QUÉ ES Y CÓMO HACERLO**

### **1) ¿Para qué esta charla?**

Esta charla está relacionada con la anterior “¿Y ahora qué?”.<sup>1</sup> A menudo encontramos esta expresión en las conversaciones con Silo, en las que le atribuye importancia. Generalmente se la entiende según el contexto del tema que se está tratando, sin entrar en mayores explicaciones acerca de ella. Sin embargo, quizá sea conveniente considerarla con algún detenimiento a fin de sacar mayor provecho de este “poner bien la cabeza”.

Como siempre advertimos en estas breves charlas, no pretendemos agotar el tema ni que la nuestra sea la única manera de verlo: simplemente queremos llevar la atención sobre este tema que consideramos de un cierto interés, enfocándolo con la lente de aumento para incentivar el intercambio y posteriores desarrollos. Para esto, hacemos una presentación que responde a nuestra experiencia y comprensión sobre el tema en cuestión, apoyándonos también en las referencias que se encuentran en nuestros materiales.

### **2) Ejemplos del uso de la expresión “poner bien la cabeza” con citas de comentarios de Silo.**

*“Se hace más importante lo que uno hace, y se buscan nuevos significados en el quehacer, aunque sea cotidiano, cuando uno es tocado por el problema de la finitud. Entonces, hay muchas cosas que uno las entiende de su biografía, en el momento que uno ve el problema del sentido y entiende el problema de la finitud. Estamos hablando de registros. Es clave el tema, es clave. Eso es interesante para entender, para **poner bien la cabeza**. Entonces, ese es un gran problema, claro si estoy distraído del problema, cualquier problemita se agranda, se desproporciona, cubre mi conciencia, me acalora, me pasa de todo, claro, al distraerme del problema de la finitud con objetos, con cosas, con situaciones, lógicamente eso cobra mayor relieve, entonces cualquier nimiedad me da un ataque de úlcera. Estas son cosas de la cabeza.”<sup>2</sup>*

*“Vamos a necesitar gente **con la cabeza bien puesta**, gente afirmadita en su cabecita, se va a necesitar. No estamos hablando de gente ilustrada ni culta, sino de gente con **la cabecita bien puesta** en ese revoltijo. Gente bien puestita es gente que sabe contestar a la pregunta de dónde vengo y hacia dónde voy, qué quiero. Llegado el momento habrá que profundizar, no te quepa duda! Habrá que contestarse muy bien esas preguntas, en profundidad. Cosa que vamos a ver en su momento, No tratados, no frasecitas...”<sup>3</sup>*

*“El sistema de ideación y el sistema de imagen es el más afectado. Las imágenes son las portadoras de cargas, son las que llevan a la acción, o que hacen huir de la acción. Son las que direccionan. La desestructuración del sistema de valores, de los imponderables, también afecta a mi modo de ver. Aquellos que nos acompañen en un proyecto de transformación, que lo comprendan más allá de un slogan de la transformación de lo social y de lo personal, deberían, me parece, tener en cuenta esto de **que algo debe hacerse con la propia cabeza**. Algo debe hacerse con sus imágenes, con sus valoraciones, con sus orientaciones, con el sistema de imponderables, de la vida de cada cual. Algo debería hacerse frente a esta desestructuración que los afecta en sí mismos, en su interioridad más profunda.”<sup>4</sup>*

### **3) ¿Para qué “poner bien la cabeza”?**

Según se pone la cabeza, se derivan consecuencias personales (directamente) y conjuntas (indirectamente). Obviamente, estas consecuencias pueden ser positivas o negativas.

Las consecuencias personales son esencialmente en términos de libertad y felicidad, o bien lo opuesto. Las consecuencias del poner bien o mal la cabeza no hacen simplemente a aciertos o errores de procedimiento en lo conjunto, sino que hablan del estado interno de quien pone su baza de un modo u otro.

No nos interesa aquí el aspecto del “éxito” o del “fracaso” externos, de lograr los objetivos externos propuestos.

Las consecuencias conjuntas son las de coherencia o incoherencia con el conjunto al que pertenecemos y que enmarca nuestra acción. Por ejemplo, no sería coherente actuar según lo expresado en la *“Quinta Carta a Mis Amigos”*, en “5.- *Los intereses inmediatos y la conciencia moral.*” y “6.- *El sacrificio de los objetivos a cambio de coyunturas exitosas. Algunos defectos habituales.*” ya que, al menos, son comportamientos opuestos al tratar a los otros como uno quisiera ser tratado.<sup>5</sup> O bien, “3. *Si eres indiferente al dolor y el sufrimiento de los demás, toda ayuda que pidas no encontrará justificación*”.<sup>6</sup>

El tratar a los demás como uno quisiera ser tratado no se aplica sólo a las relaciones interpersonales entre dos personas (ni sólo a aquellas que nos resultan afines), sino a la relación que uno establece con el conjunto de los que participamos en nuestra Obra, conjunto al que se pertenece y que enmarca nuestra acción.

Así, si me emplazo frente a ese conjunto en términos de “recibir”, por el que dicho conjunto tiene “obligaciones” para conmigo pero yo no para con éste; si exijo beneficios pero no asumo compromisos equivalentes, hay algo que no es coherente en esta relación.

#### 4) ¿Qué es “poner bien la cabeza”?

Como afirma *“El Paisaje Interno”*, “*No hay pasión, ni idea, ni acto humano que se desentienda del abismo. Por tanto, tratemos lo único que merece ser tratado: el abismo y aquello que lo sobrepasa.*”<sup>7</sup>

Recordemos las palabras de Silo: “*Dos caminos se abrieron: el camino del sí y el camino del no. Entonces, todo pensamiento, todo sentimiento y toda acción, fueron turbados por la duda del sí y del no. El sí creó todo aquello que hizo superar el sufrimiento. El no agregó dolor al sufrimiento. Ninguna persona, o relación, u organización quedó libre de su interno sí y de su interno no.*”<sup>8</sup>

Así, en palabras muy simples, podríamos decir que “poner bien la cabeza” es elegir y afirmar el “sí”.

El “poner bien la cabeza” es (como mínimo) adoptar una perspectiva, una posición mental o bien ubicarse en una franja mental. Se la considera sobre todo en el contexto de nuestras tareas conjuntas y, secundariamente, para encarar cualquier proyecto, situación, etc. de tipo personal. Damos por obvio que el sentido más amplio del “poner bien la cabeza” es, por lo menos, el de superar el dolor y el sufrimiento en uno mismo y en los demás, el ampliar el campo de libertad y felicidad, el humanizar la tierra, etc.

Antes que analizarlo en términos esenciales y abstractos, preferimos dar varios ejemplos de este “poner bien la cabeza”, ya que su expresión varía según el caso al que se aplique.

El “poner bien la cabeza” es enfocar las cosas de acuerdo con nuestros mejores estándares o valores: doctrinarios, ideológicos, éticos, espirituales, etc. dados por la enseñanza de Silo. Es poner la mira alta en todos los aspectos que hacen a lo nuestro en general y a cada acción que emprendamos. Pero no se trata sólo de acción: previa a la acción tenemos siempre una visión de

la situación y lo por hacer, y una pre-disposición (disposición previa) al respecto. El “poner bien la cabeza” es como mínimo esa “visión” junto a esa “pre-disposición”.

Es comprender la situación lo más correctamente posible, ya que de esa imagen de situación surgen las respuestas compensatorias.

Es predisponerse a dar lo mejor de uno mismo en relación a una cierta situación, acción, etc.

Es lograr la mejor actitud posible para comprender y hacer.

Es apuntar a la coherencia interna y externa para lo que sea necesario.<sup>9</sup>

Es siempre aspirar a una mayor libertad y felicidad para uno mismo y para los que nos rodean.

Es considerar las cosas en términos del “dar”, del “nosotros”, de abrir el futuro, etc.

Es intentar siempre de adecuar lo personal a lo transpersonal o suprapersonal, en vez de intentar reducir o achatar lo transpersonal o suprapersonal para que lo personal no sufra contratiempos.

Es intentar soltar la posesividad, el reflejo contractivo de poseer (y por ende controlar) la subjetividad de las personas, las situaciones, los procesos, etc.

Es intentar ejercer la intencionalidad, evitando reflejos compulsivos.

Es intentar encarar las situaciones en base a los “Principios de la Acción Válida”.

Es intentar ir para “arriba” en los “Estados Internos”.<sup>10</sup>

Es intentar lograr el tono interno propio del capítulo “II. Disposición para comprender”.<sup>11</sup>

Es intentar generar la mejor copresencia atencional posible para orientar la propia conducta (mental, emocional y física) para la consecución de lo que nos interesa lograr.

Es reflexionar sobre el tema en cuestión, ordenando claramente las prioridades, distinguiendo lo primario de lo secundario, y resolviéndose a ajustar la propia conducta al resultado de dicha reflexión.

“Poner bien la cabeza” es aprehender la situación de la mejor manera posible y predisponerse para con ella en términos similares a los que uno adopta para realizar una “acción válida”, o sea, adoptar como referencia los “Principios de la Acción Válida”.

“Poner bien la cabeza” es elegir siempre por la no violencia activa en nuestros pensamientos, sentimientos y acciones.

“Poner bien la cabeza” es reconocer los signos de lo Sagrado en nuestra gran Obra y participar en ella consecuentemente con dicho reconocimiento.

Como sucede con toda acción válida que se intenta, la visión de la situación en cuestión depende de factores tales como la información que disponemos de la misma, las referencias que usamos, nuestra experiencia, el conocimiento de nuestros planteos doctrinarios e ideológicos, las influencias ambientales, etc.

Dadas ciertas condiciones, lo que decide si se pone bien la cabeza o no, está condicionado por los antepredicativos que operan en nuestra copresencia. Si el antepredicativo es, por ejemplo, “recibir”, “controlar”, “triunfar”, “manipular”, “figurar”, etc., no se pondrá bien la cabeza para lo conjunto. Y esto depende a su vez de la dirección mental.

“Poner bien la cabeza” es apuntar a un proceso transferencial como resultado de la propia visión y la propia acción, y no sostener una simple visión o acción catártica. Es decir, atendemos a los indicadores de la “acción válida”, y no a la simple compensación compulsiva y catártica.

“Poner bien la cabeza” es mirar más allá del horizonte temporal inmediato (el hoy, el momento), de la anécdota del presente, teniendo en cuenta el futuro al que se aspira: el destino mayor.

“Poner bien la cabeza” es mirar más allá del horizonte perceptual inmediato (mi medio inmediato), para considerar e incluir el contexto mayor copresente.

“Poner bien la cabeza” es disponerse a encarar la situación en cuestión con la mejor sabiduría, bondad y fuerza interna de las que somos capaces.

Es reflexionar desde un “centro de gravedad”, ni alterado ni ensimismado, en paz con uno mismo y con los demás.

“Poner bien la cabeza” es lograr la mejor vigilia atenta (al menos), para que funcionen la mejor reversibilidad y los mecanismos de crítica y autocrítica.<sup>12</sup>

Se trata de apuntar a lo más elevado, grande, noble, bondadoso, fuerte, digno, etc.

Es proponerse una conducta intencional y no dialéctica.<sup>13</sup>

Es intentar emplazarse como siloístas y como humanistas, más allá del paisaje de formación personal o de los valores epocales y locales. O sea, pensar desde lo elegido y no desde lo simplemente heredado.

El “poner bien la cabeza” no es simplemente hacerse una “idea” de la situación en cuestión, sino un acto correspondiente a una configuración mental, emotiva e física (cenestesia y kinestesia acordes). En este contexto, es de notar que el acto de “poner bien la cabeza” tiene registros e indicadores precisos y reconocibles que se pueden identificar, no sólo para mejorarlo sino como medio para verificar la propia situación al respecto. Vale la pena trabajar en ello.

### 5) El “poner bien la cabeza” y las “Experiencias Guiadas”

Las “Experiencias Guiadas” nos dan numerosos ejemplos del “poner bien la cabeza” en casos específicos, apuntando a comprensiones profundas, a resoluciones integradoras, reconciliadoras, transferenciales, etc.

Por ejemplo, de “El Niño”: *“Entonces digo: «Bueno, voy a arreglar esa injusticia que al parecer me hacen. Para eso, comenzaré a ser amigable con las personas que me crean esa situación».* (\*)”

De “El Enemigo”: *“Comienzo a revisar en mi interior, los problemas del otro. Veo sus dificultades, los fracasos de su vida, sus enormes frustraciones, su debilidad. (\*) Siento la soledad de ese ser humano que se cobija a mi lado húmedo y tembloroso. Lo veo sucio, en un abandono patético. (\*)*

*Entonces, en un raptó de solidaridad, le digo que voy a ayudarlo.”*

De “El Gran Error”: *“Allí estoy impulsado a cometer el error. ¿Y por qué estoy obligado a hacerlo? (\*)*

*¿No hay otros factores que influyen y no los quiero ver? El error fundamental, ¿a qué cosas se debe? ¿Qué tendría que hacer, en cambio? ¿Si no cometo ese error, cambiará el esquema de mi vida y esta será mejor o peor? (\*)*

*Trato de comprender que las circunstancias que obran no pueden ser modificadas y acepto todo como si fuera un accidente de la naturaleza: como un terremoto, o un río que desbordando su lecho, arruina el trabajo y la vivienda de los pobladores. (\*)*

*Me esfuerzo por aceptar que en los accidentes no hay culpables. Ni mi debilidad; ni mis excesos; ni las intenciones de otros, pueden ser modificadas en este caso. (\*)*

*Sé que si ahora no me reconcilio, mi vida a futuro seguirá arrastrando la frustración. Entonces, con todo mi ser, perdono y me perdono. Admito aquello que ocurrió como algo incontrolable por mí y por otros. (\*)”*

### 6) El “poner bien la cabeza” y “Los Estados Internos”

“Los Estados Internos”, capítulo de “La Mirada Interna” nos dan otro tipo de ejemplos sobre el poner bien o mal la cabeza. Veamos algunos de ellos:

**Bien:** *“Si tu dirección es de ascenso la «muerte» significa un rompimiento con tu etapa anterior. Por la vía de la muerte se asciende hacia otro estado.”<sup>14</sup>*

**Bien:** *“Supongo que, ascendiendo desde el reino de la muerte y por tu consciente arrepentimiento, has arribado ya a la morada de la tendencia.”<sup>15</sup>*

**Bien:** *“En ese espacio puedes espantarte por el paisaje desierto e inmenso y por el aterrador silencio de esa noche transfigurada por enormes estrellas inmóviles. Allí, exactamente sobre tu*

*cabeza, verás clavada en el firmamento la insinuante forma de la Luna Negra... una extraña luna eclipsada que se opone exactamente al Sol. Allí debes esperar la alborada, paciente y con fe, pues nada malo puede ocurrir si te mantienes calmo.”*<sup>16</sup>

### 7) ¿Qué es “poner mal la cabeza”?

En términos obvios, es lo contrario de todo lo dicho anteriormente. Por ejemplo, el poner la cabeza teñida por el resentimiento o la revancha. Por ejemplo, cuando la cabeza está puesta en perseguir el “éxito” externo a costa de la libertad y felicidad propias o ajenas. A propósito, se dijo: *“Aún cuando sabio y poderoso, si no crece en ti y en quienes te rodean la felicidad y la libertad, rechazaré tu ejemplo.”*<sup>17</sup>

### 8) El “poner mal la cabeza” y “Los Estados Internos”

**Mal:** *“Ahora bien, te dije que había otro sendero para escapar de la vitalidad abismal, ese era el de la mutación. Si eliges esa vía es porque quieres emerger de tu penoso estado pero sin estar dispuesto a abandonar algunos de sus aparentes beneficios. Es pues un falso camino conocido como de la «mano torcida». Muchos monstruos han salido de las profundidades de ese tortuoso pasadizo. Ellos han querido tomar los cielos por asalto sin abandonar los infiernos y, por tanto, han proyectado en el mundo medio infinita contradicción.”*<sup>18</sup>

**Mal:** *“Pero tú que has ascendido con resolución te encuentras ahora en la posada conocida como «generación». Allí tienes tres puertas: una se llama «Caída», otra «Intento» y la tercera «Degradación». La Caída te lleva directamente a las profundidades y solo un accidente externo podría empujarte hacia ella. Es difícil que elijas esa puerta. Mientras que aquella de la Degradación te lleva indirectamente a los abismos, desandando caminos, en una suerte de espiral turbulento en el que reconsideras de continuo todo lo perdido y todo lo sacrificado. Este examen de conciencia que lleva a la Degradación es, por cierto, un falso examen en el que subestimas y desproporcionas algunas cosas que comparas. Tú cotejas el esfuerzo del ascenso con aquellos «beneficios» que has abandonado. Pero, si miras las cosas más de cerca, verás que no has abandonado nada por este motivo sino por otros. La Degradación comienza pues falseando los motivos que, al parecer, fueron ajenos al ascenso. Yo pregunto ahora: ¿Qué traiciona a la mente? ¿Acaso los falsos motivos de un entusiasmo inicial? ¿Acaso la dificultad de la empresa? ¿Acaso el falso recuerdo de sacrificios que no existieron, o que fueron impulsados por otros motivos? Yo te digo y te pregunto ahora: tu casa se incendió hace tiempo. Por ello decidiste el ascenso, ¿o ahora piensas que por ascender aquella se incendió? ¿Acaso has mirado un poco lo que sucedió a otras casas de los alrededores?... No cabe duda que debes elegir la puerta media.”*<sup>19</sup>

**Mal:** *“Podría suceder en tal situación que quisieras arreglar una salida inmediata de allí. Si tal ocurre, podrías a tientas encaminarte a cualquier lugar con tal de no esperar el día prudentemente. Debes recordar que todo movimiento allí (en la oscuridad), es falso y genéricamente es llamado «improvisación». Si, olvidándote de lo que ahora menciono, comenzaras a improvisar movimientos ten la certeza que serías arrastrado por un torbellino entre senderos y moradas hasta el fondo más oscuro de la disolución.”*<sup>20</sup>

El “poner mal la cabeza” tiene, circunstancialmente o en proceso, los registros propios de la violencia interna, de no coincidencia entre lo que se piensa, siente y hace, de traición a uno mismo, de incoherencia externa, de contradicción, de cierre del futuro, de pérdida de fuerza, etc. El registro y grado dependerán de que esto sea sólo un error de paso ocasional o bien sea un error recurrente de danza.

## 9) ¿Qué atenta contra el “poner bien la cabeza”?

Las dificultades pueden ser muchas y variadas. Algunas de ellas son: El arrastre del paisaje de formación biográfico y en lo nuestro. El “virus de altura”. Las deficiencias de trabajo interno profundo. Las compulsiones. Los climas fijos y las tensiones fijas. La censura y la autocensura. La mirada externa. El accidente. La acción irreflexiva. El pragmatismo inmediatista. La ubicación de nuestras propuestas en el campo de “lo ideal” y los procedimientos del sistema en el campo de “lo real”, “lo práctico”, “de los pies en la tierra”, etc. La disociación esquizofrénica entre nuestros planteos (doctrina, ideología, trabajo interno, etc.) y la vida cotidiana. La dificultad de relacionar nuestros planteos generales con los casos específicos que se viven.

## 10) El “poner bien la cabeza” y la dirección mental

El “poner bien la cabeza” es crear, cargar y emplear imágenes. Esas imágenes a futuro no son simples, sino complejas. No son simples figuras visuales bidimensionales, sino que están cargadas de asociaciones y connotaciones de todo tipo. Les corresponden climas, tensiones, compensaciones, argumentos transferenciales o catárticos, etc. Dos personas pueden coincidir en que aspiran a un mismo objeto (por ej. un auto), pero una lo imagina o desea como herramienta de trabajo para su independencia económica, mientras que la otra lo imagina o desea como medio de diversión, aventura, etc. Dadas dos personas, puede ser que ambas aspiren a cumplir una cierta función para el conjunto, pero que una lo haga en función de “dar” mientras que otra lo haga en función de “recibir”.

Las imágenes de futuro (expresadas como proyectos, aspiraciones, ideales, argumentos vitales, etc.) son imágenes trazadoras que configuran lo que se conoce como “dirección mental”. La imagen a futuro (“objeto a lograr”) como trazadora genera una dirección mental, una tendencia y un “recorrido”. Esas imágenes orientadoras nos acercan a ciertas cosas y nos alejan de otras: ámbitos, situaciones, personas, comportamientos, pensamientos, temas, emociones, acciones, etc.). Entonces, un aspecto fundamental del “poner bien la cabeza” es elegir cuidadosamente las imágenes a futuro, el “para qué” de nuestras acciones, ya que son como los pedidos al guía interno que hacemos, son la “realidad” que construimos. Es así que conviene poner intencionalidad en este tema y elegir las mejores imágenes. Si ya existen en nosotros, conviene revisarlas; si deseamos formarlas (poniendo así bien la cabeza), conviene reflexionar sobre ello y elegir las desde lo mejor de uno. Conviene apuntar bien alto (por ej., tomar como referencia que “dar” es más que “recibir”). A veces se presenta la incertidumbre entre plantearnos un ideal grande pero de logro incierto, o bien un ideal pequeño pero seguro.

Pero las imágenes a futuro no sólo trazan un “recorrido”, sino también configuran un campo de copresencia (un “horizonte lógico”) en relación al “objeto” al que se apunta. La imagen a futuro, como estructuración de conciencia, genera un cierto campo de copresencia, un horizonte lógico al que le corresponden ciertos “objetos” y no otros. Y esto da una cierta “mirada” con antepredicativos de distinto signo.

## 11) El “poner bien la cabeza” y la “acción reflexiva”

Veamos ahora el “poner bien la cabeza” en relación a otro tema con el que guarda estrecha relación: la “acción reflexiva”. La “acción reflexiva” implica “poner bien la cabeza”. Veamos las siguientes notas personales (ni oficiales ni revisadas) de lo que Silo comentó en un retiro<sup>21</sup>:

Hay mucha gente que ni se ha enterado que existe una acción reflexiva. El hecho de saber que existe sirve para saber a qué atribuir ciertos problemas.

...  
La acción reflexiva es un modo de estar con la cabeza y no una práctica. Es una postura mental en la actividad.

...  
No es tema secundario el de la reflexión sobre la acción. Es un tema para nosotros. La acción reflexiva es primaria.

Hay diferencia entre la acción reflexiva y la calculada (la que hace la gente).

Hay una correspondencia entre acción reflexiva y atención. La acción reflexiva sobre las cosas queridas y apreciadas.

...  
Para nosotros son prioritarios el Trabajo Interno, la acción en el mundo, la acción reflexiva y las acciones queridas. La acción reflexiva debe ir en dirección a eso. Esta es la óptica común, lo otro está fuera del proyecto.

...  
Cuando uno hace algo, lo hace porque algo ha sucedido o por lo suceder. Uno se puede preguntar una u otra cosa con respecto a la propia acción. La primera es por aquello que la produce, la segunda está lanzada a futuro.

Ciertas acciones no son preguntadas (por ejemplo, abrocharse los botones), pero no todas las acciones tienen el mismo interés. Pero hay otras acciones que tienen algún interés, que uno valora, cosas que tienen que ver con lo que uno aprecia. Uno debiera preguntarse “para qué” lo hace. Debiera tomar muestras de lo que hace. Durante la acción uno podría volver a preguntarse. Una acción es reflexiva en tanto y en cuanto se sabe “para qué” se hace. Cuando sólo se puede responder al “por qué” se hace es porque se trata de una acción refleja. “Por qué” y “para qué”.

Respecto de las acciones que son buenas, debo responderme para qué las hago.

La acción reflexiva descansa sobre un mecanismo psicológico de atención. Nadie puede preguntarse por las acciones si no pone atención sobre la acción.<sup>22</sup>

Esto sólo tiene interés en las acciones que uno aprecia, no en las acciones primarias.

¿Cómo poder definir las acciones que aprecio? Es difícil catalogarlas. Deben ser cuestionadas para que no fallen, para que tengan más inteligencia, para que no se desvíe el tiro. Puedo apreciar acciones que terminan en cinco minutos, o puedo tener acciones a largo plazo. En estos casos la pregunta es por la dirección. Hay acciones que se trancan por actos irreflexivos. Hay mucho accidente en las acciones irreflexivas. No nos conviene.

Estas acciones están lanzadas en una dirección querida y tengo muestras para responder por ellas. Además de conciencia, hay muestra, puedo responder por el para qué de ella.

Requieren de una conciencia atenta, de una atención precisa y alerta. La atención dirigida es más homogénea con la acción reflexiva que una atención errática. Pone una mejor condición. Porque es un mecanismo más fuerte, potente, dirigido. Serán acciones más dirigidas, mejor direccionadas, con más sentido.

Cuando hablamos de atención dirigida hablamos de una cierta postura, de un estado. Cuando lo hacemos de la acción reflexiva, hablamos lo que se hace, de la acción.

Vale la pena para las acciones queridas, no las otras. Bloquea bastante el accidente, los raptos temperamentales, metabólicos, de tipología.

No te puedes dar el lujo de irreflexiones en las cosas queridas.

Si hay algo que a uno le interesa, uno debiera estar en condiciones de saber para qué lo hace.

Estamos hablando de la regulación de la acción, y no de los actos contradictorios o unitivos.

En el temario había una dicotomía entre atención y acción reflexiva, pero tienen su enganche, van juntas. La calidad mejor de atención es habilitante de las acciones reflexivas. Mala calidad de atención impide el desarrollo de la acción reflexiva.

Uno debiera poder sacar conclusiones de una acción reflexiva.

De acuerdo a la clasificación de acciones de cada uno, puede que haya acciones apreciadas. Si las acciones interesantes de cada uno están sólo movidas por el “por qué” -y no por el “para qué”- no es interesante. Mejor el “para qué” (el futuro).

No puede ser que alguien desarrolle una acción querida y sostenida sin responderse por el “para qué”. Pueden ser acciones chiquitas, pero acomodadas por uno. El “por qué” se puede trasladar, poner el “por qué” a futuro. El “para qué” hace al futuro, a lo intencional.

## **12) El “poner bien la cabeza” como necesidad circunstancial**

También en estos casos conviene hacerlo desde lo mejor de uno mismo. La condición interna desde la que se formulan intenciones y los apoyos para lograrlo: la distensión física, emotiva y mental, el pedido al guía interno, las experiencias de paz y de fuerza, la “bocanada”, la respiración baja, un aforismo personal, etc. Todos tenemos nuestro particular modo de predisponernos desde lo mejor de nosotros mismos cuando las circunstancias lo requieren. Esto también se puede trabajar, logrando nuestra propia manera sintética y veloz de “poner bien la cabeza” estando en situación de hacerlo.

## **13) ¿Cuándo hay que poner bien la cabeza?**

En general, siempre y en todo momento; pero particularmente al inicio de cosas importantes, lo que constituye su condición de origen o de partida. Esos momentos que preceden a procesos largos y de consecuencias deben ser gestados y acompañados desde lo mejor de uno mismo. Allí es conveniente reflexionar y apercibirse de lo que opera en nuestra cabeza, en nuestro “paisaje interno”. A esto apuntan los dos primeros capítulos de *“La Mirada Interna”*.

Es conveniente apercibirse del estado interno en que uno se encuentra, los climas y las tensiones que acompañan a esos momentos.

Es conveniente poner bien la cabeza en los “recodos” o en las “encrucijadas” de nuestro camino, allí dondequiera uno advierta que se bifurcan los senderos que llevan hacia la unidad o hacia la contradicción, hacia el modelo de aquello que nace o hacia aquel que camina hacia la muerte, hacia la luz o hacia la sombra, hacia el abismo o hacia lo que vuela por encima de él.

Esta elección, fundamento de toda ética, se presenta de continuo; pero nos interesan en particular las situaciones y procesos de largas consecuencia de importancia.

Para concluir, aunque debemos hacer mención de ello, nos parece excesivo tratar aquí el “poner bien la cabeza” con referencia a los trabajos de Escuela, que apuntan a transformaciones profundas a través del Propósito, la Ascesis, la Conciencia Inspirada, etc.

Fernando A. García. Buenos Aires, 18 de diciembre de 2010.

<http://fernandoagarcia.blogspot.com>

[fernando120750@gmail.com](mailto:fernando120750@gmail.com)

---

<sup>1</sup> Charla abierta de Fernando A. García en el Parque de Estudio y Reflexión La Reja (Argentina), el sábado 25 de septiembre de 2010. <http://fernandoagarcia.blogspot.com>

<sup>2</sup> Farellones II - Retiro consejo Fénix, enero 1991.

<sup>3</sup> Apuntes “Reunión Silo Con Comisión Parque La Reja - 07/08/06 - Parque La Reja.”

<sup>4</sup> Transcripción de Charla de Mario en reunión del Consejo, Bogotá, 5 de Julio de 1995.

<sup>5</sup> Puntos “5.- Los intereses inmediatos y la conciencia moral.” y “6.- El sacrificio de los objetivos a cambio de coyunturas exitosas. Algunos defectos habituales.” de la “Quinta Carta a Mis Amigos” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Cartas a Mis Amigos sobre la crisis social y personal en el momento actual”.

<sup>6</sup> En “El Camino”, de Silo “El Mensaje de Silo”.

<sup>7</sup> Párrafo 4 de “I. La Pregunta” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Humanizar la Tierra”, “El Paisaje Interno”.



---

<sup>8</sup> Acto público (Pabellón de los Deportes. Madrid, España, 27/09/81), en Silo, Obras Completas, Vol. 1, HABLA SILO Recopilación de opiniones, comentarios y conferencias. 1969 – 1995. I. Opiniones, comentarios y participación en actos públicos.

<sup>9</sup> Ver “Tercera Carta a Mis Amigos” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Cartas a Mis Amigos sobre la crisis social y personal en el momento actual”. Ver también “1.- Algunas posturas frente al proceso de cambio actual.” en la “Segunda Carta a Mis Amigos” en el mismo libro.

<sup>10</sup> Ver “XIX. Los Estados Internos” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Humanizar la Tierra”, “La Mirada Interna”.

<sup>11</sup> Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Humanizar la Tierra”, “La Mirada Interna”.

<sup>12</sup> Ver también “Importancia de la atención”, Fernando A. García, Buenos Aires 16/10/2010.

<http://fernandoagarciamentesinquietas.blogspot.com/2010/10/la-importancia-de-la-atencion.html>

<sup>13</sup> “Sobre la Convergencia y la Diversidad - La Actitud Intencional y la Actitud Dialéctica” de Fernando A. García. Buenos Aires, 26/05/08. <http://fernandoagarcianoticias.blogspot.com/2009/08/sobre-la-convergencia-y-la-diversidad.html>

<sup>14</sup> Párrafo 2 de “XIX. Los Estados Internos” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Humanizar la Tierra”, “La Mirada Interna”.

<sup>15</sup> Párrafo 5 de “XIX. Los Estados Internos” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Humanizar la Tierra”, “La Mirada Interna”.

<sup>16</sup> Párrafo 9 de “XIX. Los Estados Internos” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Humanizar la Tierra”, “La Mirada Interna”.

<sup>17</sup> Párrafo 2 de “I. La Pregunta” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Humanizar la Tierra”, “El Paisaje Interno”.

<sup>18</sup> Párrafo 4 de “XIX. Los Estados Internos” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Humanizar la Tierra”, “La Mirada Interna”.

<sup>19</sup> Párrafo 7 de “XIX. Los Estados Internos” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Humanizar la Tierra”, “La Mirada Interna”.

<sup>20</sup> Párrafo 10 de “XIX. Los Estados Internos” en Silo, Obras Completas, Vol. 1, “Humanizar la Tierra”, “La Mirada Interna”.

<sup>21</sup> Apuntes del retiro con Silo en Mar del Plata, 17 al 22 de julio de 1989.

<sup>22</sup> Ver Anexo 1. Aporte sobre la Atención. Apunte de una charla con Mario. Mendoza, setiembre 1989 en el “Manual de Formación personal para los miembros del Movimiento Humanista”.