



POESISMO, en pro del autoconocimiento.

19 de julio - 2025

¿POR QUÉ SENTIMOS SOLEDAD EN UNA SOCIEDAD HIPERCONECTADA?

Reporte poesista #3 - escrito por Santiago R



Desarrollado a partir de la tertulia
del 19 de julio del 2025

@ppoesismo
www.poesismo.org

ÍNDICE

Introducción a la gestión

¿Qué significa la soledad para ti?

Diálogo y transferencia de saberes

Ejercicio para hacer en casa

Cuadro de la percepción de la experiencia integrativa

Metodología

Resultados inesperados

Modelando espacios de vinculación: sentirografías

Futuros encuentros



1. INTRODUCCIÓN A LA GESTIÓN DE SOLEDAD



En la forma contemporánea de sociedad en la que vivimos, la soledad, como capacidad que posee un ser humano para aislarse de señales externas y verse en confrontación con su actividad mental desprovista del otro, es escasa. También hablamos de gestión de la soledad porque la soledad, como sensación productora de malestar que se caracteriza por sentirse enajenado y tener un deseo insatisfecho de interacciones con otros, esta en auge

Hablamos de gestión de la soledad, fundamentalmente, para construir soberanía sobre ella; esto es, para que nuestro acceso a la soledad deje de estar condicionado (en la medida de lo posible) por los mensajes que enturbian la capacidad de una persona para conectar consigo misma y, como no, para vincularse con los demás de manera que pueda atender a las necesidades del otro. No somos La Especie Inteligente, somos una especie compuesta de inteligencias que son aprendices del misterio de sí mismos. La noción de la inteligencia humana cómo un rasgo superior en el reino animal es un sesgo limitante que impide una experiencia fundamental con la naturaleza y su verdadero rostro.



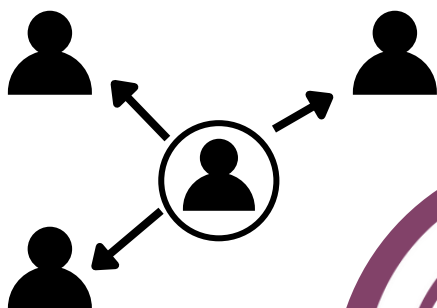
**“Quien se olvida de su
propia inteligencia
comienza a descubrir
su propia sabiduría;
así, al desengañarse
de sí mismo, se
acerca al rostro de la
tierra, del bosque, de
la nube, del río, de la
flor y de la abeja”**



Al pensarnos la soledad como un recurso, aparecen cuatro tipos diferentes de soledad, o si se quiere, de experiencias asociadas al hecho de tomar distancia interna o externa de un contexto y sus elementos; o, por el contrario, al hecho de acercarse de forma interna o externa a un contexto y sus elementos. Estos cuatro tipos¹ son:

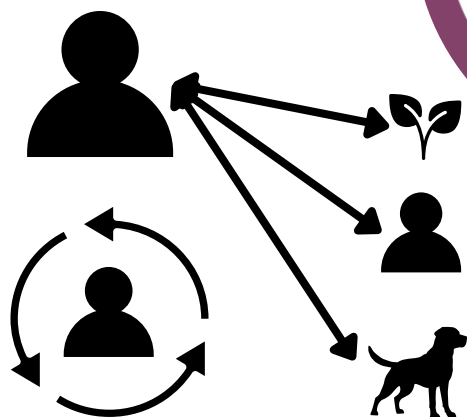
Soledad voluntaria

La capacidad de tomar distancia de los elementos del contexto externo para interactuar únicamente con uno mismo. Se sabe que este recurso se halla disponible siempre y cuando la decisión de tomar distancia sea posible dentro del contexto dado, de lo contrario, la imposibilidad de soledad voluntaria se convierte en conexión ruidosa. Un sujeto debe hacerse consciente de dónde se encuentra en cada momento (qué posibilidades de acción tiene en cada contexto) para tener gestión de su soledad.



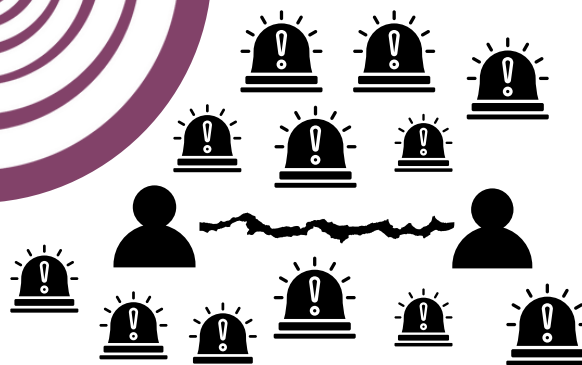
Soledad forzada

La incapacidad de interactuar con un contexto por la imposición de fuerzas que apartan al sujeto de la interacción con otros elementos dentro del mismo contexto, reduciendo el alcance de nuestra interacción dentro del contexto. Este proceso sucede de forma involuntaria. Los otros elementos del contexto pueden ser personas, objetos u otros seres vivos. Dicho de otra forma, es cuando forzosamente se nos aparta de la red de interacciones que se puede desenvolver dentro de un contexto.



Conexión genuina

La capacidad de atender de manera completa y satisfactoria una interacción con los elementos del contexto (la soledad voluntaria puede generar conexión genuina con uno mismo, por ejemplo). Esta posibilidad de atender a la interacción se da por un contexto con estímulos equilibrados y permite una negociación de sentidos sin trabas.



Conexión ruidosa

La incapacidad de atender de manera completa y satisfactoria a una interacción con otro elemento del contexto debido a estímulos presentes que exceden la atención del sujeto. Aquí se evidencia una imposibilidad de tomar distancia (soledad voluntaria) de los elementos presentes en un contexto. Ejemplos de conexión ruidosa se encuentran en los centros comerciales, entornos de trabajo ruidosos y las redes sociales con su bombardeo incesante de contenido.

La conexión ruidosa produce sensación de soledad porque falsifica la idea de estar vinculado con otro. Las redes sociales favorecen este tipo de soledad porque hiperconectan las superficies de las personas en vez de conectar sus profundidades. De esta manera, las redes sociales no generan conexiones genuinas, sino aceleradas y ruidosas.

Tomar distancia de la hiperconectividad nos puede ayudar a conectar genuinamente con los demás.

Riega el árbol de tu vida con las aguas de tu soledad y velo brotar hasta tu cielo personal.

El intercambio de superficialidades de la hiperconectividad enajena a los sujetos detrás de barreras de ego. Desde atrás de estas barreras se produce una idealización ilusa del otro que nos impide acercarnos y produce soledad forzada.

La negación de la soledad es la evasión del yo. Las redes sociales pueden ser rutas para evadir al yo dada su comunicación acelerada, aunque también nos permiten evadir a los demás, en cuanto no conectamos genuinamente con nadie a costa de intercambiar superficialidades.

Usar la superficie en servicio de lo profundo, esto es, no evitar las interacciones que requieren de lo más profundo en nosotros para sostenerlas. No temas a las preguntas incómodas sobre lo profundo de tu ser, date cuenta de que no sabes las respuestas y permítete encontrarlas hurgando en tus costras.

Ejercítate en crear un desierto personal. La meditación es una herramienta y la introspección diaria también. Irrádiate con 20 minutos diarios de silencio y conversa con tu voz interior. Ejerce la meditación como un sistema de compromiso con la realidad.

La conexión genuina también se puede generar a partir de experiencias significativas compartidas, experiencias que sacudan los paradigmas de las personas involucradas.

Deshazte del yo que aísla a las otras partes de ti de la riqueza del mundo y te darás cuenta de que estás en todo y todo en está en ti.

Reconoce que hay soledades incómodas y comunícalo a tus seres más cercanos, esto puede ayudar a disminuir el malestar producido por la sensación.

Al respecto de los tipos de soledad, me surgen estas ideas que comparto con ustedes para que sean reorganizadas en sus mentes (estas ideas no tienen ningún orden):

2. ¿Qué significa la soledad para ti?



A continuación, recopilamos las respuestas que las personas asistentes dieron a la pregunta previa. Las respuestas están parafraseadas y se han poetizado los sentidos que en ellas se encuentran.

Todas las personas respondieron a la pregunta desde sus experiencias y el misterio de sus causas. De cada biografía emergen realidades diferentes. Las descripciones que aparecen aquí deben ser enriquecidas por el lector con sus propias ideas y sentires. Cada respuesta viene desde una construcción diferente del significado de la palabra soledad.

Iván

La soledad es un vacío que la vida no alcanza a llenar.

Salomé

La soledad es un lugar donde hay ausencia de ruido social. Brindar una escucha activa al ser que nos habita es soledad.

Santiago

La soledad es un desierto personal en el que nacen oasis de luz, me puedo sentar a meditar en él y buscar en la arena las respuestas a mis preguntas. Salgo de mi desierto para traer nueva vida de afuera y enriquecerlo con diversidades.

Juan Pablo

La soledad es producto de una identificación rígida con el ego, con el hecho de sentirme aislado por no poder mirar más allá de mí mismo, por querer encontrarme en todas las personas y las cosas, y no a las personas y a las cosas en sí mismas.

Manuela

La soledad es un espacio de regar las plantas. Entre más conozco al individuo, más lo amo.

Santiago

La soledad es la desalineación con los demás. El estado mental producto de la creencia de que mi identidad es excluyente de la identidad del otro.

Juan Guillermo

A veces, una persona se siente incomprendida porque no se comprende a sí misma. La soledad es la incompreensión de uno mismo que nos aparta de sentirnos comprendidos por los demás. ¿Qué tengo que comprender sobre mí para sentirme comprendido por los demás?

Fernanda

La soledad es un estado de consciencia desde el cual la persona se puede dar cuenta de que la separación es una ilusión. La soledad permite el darse cuenta de que yo soy tú y tú eres yo.

Juan Camilo

La soledad es un momento necesario que hay que equilibrar con momentos de conexión con los demás. Todo es equilibrio en la realidad.

Para caminar hay que tambalearse entre las piernas en un equilibrio que posibilita el movimiento; también en una onda de sonido picos y valles se complementan en equilibrio.

Fer nos habló de la soledad desde el abordaje de la conciencia para **la escuela del Advaita**. El estado de soledad puede revelar uno de los principios del Advaita: la no-dualidad. La conciencia, en su modalidad no-dual, posee implícitas dos condiciones fundamentales: el hecho de que puede saber y, simultáneamente, el hecho de que puede atestiguar **al conocedor** (aquello antes de la mente) mientras este sabe o está sabiendo. **La conciencia se define, entonces, como el acto de saber y saber que se sabe.** El sanar la brecha entre el observador y lo observado, en el contexto de las interacciones humanas y la soledad, muestra que a través del desarrollo de esta conciencia, uno se puede dar cuenta de que la soledad no existe puntualmente, y de que jamás se está uno solo. La soledad es un concepto abstracto, porque concretamente, nunca estamos solos, los demás siempre guardan un lugar en nosotros, acompañándonos. Somos los demás porque sabemos de nosotros –en parte– lo que otros nos han hecho saber.

“Soy ^{Un} Grito
de luz envuelto
en sombra”



3

Diálogo y transferencia de saberes



Cuando nacemos, se comienzan a dibujar los límites de nuestro entendimiento según los espacios que habitamos y la relación que nuestros sentidos trazan con ellos. Nuestras primeras percepciones nos orientan hacia una primera forma de mundo, que en cada momento se está actualizando. Durante nuestra discusión enfatizamos la importancia de la soledad en nuestras vidas, de tener una dosis personal de soledad y de permitirse la exploración del ser en silencio y en retiro de las demandas sociales de atención. A nivel orgánico, el cerebro debe ocuparse de sostener marcos de percepción que involucren al grupo y la forma en la que las personas presentes nos perciben, esto es fundamental en la cognición social. Luego, mediante la toma de distancia de cualquier grupo y la aceptación del silencio en soledad, es lógico que el cerebro redistribuya los recursos encargados de atender a las demandas sociales a otras actividades, entre las cuales se encuentran la posibilidad de analizarse y hacer introspección. También enfatizamos que la soledad se puede practicar como un escape de la realidad social y en que la búsqueda de compañía constante como un escape de la soledad. Todo escape es un rechazo, una negación, un impulso de asir otra realidad. Debe haber un punto medio, y por eso a quien lee le hago las siguientes preguntas:

- ¿Buscas estar acompañado porque te genera malestar estar solo?
- ¿Buscas estar solo porque te genera malestar estar acompañado?
- ¿Cuándo estás en soledad, sientes compañía?
- ¿Cuándo estás en compañía, sientes soledad?

La persona lectora que se permita responder a estas cuatro preguntas con sinceridad, encontrará en su interior motivos ocultos para la orquesta de sus decisiones, y quizá halle valor en el ejercicio de estar solo. Lo cierto es que nuestra contemporaneidad permite muchos canales para la evasión de la soledad, homogeneiza en cuanto funde la identidad de los individuos con la del grupo, y desacredita a quienes se retiran a espacios de soledad para regenerar su identidad. Aún estando en una sociedad de individualismo, la gente se adosa a las ideas de un grupo en la búsqueda de heredar identificaciones, sin embargo, el hecho del grupo no va más allá de la identificación, y no promueve la cooperación entre sus partes.

La soledad de la que se habló en el espacio de tertulia es biomimética al fenómeno del bosque, en el que cada árbol es su propio individuo, pero en el estrato del suelo se mantienen unidos en redes de cooperación que permiten la vida.

Estando solos, igual estamos conectados; la soledad es una ilusión; sin embargo, el aislamiento, no lo es. En nuestra discusión, descompusimos los elementos de la hiperconectividad que nos aíslan y nos recortan de la red de cooperaciones; ya sea de manera física, es decir del intercambio de recursos para la vitalidad integral; o de manera psíquica, es decir del intercambio de sentidos y narrativas que permiten la integración de nuevas perspectivas a la vida del sujeto (modificando las percepciones con el tiempo).

En la hiperconectividad de las redes sociales se intoxican las personas con narrativas homogéneas que simplifican la realidad. El estado del planeta es la suma de todas nuestras conductas más el efecto que todos los demás seres vivos ejercen en nosotros y viceversa.



La invalidación de la soledad puede ser producto de muchas cosas, como por ejemplo, algo de lo que nos habló Fernanda: el hecho de condicionar la autenticidad (expresiones que nacen del ser desde su soledad primigenia/individualidad) para la recepción de afectos del grupo primario al que pertenece el sujeto. En otras palabras, desde que nacemos, el placer interno de la vinculación con un otro, primariamente nuestra familia, se debe corresponder con una aceptación por parte de quien nos cría sobre nuestras expresiones más viscerales como el llanto. Si el llanto producido desde la soledad/individualidad de un ser es rechazado por el núcleo primario en el momento en que la persona es una cría, el llanto se comienza a condicionar para encajar con el afecto del núcleo primario, generando el placer interno de la vinculación.



En el apartado de arriba se explora el condicionamiento de nuestra autenticidad que se genera desde que nacemos hasta —puede ser— que nos damos cuenta de ello. Aquí se piensa que el efecto que tiene la introspección y la retrospección es imprescindible para la deconstrucción de nuestra experiencia de la soledad y la posterior reconstrucción en pro de convertirla en lo que es: un estado de exploración profunda de uno mismo (diferente al aislamiento, que corresponde con el concepto de soledad forzada). Lo que experimentamos en la era de la hiperconectividad no es soledad, es enajenamiento y aislamiento del cuerpo planeta del que hacemos parte. Recordemos que la soledad forzada (enajenamiento y aislamiento) es:

“La incapacidad de interactuar con un contexto debido a la imposición de fuerzas que nos apartan de la interacción con otros elementos dentro del mismo contexto, reduciendo el alcance de nuestra interacción a solo uno mismo.”

Ningún organismo puede permanecer aislado del gran cuerpo del que hace parte, mucho menos deteriorado en cuanto a sus relaciones con los demás organismos. Cuando un organismo se aparta del cuerpo al que pertenece y se enajena, se convierte en cáncer. Miren nada más al cuerpo humano, a un hígado, a un páncreas, a un estómago; cuando sus células se dividen y una de ellas –por condiciones que no detallaremos – se ve incapacitada para conectar genuinamente con las demás, se canceriza. La soledad forzada de cualquier organismo lo canceriza. Es necesario hacer parte de redes de cooperación hacia un fin superior a las posibilidades de un solo individuo para entender el lenguaje de la vida. La estructuración de la vida y la materia sintiente se da porque formas de vida simples convergen juntas en formas de vida de mayor complejidad, aumentando las relaciones internas entre sus partes e incrementando el rango de posibilidades de relaciones con otros sistemas externos.

Todas las formas de vida están movilizadas por el placer interno de hacer las tareas para las que están equipadas y necesitadas. La humanidad como cuerpo está equipada para muchas cosas, entre ellas, la transformación de la materia. Debemos entender que hacemos parte de un cuerpo de cuerpos que constituye un organismo holobionte, el macro-organismo planeta Tierra. En el cuerpo planeta de la tierra, los humanos son sensores perceptuales para la recepción de ideas que, en su materialización, ejecutan cambios concretos sobre los ecosistemas (que hasta el momento han sido un deterioro del equilibrio ecosistémico en muchas partes).

El ejercicio de la transferencia de saberes busca despertar la conciencia planetaria en los sujetos. Cuando una persona despierta su conciencia planetaria se hace parte de la humanidad en el sentido de órgano de la tierra. En este punto de la interpretación de la realidad de una persona, su función como ser humano se alinea con el propósito del órgano humanidad respecto al macro-organismo planeta tierra.

Solamente ejercitando la cooperación mediante el intercambio de sentidos, la transferencia de saberes, el soporte de necesidades vitales de forma mutua, y el enriquecimiento de la atención y el espíritu podremos caminar en la senda de la regeneración y cuidado del planeta. Para todo lo anterior es necesario construir soledad de tal forma que en ella, —en el desierto personal que es ella—, haya un encuentro con la sabiduría infinita con la que todos y todas venimos al mundo, que es nuestro ancestro más antiguo y más cercano y que la humanidad ha buscado y seguirá buscando siempre.

Para terminar esta sección, diré que el compartir saberes desde experiencias diferentes (las experiencias ligadas a la vida de cada persona) es una elección consciente que nos acerca a nuestra naturaleza y al bienestar colectivo. Todo lo que vive funciona desde los principios del amor incondicional, la cooperación, y el placer interno (apetito y satisfacción), en un incesante flujo de energía y de cambios de estado, buscando el bienestar equilibrado de los ecosistemas.

Cualquier sistema de seres vivos en equilibrio, y como no, un organismo equilibrado dentro de ese sistema, se autoproducirá limitando la cantidad de energía necesaria para ello, y, sin ir más lejos de los extremos de la unidad, se autoproducirá sin desagregarse de los demás organismos o sistemas, y sin que se disgreguen sus partes.

Para seguir creciendo, no podemos crecer sin límite, debemos crecer en equilibrio con el crecimiento de los demás seres. Un sistema equilibrado no consume más recursos de los que necesita, porque está en conexión profunda consigo mismo y ha determinado cuáles son sus necesidades (y las puede sentir a un nivel fundamental). Para darnos cuenta de nuestras necesidades y no consumir más de lo que necesitamos (hiriendo el equilibrio de todo a nuestro alrededor) necesitamos escucharnos en soledad y en silencio. La meditación acaricia el alma que contempla la nulidad de sí misma.

La naturaleza en su sabiduría primigenia contiene todas las estrategias de autorregulación necesarias para diezmar al agente causante de desarmonía en los ecosistemas, sea un organismo o una comunidad de estos. La psique, al ser una emergencia de las leyes previamente descritas, cuenta con estrategias de autorregulación tuteladas por la atención que –de permitir su actuar– diezman los agentes causantes de desarmonía en los sujetos (en sus psicosisistemas), sea una idea o un complejo de ideas (creencias). Cada ser vivo es una expresión de la Naturaleza, cada ser vivo tiene la capacidad de comunicarse con otros y tiene la habilidad y la necesidad de funcionar según estas leyes, lo mismo aplica para la mente. Para dejar actuar las leyes: silencio y soledad. Somos instrumentos en servicio de las leyes que orientan al cambio, pero vivimos aferrados a la ilusión de permanencia.

Agudizamos nuestra percepción para escuchar, leer y palpar la realidad contenida en el bosque, por eso, durante el ejercicio de la tertulia nos sentamos en el suelo, y al poner nuestras palmas en la tierra, escuchamos el gran latir de toda la biosfera que nos acompaña para hablar de soledad en infinita compañía.

4. EJERCICIO

PARA HACER EN CASA

Haz un mensaje para ti mismo/a profundizando en tu experiencia de la soledad y de la conexión con los demás. Puedes usar cualquier medio de expresión. No es necesario que compartas tus reflexiones al finalizar este ejercicio, medita sobre tus respuestas 15 minutos al día por 1 semana y vuelve a realizar el ejercicio.

Mi relación con la idea de estar solo/a

- ¿En qué espacios siento el deseo de estar solo/a?
- ¿Me siento acompañado cuando estoy solo/a?
- ¿Me siento solo cuando estoy acompañado/a?
- ¿En qué espacios siento soledad forzada?
- ¿Qué actividades me gusta hacer solo/a?

La hiperconectividad de la sociedad

- ¿Qué entiendo por conexión ruidosa?
- ¿Cómo gestiono la conexión ruidosa?
- ¿Qué actividades fomentan conexiones genuinas?
- ¿Con qué personas siento una conexión ruidosa?
- ¿En qué espacios de mi cotidianidad siento conexiones ruidosas con los demás?
- ¿En qué espacios de mi cotidianidad siento conexiones genuinas con los demás?



5. Cuadro de la percepción de la experiencia integrativa



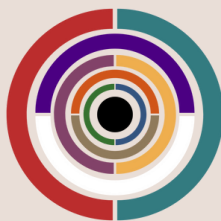
Metodología

Este instrumento corresponde a una tentativa de investigación llevada a cabo en el ejercicio de la tertulia. La metodología empleada fue la siguiente:

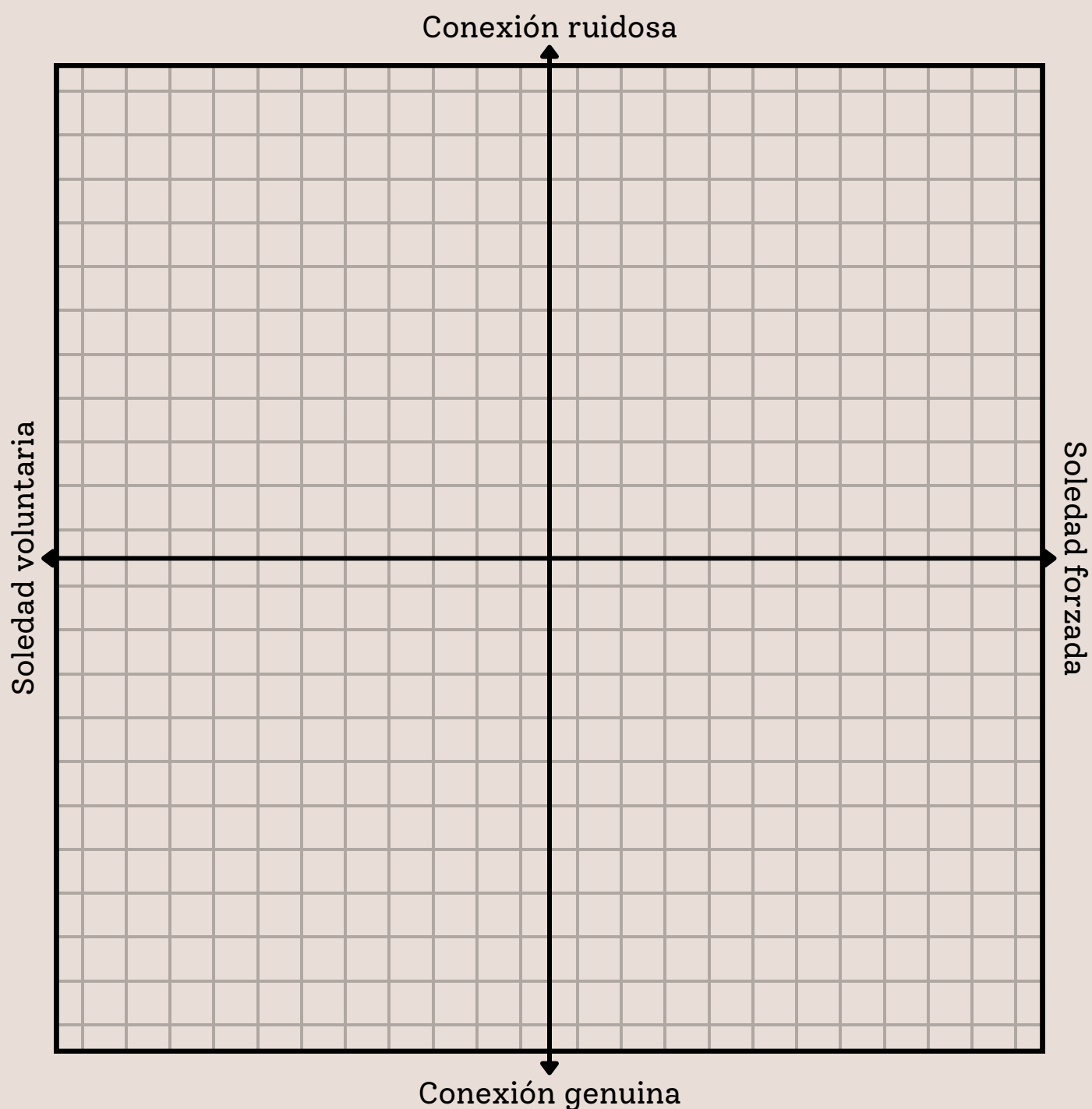
A cada grupo se le presentó la oportunidad de elegir una categoría de espacios definida previamente por los facilitadores (equipo de poesismo). Las categorías disponibles eran:

Agrupamos a las personas en 3 grupos diferentes.

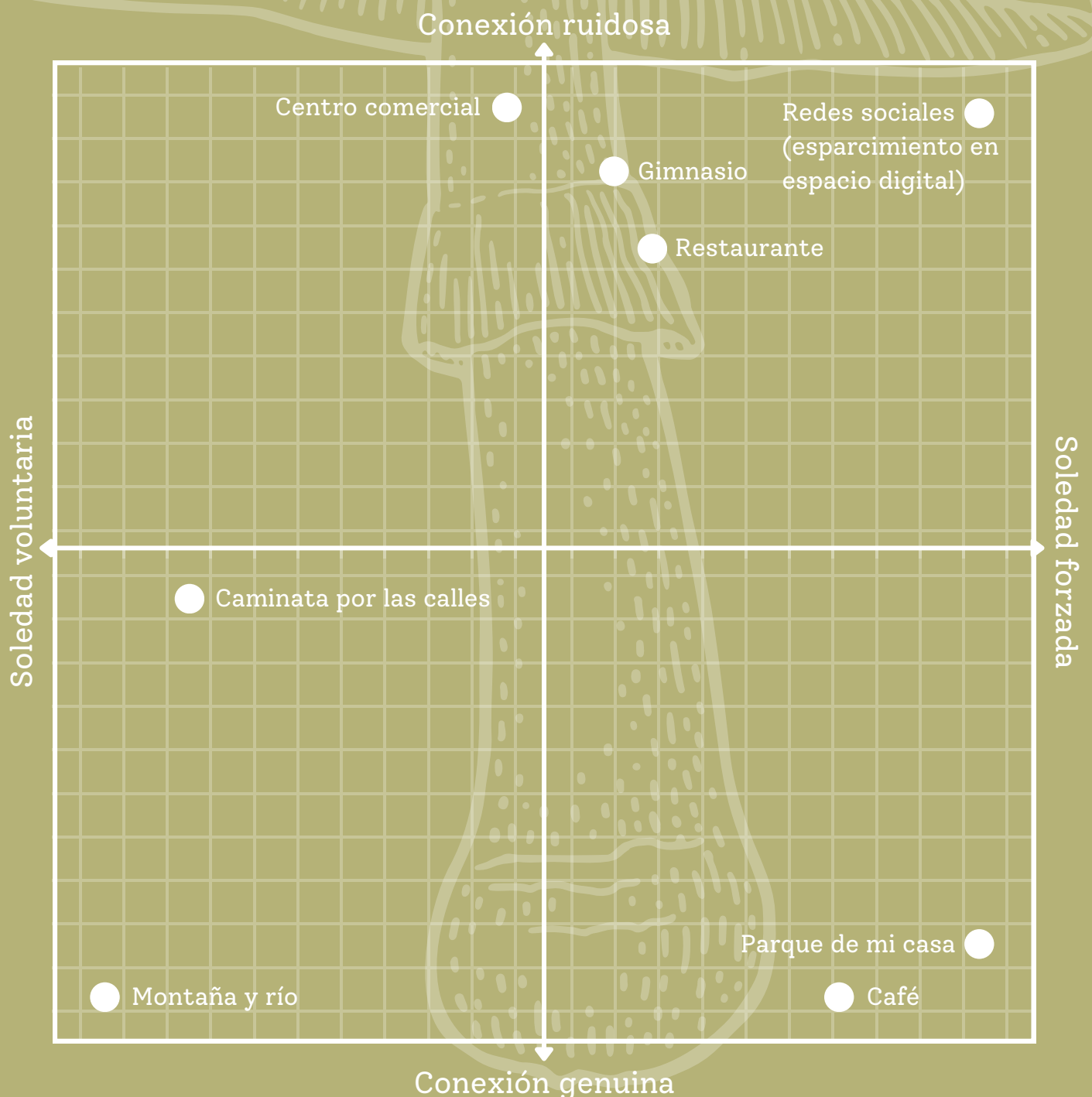
1. Espacios educativos p.e una universidad
2. Espacios laborales p.e una oficina
3. Espacios de esparcimiento p.e un parque de la ciudad
4. Espacios de hábitat p.e una vivienda



Cuadro de la percepción de la experiencia integrativa



Cada integrante de cada grupo debía, acto seguido, emplear el instrumento para caracterizar su experiencia en diferentes espacios contenidos dentro de la categoría asignada. P.e, si a una persona le eran asignados los espacios de esparcimiento, debía recurrir a espacios específicos en el cuadro para caracterizar su experiencia según los modos de conexión-soledad de los que habíamos hablado durante la tertulia. Su instrumento entonces se vería algo así:



RESULTADOS INESPERADOS

Es necesario resaltar que esta tentativa de investigación social se condujo como un experimento para evaluar el instrumento y evidenciar su desempeño ayudando a los sujetos a encontrar perspectivas conceptuales novedosas sobre sus experiencias de soledad y conexión en los espacios que habitan.

Durante el transcurso del ejercicio surgieron varias dudas frente a los modos de soledad-conexión. Fue común el sentimiento de que ninguno de los modos propuestos se adaptaba a los conceptos y percepciones que los y las sujetos tenían de los tipos de espacios asignados. Se encontró que reducir la experiencia a un eje bidimensional no satisface la complejidad del ser humano, lo que por sí mismo fue revelador para las personas que se toparon con la dificultad de realizar el ejercicio.

De esta manera, determinamos que aplicar instrumentos de investigación como este, no es viable en lo que respecta a categorías de análisis tan matizables como la soledad y la conexión con el contexto, por lo tanto, no se hará mención de ningún hecho concluyente más que de la notoriedad de la complejidad encerrada en el fractal de la mente.

El alma humana es un espectáculo de constelaciones que cada persona debe descubrir, revelar, y comprender para sí misma. Esperamos (yo espero, de forma muy personal) que el ejercicio de pensar en nuestras experiencias habitando espacios desde los conceptos de soledad forzada, soledad voluntaria, conexión ruidosa, y conexión genuina nos haya ayudado a matizar nuestras vidas, a indagar en nuestras profundidades internas, y a plantearnos preguntas que nos acerquen a un conocimiento más íntegro de nosotros mismxs.

Busquemos el rostro que teníamos antes de nacer y démonos cuenta de que estamos aquí para aprender de toda la naturaleza circundante, para cuidarla y contribuir a la restauración del equilibrio planetario. Amor, sabiduría y voluntad. Como la vida está en constante aumento de la complejidad y en aumento de la energía disponible, nos es inevitable encontrarnos para tejer relaciones y diálogos que favorezcan en la mente un acercamiento al hecho de la creciente complejidad, no como concepto, sino como experiencia fundamental de ser un humano. Gracias a todas las personas que decidieron participar e invertir su atención en la co-creación del espacio.

MODELANDO ESPACIOS DE VINCULACIÓN: **SENTIROGRAFÍAS**

Para concluir el espacio de tertulia, en los mismos grupos se sostuvo una discusión mediada por preguntas de este tipo:

Qué elementos del espacio son causantes de soledad forzada?

¿Qué elementos del espacio permiten la conexión genuina?

¿Qué elementos del espacio son causantes de conexión ruidosa?

¿Qué elementos del espacio permiten la soledad voluntaria?

La idea era centrar la tertulia en pequeños grupos para hacer la transferencia de saberes de forma que los turnos fluyeran más y que cada grupo se concentrara en un tipo de espacio. Al final cada grupo compartió la síntesis a la que llegaron. El producto de cada grupo fue una sentirografía, una representación mediante múltiples medios expresivos de las ideas y sentires condensados en los y las integrantes del grupo. Particularmente, cada grupo sacó a la superficie diferentes concepciones de los espacios que nos interpelaron mucho, por ejemplo, en el grupo de espacios de hogar, fue consenso que la cocina —el espacio donde se preparan los alimentos que brindan energía y vida al cuerpo— era un espacio de alta conexión ruidosa, mientras que el cuarto —el hábitat-ción— permitía conexión genuina y soledad voluntaria. “Hogar” viene de “hoguera”, la hoguera que brinda calor y reúne los sentires, pero en muchas vidas el hogar es el encuentro de caminos que en vez de tejerse o sumarse para formar un todo, se enredan garabateando a las personas.

El hecho de que, también, los espacios de trabajo convencionales tengan atribución de generar conexión ruidosa en las personas, nos hizo dar cuenta de la necesidad de nuevas arquitecturas. Arquitecturas en las que la toma de distancia de los contextos sea posible, pero, más aún, el acercamiento a elementos del contexto no humanos como plantas o paisajes. El trastorno de déficit de naturaleza puede aplicarse a lo que sucede en muchos entornos de trabajo convencionales. Nadie debería habitar un espacio en el que se exige de su energía sin tener acceso a momentos de soledad voluntaria y conexión genuina con otros seres vivos.

En las sentirografías aparecieron elementos autobiográficos que se tejieron entre sí, revelando que muchas personas, con creencias diferentes, no difieren tanto en sus experiencias, y que la forma de observar de cada integrante sus experiencias puede enriquecer la observación que ejecuten los demás.

The background image shows a group of people in a forest. At the top, a group of about seven people are gathered, some looking at a large sheet of paper. In the foreground, three people are holding up large sheets of paper. On the left, a man in a grey t-shirt and khaki pants holds a plain brown paper. In the center, a man in a grey polo shirt holds a similar sheet. On the right, two women and another person are holding a sheet with a colorful, hand-drawn mandala. A large, semi-transparent olive-green shape frames the text in the center. At the bottom center, there is a circular logo with a white geometric design on an olive-green background.

Cada persona debe darse cuenta del observador que reposa más allá de la pantalla de la mente, tomar distancia de sus experiencias, y no entrar en compactación con sus percepciones. La mente es el órgano de la conciencia mediante el cual el pensamiento es recibido y emitido; el cuerpo al que pertenece la mente es un cuerpo abstracto, y la conciencia que observa o conoce la mente es diferente de la mente en sí. El hecho anterior orienta el ejercicio de la transferencia de saberes, que realmente es un convertidor, pues convierte cualquier tentativa de identificación con una perspectiva en un intento de apretar el aire pretendiendo agarrar algo sólido.

FUTUROS ENCUENTROS

¿HACIA DÓNDE VAMOS?

¿CUÁL ES LA MOTIVACIÓN
DETRÁS DE ESTO?

¿POR QUÉ DEDICARLE TIEMPO,
ENERGÍA Y RECURSOS A HABLAR
DE FILOSOFÍA Y PAZ INTERIOR
CUANDO EL MUNDO DEMANDA Y
OFRECE OTRAS COSAS?

¿PARA QUE HACER ESTO?

¿QUÉ HORIZONTE
VISLUMBRA NUESTRA
ATENCIÓN ENFOCÁNDOLA EN
ESFUERZOS DE ESTE TIPO?

La hiperindividualidad hizo de mi experiencia en la realidad algo tortuoso por mucho tiempo: sentirse aislado, burlado, insatisfecho, vacío, desolado, deprimido, desorientado y confrontado con las acciones del mundo puede ser un día a día paralizador para la acción. En la búsqueda de mí mismo he encontrado en los demás muchas respuestas, en el abandono de mis viejas perspectivas he sido guiado por perspectivas de otras personas, y eso es de un valor inconmensurable. El Homo sapiens es un primate que no nace solo, que no construye solo; cuya realidad exterior es con los demás y su realidad interior es una orquesta de sí mismo con instrumentos que, en su mayoría, han sido contruidos con materiales de otros.

El proyecto de Poesismo se centra sobre los esfuerzos por aumentar las redes de comunicación que hay entre el entorno humano y el entorno no humano, porque una perspectiva es, en fundamento, energía del pensamiento que cristaliza la realidad en una forma dada, y esta energía no ha de estancarse nunca.

Tener perspectivas fluidas sobre la vida es conveniente en cuanto la rigidez de las perspectivas es lo que impide cambiar el cómo nos sentimos frente a los acontecimientos de nuestras vidas (es lo que produce el sufrimiento). Nuestros espacios apuntan hacia la socialización de soluciones posibles para los grandes desafíos que como humanidad enfrentamos en todos los puntos de la escala:

SUJETO



PAREJA



GRUPO



COMUNIDAD



SOCIEDAD



PLANETA



Dialogamos sobre la gestión de los recursos para hacernos conscientes del poder de nuestra propia inteligencia y de la inteligencia en otros sistemas de seres vivos que median la experiencia de todos los demás. A través de la gestión de los recursos a nivel del sujeto, de la interacción con otros sujetos y con otros seres vivos, y las interacciones de interacciones a nivel de sociedad y de planeta, nos planteamos preguntas sobre el rediseño de los mecanismos que sustentan la vida humana y no humana: la producción de comida, la atención, el aire, los residuos, las emociones, la nutrición, la energía, el agua, el poder, el metabolismo, la salud, los sueños, etc. El enfoque de nuestros encuentros es aumentar la complejidad de nuestras mentes para permitirnos abarcar y conocer más de nuestras realidades internas y así, acceder a la sabiduría interior (hacer conciencia de lo que se sabe y de lo que no se sabe).

Todos los sistemas del planeta tierra se regulan a sí mismos de formas que hasta ahora he descubierto evidentes y necesarias. Todo ser vivo necesita ser necesitado para que su fuerza vital siga generándolo y regenerándolo. Estos principios se pueden ver en muchas parcelas de la realidad con unos ojos de atencionales bien entrenados. Desde este paradigma, también el placer y el sufrimiento de los seres vivos regulan internamente a cada individuo y sus relaciones con los demás; el hambre del depredador es la estrategia que el ecosistema emplea para regular la cantidad de presas que puede soportar, sometiendo al individuo con hambre a estrés, lo que le mueve a satisfacerse; y a la presa deshaciéndola para reintegrarla de otra forma al tejido fundamental del ecosistema (suelo).

El león se alimenta, y al hacerlo, se satisface en el placer interior de la saciedad, a la par que promueve que la población de gacelas mantenga un equilibrio de individuos, liberando a toda la población de gacelas de un potencial sufrimientos por exceso de individuos y evitando escasez de alimentos para ellas. El hambre, en el sentido descrito, es una de las voces del ecosistema y de sus leyes. En ausencia del depredador, la comunidad de la presa sufriría de sobrepoblación, y se estancaría la energía vital del ecosistema.



Así, las experiencias que le son posibles a cualquier ser vivo son estrategias del macro-organismo planeta tierra para orientar sus procesos hacia la sintropía (concentración de la energía en una región del espacio), o la actividad complejizante de sí mismo. Cada especie que emerge en el planeta tierra emerge equipada con todos los cambios que la preceden para cumplir una función y tareas específicas en sus interrelaciones con el resto de la vida que la envuelve. En este instante crítico para el equilibrio planetario, lo que hacemos define lo que sucederá, lo que pensamos posibilita lo que hacemos, y las experiencias que tengamos darán a luz a los pensamientos que pensemos.

Poesismo busca posibilitar una economía del regalo. Vivimos las consecuencias ecosistémicas de la suma global de nuestras conductas, en una sumatoria histórica de sucesos y procesos, bajo los cuales ahora nos bañamos todas las formas de vida, algunas con mayor indiferencia de los cambios estructurales del planeta, otras con más impacto. La historia no es lineal, es una maraña de voluntades, un laberinto de tiempo. Es el momento de continuar encontrándonos desde nuestras experiencias humanas para trabajar en las posibilidades de nuestra atención, ser soberanos de ella, asumir compromiso con nuestras respiraciones, con la vida circundante, conocer el rango de impacto de nuestras acciones y darnos todo el amor que podamos, pues cada persona llega al mundo en condiciones diferentes. El misterio de la vida nos cita diariamente para que con una atención e intención pulcra atendamos a sus solicitudes.

Muchas gracias por todo
y por leerme.
Hasta la próxima.
Tengan un feliz viaje.
Atentamente: Santiago Rodríguez.

