

EL UNIVERSO DE LOS FOSFENOS



Entre 1959 y 1963 un médico francés llamado Francis LEFEBURE - atraído precozmente por las ciencias espirituales- emprendió un señero camino hasta dar a conocer sus estudios sobre los fosfenos y la mezcla fosfénica. Sus descubrimientos entorno al ritmo cerebral y las fijaciones de la vista sobre fuentes luminosas le llevaron a sentenciar que estos dos conceptos inciden recíprocamente y de manera espectacular en el desarrollo de la memoria, inteligencia y creatividad, así como en la potenciación de facultades de percepción supranormal. Autor de más de 20 libros que tratan el tema de la fosfenología e inventor de cinco aparatos de activación cerebral - entre los que se cuentan el sincróscopo y giroscopio- fue reconocido con numerosas distinciones y premios en su país y fuera de él, gracias a la aplicación de sus conocimientos en diferentes campos como: la pedagogía - escolarización-; la psicología -desarrollo personal-; y el esoterismo -búsqueda iniciática-.

Si te recreas en tus meditaciones fijando la vista, por ejemplo, en la llama de una vela, estás realizando fosfenismo sin saberlo. Para los practicantes de la "mezcla fosfénica", el activar un pensamiento junto con la visualización de un fosfeno viene llevándose a cabo por diferentes movimientos filosóficos y proféticos de manera instintiva en la historia de la humanidad, erigiéndose como la explicación científica sobre el origen de las religiones.

En la antigua iniciación Zoroástrica, el candidato o postulante a dicha iniciación permanecía de pie en el agua de un río, o arroyo, mientras el sacerdote que se hallaba en la ribera rezaba mirando fijamente el sol naciente para transmitirle la fuerza que captaba. En las fiestas de iniciación celebradas en Eleusis (ciudad griega junto al noroeste de Atenas), "los misterios de Eleusis" constituían una ceremonia de preparación para los candidatos elegidos. Éstos penetraban en una gruta oscura con una banda o máscara en los ojos que les privara la visión, portando, a su vez, una antorcha dentro de la cueva. Pasado unos instantes se despojaban de la banda ocular y fijaban la mirada en la luz de la antorcha. Después, tras volvérsela a colocar, debían imaginar una espiga de trigo, símbolo de la fecundidad. Esta mezcla entre el pensamiento de la espiga y el fosfeno

(mezcla fosfénica) formaba parte de uno de los múltiples ejercicios que, en definitiva, venía a transmitir a los postulantes la noción de un mundo eterno y físicamente exterior a lo humano. Durante este periodo, Grecia produjo un gran número de genios en todas las ciencias. Hombres que habían pasado por esta iniciación, conocedores, presumiblemente del gran impulso con el que la mezcla fosfénica obsequiaba a la mente.

En todo el Tíbet se reza mirando al sol. Culturas incaicas, pre-incaicas, sinto, egipcios... también han utilizado cultos solares en sus ritos. El desaparecido Dr. **Lefebure** apuntaba que, **lejos** de encarnar una faceta bucólica y folclórica, la vinculación del sol con la oración genera una experiencia mental superior, que anexionada, en este caso, a un pensamiento religioso, obtiene como resultado la amplificación de este pensamiento.

Al parecer el fosfeno –sensación luminosa subjetiva previa excitación de la retina- desempeña el papel de intermediario, facilitando la transformación de la energía luminosa en energía mental. Mientras miramos fijamente una luz, su energía se acumula en el cerebro en forma de reacciones químicas potenciales. Esta energía es liberada durante la presencia del fosfeno, de tal manera que el recuerdo de las ideas que han sido evocadas durante la presencia del fosfeno será mucho más nítido, vivaz, detallado y duradero que si la misma operación se realiza sin fosfeno. Es posible que esta fuerza que “emana” del cerebro constituye el origen de los fenómenos de videncia, sueños premonitorios, apariciones... en suma todas las manifestaciones sobrenaturales y el despertar de la conciencia en un plano superior. Tal vez nos encontremos ante una herramienta poderosa que abrevie el largo y paciente camino de la interiorización; camino con el que médicos, científicos, autores teatrales, psicoterapeutas, pedagogos y por supuesto videntes, ya han trabajado.

El fosfeno no es exclusivamente una sensación de luz; es algo más tangible. Incluso proyectado en una placa, puede fotografiarse. La primera fotografía de fosfeno la realizó **M. Louis Cuttica** en 1967. Intentaba fotografiar el pensamiento, cuando –como acostumbraba a hacer poco antes de realizar sus experimentos- miraba una medalla que tenía antes de entrar y su reflejo provocó un fosfeno espontáneo

Constituye, por tanto, un elemento que podemos utilizar para intensificar nuestras meditaciones, para consolidar el pensamiento y aprovechar esta punta de actividad mental; pero existen unos ejercicios asociados que acentúan la experiencia: Los balanceos.

La práctica de los balanceos: El ritmo mental

Los balanceos desde hace milenios son practicados en numerosas tradiciones y enseñanzas iniciáticas de alto nivel y acompañan a muchos cultos desde sus albores, con el fin de provocar el despertar de la conciencia. Cristianos coptos, p. ej, durante la misa se balancean de derecha a izquierda. En las escuelas zoroástricas de la India los niños aprenden poniendo ritmo a los textos y haciendo balanceos laterales. También los judíos Lioubavith aprenden balanceándose con pequeños

movimientos verticales y "ritmando" la lectura en voz alta. Aún muchos de nuestros abuelos recuerdan como antaño la enseñanza de las materias escolares se aplicaba imprimiendo un ritmo musical. La finalidad de los balanceos es ni más ni menos que la de introducir un ritmo en el pensamiento, creando a su vez un ritmo en la vida interior. Lo que es indudable es que en los niños se observa una tendencia natural a dejarse llevar por los balanceos, incluso caminando de un lado a otro de la habitación, abandonándose a sus propios ritmos cerebrales. Instintivamente los niños saben estar atentos a sus ritmos profundos, debido a que éstos piensan más con la alternancia de los hemisferios, lo cual tiene relación con su gusto de mecerse y ser mecido. Según **Lefebure** los niños que continúan balanceándose son más despiertos que los de la misma edad que no se balancean, tienen mejor memoria y mayor facilidad para aprender.

Las iniciaciones que recibió a manos de su maestro zoroástrico -**Galip**- a los 18 años, y ya con 44 a través de un mago indonesio llamado **Pak Subuh**, le llevaron a determinar que lo que repercute sobre el funcionamiento del cerebro engendrando ritmos en el pensamiento, era una determinada manera de balancear la cabeza a la vez que se medita. Al no poder utilizar la electroencefalografía, pues requiere un reposo muscular total, para poder analizar estos efectos se le ocurrió utilizar fosfenos. A lo que descubrió le llamó "Efecto Subuh" y fue el punto de partida de sus investigaciones sobre los fosfenos que le llevaron, unos años más tarde a concluir el método de la mezcla fosfénica. Y descubrió que toda energía - considerando el pensamiento como una forma de energía- adquiere propiedades de transmisibilidad ingentes desde el momento en que de no rítmica pasa a ser rítmica. El balanceo de cabeza de derecha a izquierda crea una compresión seguida de una descompresión de cada hemisferio y al mismo tiempo un flujo de sangre y una disminución de la circulación. Por tanto, y en palabras del Dr. Francés, una acción fisiológica sobre el órgano que genera el pensamiento modifica este último. Incluso la influencia de silbidos o señales luminosas pueden provocar crisis epilépticas si se dan en la frecuencia adecuada. No olvidemos, por ej., que 685 niños japoneses sufrieron en 1997 ataques epilépticos tras el visionado de unos dibujos animados de la popular serie "**Pokemon**". Al parecer todo se debió a una reacción "anómala" del cerebro de algunos de estos niños ante las luces destelleantes de la serie animada. De igual manera los balanceos de cabeza a una determinada frecuencia tienen una acción profunda sobre la corteza cerebral. Los balanceos ligeros, asociados a una imagen mental, tienen tendencia a producir contracciones estáticas globales en los músculos del cuerpo (una especie de epilepsia consciente).

La excitación alternativa de los hemisferios determina una especie de pulsación que a su vez modifica la imagen. En el libro "**Expansión cerebral a través del fosfenismo**" Lefebure explica cómo esta excitación alternativa de los hemisferios, al ser periódica hace que las modificaciones simétricas de la imagen mental sean rítmicas. No se trata de un ritmo superficial impuesto directamente por el intelecto y conforme a lo que éste haya decidido, sino de un ritmo profundo procedente del órgano que engendra el pensamiento.

Tras asociar el balanceo de cabeza con un ritmo cerebral todavía desconocido, se produce una evolución imprevista del pensamiento. Si este ritmo favorable es hallado, el pensamiento se hace infinitamente más intenso. El pensamiento tiende a armonizar con el entorno y los sueños se transforman más rápidamente en acción. Así como la inteligencia es proporcional al número de asociaciones de ideas, la existencia de un ritmo que las favorece sugiere la posibilidad de mejorar el funcionamiento del cerebro, y por tanto la inteligencia mediante uno o varios ritmos apropiados.

Si miramos fijamente una lámpara durante al menos ½ minuto, después apagamos dicha lámpara y cerramos los ojos, el brillante fosfeno se formará lentamente en el campo visual. Balanceando la cabeza a la manera Subud, el fosfeno parecerá cobrar un ligero movimiento de balanceo, pero su eje permanecerá vertical en lugar de inclinarse con la cabeza o inclinarse levemente en comparación con el eje de ésta. Si repetimos la experiencia con los balanceos a la manera Galip –mucho más acelerados- la cabeza se inclina fuertemente con cierta energía. Contra todo pronóstico los fosfenos parecen haber quedado fijos al eje del cuerpo. Si los movimientos aun siendo de poca amplitud son muy rápidos, el fosfeno no sigue al balanceo, sino que queda fijo en el centro del campo de consciencia. Lefebure infirió de todo ello que el ritmo parecía más importante que el grado de inclinación que se imprimía en el movimiento, estableciendo un ritmo adecuado de 2 segundos entre cabeceo y cabeceo.

Quienes han trabajado con este método destacan que los primeros efectos versan sobre el sistema nervioso, de ahí la profunda relajación y descanso que sienten cuando hacen fosfenos (muy recomendable, por tanto, para hipernerviosos). Los pescadores constituyen un buen ejemplo de lo que estamos diciendo, pues aseguran disfrutar de una paz y serenidad como en ninguna parte. La explicación fosfenista para este caso argumenta que esto se produce tras fijar la vista largas horas en el reflejo del sol o del cielo luminoso sobre el agua.

Desarrollo de la videncia a través del fosfenismo

Prácticamente todos los videntes han trabajado con esta metodología, y trabajan, aunque no sean conscientes de ello. Personas que anteriormente habían tenido sueños premonitorios, reconocen tras analizar sus recuerdos que realmente este tipo de sueños se daba en períodos en que hacían fosfenismo sin saberlo. Los grandes videntes de toda Centro Europa de la 2ª mitad de siglo XX fueron estudiados por el Dr. Lefebure. Y en todos había una constante que habían puesto en práctica inconscientemente durante su infancia: la niña que miraba el reflejo del sol del mediodía en el agua, el niño que nadaba en un mar calmado e iluminado mientras tenía los ojos fijos en millares de reflejos móviles, el pescador que pasaba largas horas contemplando el agua brillante del río ...o bien las personas que solían contemplar una bola de cristal, una superficie pulida como un espejo con velas; en definitiva un elemento que reflejara la luz. Nostradamus, p. ej., utilizaba una superficie pulida de plata y el reflejo de la luna para desarrollar su percepción e intuición.

Para sus incondicionales Francis Lefebure fue un excepcional investigador que estableció un sólido lazo entre la fisiología cerebral y las técnicas iniciáticas. Mantuvo con rotundidad que la fosfenología era el elemento clave que todos buscaban para aunar ciencia y "magia".

Personas que se han adentrado en el mundo de la fosfenología aseguran que la práctica de los ejercicios incide en la vida cotidiana y bien utilizada puede actuar muy positivamente sobre el devenir del destino. La describen como una eficaz "técnica" para entrar en un estado no ordinario de conciencia, aunque algunos puntualizan que no es tan rápida como se pretende. Ninguno duda en afirmar que el trabajo constante del método refuerza la personalidad y desarrolla la creatividad mientras les sumerge en un universo de sueños coloreados que han llegado a transformar su vida.

SILVIA VELANDO

Más información: www.phosphenology.com

www.phosphenic.com