

# Los Estados de Conciencia según Krippner

2011-05-12 05:00:49

En varias publicaciones se ha mencionado el hecho de que la conciencia no es algo estable, inmóvil; que prácticamente cada individuo posee un nivel distinto y único de conciencia, debido a sus experiencias previas, a la genética, y a profusos e incontables factores.

Si que se ha intentado, no obstante, en muchas ocasiones, hacer una clasificación de los diferentes estados de conciencia más comunes. Veremos a continuación un ejemplo, de la mano de Stanley Krippner, Doctor en psicología, científico y escritor estadounidense, especializado en los estudios sobre la conciencia, el cual clasificó 20 tipos diferentes de ENOC.



### **Estado de sueño.**

Puede identificarse con el electroencefalógrafo. Presenta periodos de movimiento rápido de los ojos y ausencia de ondas cerebrales “lentas”.

### **Estado dormido.**

Puede identificarse con el electroencefalógrafo. Ausencia de movimientos rápidos de los ojos y surgimiento gradual de un plano de ondas cerebrales “lentas”.

### **El estado hipnagógico.**

Tiene lugar entre el despertar y el sueño en el principio del ciclo soñar-dormir. A menudo se caracteriza por una imaginería visual y algunas veces incluye imaginería auditiva. Ambos tipos de imágenes difieren de la actividad mental que se experimenta durante los estados de sueño y dormido.

### **El estado hipnopómpico.**

Tiene lugar entre el estado dormido y el despertar al final del ciclo dormir-soñar. A veces se caracteriza por imaginería visual y/o auditiva diferenciándose cualitativamente de las formas de actividad mental que se dan durante el estado de sueño y dormido.

### **El estado hiperalerta.**

Se caracteriza por una vigilancia incrementada y prolongada mientras uno está despierto. Se puede

inducir mediante el uso de drogas estimulantes o mediante actividades que precisan de una concentración tensa.

### **El estado letárgico.**

Se caracteriza por una actividad mental aburrida y perezosa. Puede llegarse a él por fatiga, falta de sueño, mal nutrición, deshidratación, nivel de azúcar incorrecto y drogas depresoras del SNC. Es el caso de los famosos estados de conciencia que se dan a lo largo de una prolongada estancia en un desierto.

### **Estado de raptó.**

Se caracteriza por un sentimiento intenso y una emoción imponente, subjetivamente evaluada como placentera y positiva en su naturaleza. Estos estados pueden darse mediante el estímulo sexual, las danzas frenéticas, los ritos orgiásticos, ritos de pasaje, actividades religiosas o por el uso de ciertas drogas.

### **Estado de histeria.**

Se caracteriza por un sentimiento intenso y una emoción imponente, pero subjetivamente evaluada como negativa y destructiva. Puede provocarse mediante la ira, la furia, los celos, el pánico, etc.

### **Estados de fragmentación.**

Se caracterizan por una falta de integración entre segmentos importantes, aspectos o temas de la personalidad total. Las condiciones paralelas a estos estados son conocidas como psicosis, psiconeurosis aguda, disociación, personalidad múltiple, amnesia y episodios de fuga. Estos estados, que pueden ser temporales o crónicos, pueden ser provocados por ciertas drogas, traumas físicos, traumas psíquicos, depresiones y manipulación experimental (por ejemplo privación sensorial o hipnosis)

### **Estados regresivos.**

Se caracterizan por una conducta que es claramente inapropiada respecto al estado psicológico del individuo y su edad cronológica. Estos estados pueden ser temporales (por ejemplo, una persona que ha sufrido una regresión de edad a resultas de la hipnosis) o de larga duración (por ejemplo un individuo que sufre diversos tipos de senilidad)

### **Estados meditativos.**

Se caracterizan por una actividad mental mínima, ausencia de imaginería visual y presencia de ondas alfa continuas. Pueden provocarse mediante la ausencia de estímulo externo, el masaje, la flotación en agua o las disciplinas meditativas.

### **Estados de trance.**

Se caracterizan por ausencia de ondas alfa continuas en electroencefalograma, hipersugestionabilidad, vigilancia y concentración de atención en un estímulo único, sintiéndose acorde con este estímulo sin responder a otros. Estos estados pueden provocarse mediante la voz de un hipnotizador, la escucha del latir del propio corazón, los cánticos, la observación prolongada de un objeto que gira, etc.

### **La reverie.**

Se caracteriza frecuentemente por movimientos rápidos de ojos. Tiene lugar durante el trance. Típicamente, este estado es provocado por un hipnotizador que sugestiona al individuo para que este tenga una experiencia parasomnífera.

### **El estado de soñar despierto.**

Se caracteriza por pensamientos que tienen lugar rápidamente y que tienen poca relación con el ambiente exterior. Puede tener lugar con los ojos abiertos o cerrados; cuando los ojos se encuentran cerrados pueden aparecer imágenes visuales. Es provocado por la soledad social, la privación sensorial o el insomnio nocturno.

### **El examen interior.**

Se caracteriza por la conciencia de los sentimientos corporales en los órganos, tejidos, músculos, etc. La conciencia está siempre presente pero existe a un nivel no reflexivo si no hay un esfuerzo concertado, de parte del individuo, para tomar conciencia de estos sentimientos corporales.

### **El estupor.**

Se caracteriza por la capacidad suspendida o muy reducida de percibir los estímulos de llegada. La actividad motora es posible, pero su eficiencia se encuentra muy reducida; se puede utilizar el lenguaje pero de una manera muy limitada y a menudo carece de significado. Puede ser provocado por ciertos tipos de psicosis o drogas (derivados del opio o alcohol en grandes cantidades)

### **Coma.**

Se caracterizan por la incapacidad de percibir los estímulos de llegada o de entrada. Hay muy poca actividad motora y no hay utilización del lenguaje. El coma puede ser provocado por la enfermedad, los agentes tóxicos, los ataques epilépticos, traumas del cerebro o deficiencias glandulares.

### **La memoria almacenada.**

Supone una experiencia pasada que no puede obtener inmediatamente la conciencia reflexiva de un individuo. Sin embargo, los restos de memoria de acontecimientos pasados siempre existen a algún nivel de la conciencia. Pueden ser recordados mediante el esfuerzo consciente, pueden evocarse mediante el estímulo eléctrico o químico de la corteza cerebral, pueden ser producidos por la libre asociación psicoanalítica o pueden surgir espontáneamente.

### **Estados de conciencia expandida.**

Se caracterizan por un umbral sensorial reducido y por un abandono de las maneras habituales de percibir el ambiente externo e interno. Aunque estos estados pueden tener lugar espontáneamente, sobretodo en la infancia, son producidos frecuentemente de manera experimental mediante el uso de drogas y plantas psicodélicas. Por lo general estos estados progresan a lo largo de cuatro niveles diferentes: recolectivo-analítico, simbólico, sensorial e integral. A nivel sensorial constituyen informes subjetivos acerca de alteraciones de espacio-tiempo, de la imagen del cuerpo y de las impresiones sensoriales. A nivel recolectivo-analítico, las nuevas ideas y pensamientos emergen relacionándose con la psicodinámica o la concepción del mundo y de su papel en él. A nivel simbólico existe una identificación con los personajes históricos legendarios, con la recapitulación evolutiva o con los símbolos míticos. A nivel integral (al que llegan ciertamente pocos individuos) existe una experiencia mística en la que Dios se confronta consigo mismo, o en la que el individuo tiene la impresión subjetiva de estar disolviéndose en

el campo de energía del universo (samadhi, satori, conciencia cósmica)

Fuente: Fundación Mesa-Verde

Vía <http://lapiedrapsilosofal.blogspot.com/>