

OLIVER FOX

EL VIAJE ASTRAL

Experiencias «fuera del cuerpo»

\*\*\*\*

LA PUERTA PINEAL

Un reporte de investigación



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escribanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Psicología, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en [www.edicionesobelisco.com](http://www.edicionesobelisco.com)

**Colección Magia y Ocultismo**  
EL VIAJE ASTRAL – LA PUERTA PINEAL  
*Oliver Fox*

1.ª edición: junio de 2023

Título original: *Astral Projection & The Pineal Doorway*

Traducción: *Verónica d'Ornellas y Juli Peradejordi*  
Diseño de cubierta: *Enrique Iborra*

© 2023, Ediciones Obelisco, S. L.  
(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.  
Collita, 23-25. Pol. Ind. Molí de la Bastida  
08191 Rubí - Barcelona - España  
Tel. 93 309 85 25  
E-mail: [info@edicionesobelisco.com](mailto:info@edicionesobelisco.com)

ISBN: 978-84-1172-012-0  
DL B 7698-2023

Impreso en los talleres gráficos de Romanyà/Valls S. A.  
Verdaguer, 1 - 08786 Capellades - Barcelona

*Printed in Spain*

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

# Índice

<b>El viaje astral. Experiencias «fuera del cuerpo»</b> . . . . .	9
Prefacio . . . . .	11
CAPÍTULO PRIMERO. Primeros sueños y experiencias de trance . . . . .	15
CAPÍTULO SEGUNDO. Preludio a una búsqueda. . . . .	23
CAPÍTULO TERCERO. Consciencia de los sueños y primeros ensayos de proyección. . . . .	29
CAPÍTULO CUARTO. El falso despertar y el estado de trance. . . . .	39
CAPÍTULO QUINTO. La proyección de Elsie . . . . .	49
CAPÍTULO SEXTO. Sueño de conocimiento no esencial: otro método . . . . .	55
CAPÍTULO SÉPTIMO. Ocho historias. . . . .	65
CAPÍTULO OCTAVO. La puerta se cierra: la proyección todavía es posible. Once historias más . . . . .	85
CAPÍTULO NOVENO. Las dos formas de aproximación: algunos consejos prácticos . . . . .	103
CAPÍTULO DÉCIMO. Algunos problemas y comparaciones. Pseudo-proyecciones. . . . .	115
CAPÍTULO UNDÉCIMO. La mente subconsciente. El tiempo. La última proyección . . . . .	131
«La canción de despedida del alma». . . . .	139
<b>La puerta pineal. Un reporte de investigación</b> . . . . .	141
Introducción . . . . .	143
Más allá de la puerta pineal . . . . .	155
Conclusión. . . . .	169

*A mi mujer,  
¡Oh, Alma, tú temblorosa y radiante ave!  
Vuela desde tu prisión: Dios ordena tu prontitud.  
La sabiduría y el amor, más allá de la palabra hablada,  
Te esperan, liberada.*

# EL VIAJE ASTRAL

Experiencias «fuera del cuerpo»

## Prefacio

LE DEBO mi conocimiento de este libro a Hereward Carrington, En su introducción al libro de Sylvan Muldoon sobre el mismo tema, el Dr. Carrington dice acerca de él: «El único relato detallado, científico y de primera mano de una serie de proyecciones astrales conscientes y controladas voluntariamente con el que me he encontrado en mi vida es el del Sr. Oliver Fox, publicado en la *Occult Review* de 1920». Se trata, ciertamente, de todo un elogio. Esto me envió en busca de los artículos originales, los cuales encontré dignos de ser leídos. Corría el año 1929, poco después de la aparición del libro del Sr. Muldoon. Pero no fue hasta hace muy poco que descubrí (aparentemente había sido publicado, pasando desapercibido) que Oliver Fox había ampliado sus artículos, más adelante, creando un libro, el cual está delante de usted ahora. En la obra no figura ninguna fecha de publicación. Pero, como el lector descubrirá más adelante, hay un comentario del autor con fecha de 1 de marzo de 1938, de manera que el libro debe haber sido publicado poco tiempo después. Parece ser que vio la luz sólo en esa ocasión, en Inglaterra. Ésta es la primera vez que se publica en Norteamérica.

Si yo tuviese algún control de la situación, preferiría no utilizar el término «proyección astral». Mucho más simple y exacto es emplear el término «experiencias fuera del cuerpo». Por lo que yo he podido corroborar, el propio Oliver Fox nunca usa el término «proyección astral». Sus artículos originales en *Occult Review* en 1920, por los que se le considera con justicia un pionero en este campo, fueron titulados «La Puerta Pineal» y «Más allá de la Puerta Pineal». (Como él explica en este libro, uno no debería pensar que está utilizando el término

pineal en el sentido anatómico). En el texto de este libro tampoco he encontrado ningún pasaje en el que se refiera a ello como «Proyección Astral». Creo que el término le fue impuesto por su editor inglés, imitando el término utilizado por Sylvan Muldoon. A lo que intento llegar es a que el vocablo «cuerpo astral», que fue tan popularizado por el Sr. Muldoon, pertenece a la doctrina de la Teosofía, en la cual tiene otro significado, al ser uno de cinco cuerpos y sin tratarse, en absoluto del más espiritual. Uno debe reconocer, sin embargo, que, como mínimo, el uso del término de «proyección astral» por parte del Sr. Muldoon es el que le resulta más familiar a la gente actualmente, y hay que contentarse con ello.

En este uso del término, el Cuerpo Astral es el Doble, o el equivalente etéreo del cuerpo físico, al cual se asemeja y con el cual suele coincidir. Cada uno de nosotros posee uno. Existe una cantidad substancial de ejemplos en la literatura de la investigación psíquica relativa a casos en los que una persona se ha encontrado teniendo una experiencia Fuera del Cuerpo. A veces ha surgido a causa de un accidente muy serio.

Y otras ha llegado durante el curso de una enfermedad grave. En otras ocasiones ha sido el resultado de una conmoción por una noticia trágica o por una experiencia angustiante. El lector interesado encontrará un breve resumen de todo esto en la introducción de Hereward Carrington al libro de Sylvan Muldoon. Aquellos que deseen ir más allá encontrarán una considerable cantidad de información en los dos libros que hemos publicado: *Human Personality and its Survival of Bodily Death* de F.W.H. Myers y *Phantasms of the Living* de la Sra. Sidgwick. Existe también una pequeña sección, que habla de casos típicos, en *Science & Psychical Phenomena & Apparitions* de G.N.M. Tyrrell, que él llama experiencias «Fuera-del-cuerpo».

Todos estos casos incluyen muy poco trabajo consciente, experimental, en la inducción de experiencias fuera del cuerpo. Es por este enfoque consciente, experimental, que es justificadamente famoso Sylvan Muldoon su libro *The Projection of the Astral Body*. Mucho menos conocido, como ya he mencionado, es el trabajo de Oliver Fox, el cual, en la forma de artículos para *Occult Review*, precedió al trabajo de Muldoon.

Hay una modestia casi excesiva en los escritos del Sr. Fox sobre este tema. Es evidente que él siente profundamente la necesidad de no subrayar aquellas experiencias suyas en las cuales hay evidencias de más peso que en las otras. Él registra sus fracasos y sus experiencias intrascendentes de una forma igualmente extensa. De hecho, el lector acostumbrado a otros relatos jactanciosos, probablemente vuelva atrás hasta el principio de esta introducción y relea con cierta perplejidad el rotundo elogio de Hereward Carrington a este libro. Pero el lector paciente y, por encima de todo, el lector genuinamente interesado, finalmente despertará al hecho de que bajo la descripción aparentemente casual de sus experimentos, el Sr. Fox ofrece una metodología precisa para inducir experiencias fuera del cuerpo. El carácter único de esto en la literatura lo conocemos aquellos de nosotros que hemos tenido que masticar mucha paja sin ningún resultado.

Tal como nos lo cuenta, el Sr. Fox ha evitado en la medida de lo posible cualquier cuestión que no tuviera que ver directamente con las experiencias fuera del cuerpo. Inevitablemente, sin embargo, ha tenido que señalar su propio pasado Teosófico. Pero podemos estar de acuerdo con sus experimentos y sus experiencias sin tener que compartir su visión Teosófica. Existen puntos en común en el tema de las experiencias fuera del cuerpo para personas de las más diversas visiones religiosas o no religiosas. Para decirlo más claramente, las experiencias fuera del cuerpo son un hecho, sin importar cómo lo entienda cada uno de nosotros. Ninguna persona genuinamente abierta de ideas ha cuestionado esto desde el libro de Myers, *Human Personality*, y el de la Sra. Sidgwick, *Phantasms of the Living*. Uno puede, de todos modos, cuestionar la técnica de inducción que nos ofrece Oliver Fox. Pero, cualquiera que sea la conclusión final a la que se llegue, esta técnica merece nuestro estudio. El punto fascinante, al cual mi mente regresa, y al cual la mente de cualquier lector serio debe regresar también, es el carácter único de la narración de la técnica por parte del Sr. Fox.

JOHN C. WILSON

### Primeros sueños y experiencias de trance

CONSIDERANDO EL PECULIAR interés que los sueños habían de tener más adelante en mi vida, creo que sería apropiado empezar esta historia retrocediendo a los días en que era yo muy joven y los pequeños y divertidos tranvías tirados por caballos, con sus alegres campanas, pasaban ruidosamente delante de mi casa en la calle Seven Sisters. Algunos puntos de importancia serán traídos a la luz, aunque, naturalmente, tuvieron que pasar muchos años antes de que yo fuese capaz de apreciar su significado. Sería útil, también, aclarar la cuestión de si mis experimentos de proyección han sido posibles debido a alguna anomalía psíquica congénita; pero debe recordarse que, a pesar de ser generalmente rechazadas por considerárseles tonterías y falsedades, las experiencias psíquicas no son, en absoluto, raras en la infancia temprana.

Siendo niño, progresé de enfermedad en enfermedad (a decir verdad, las primeras palabras que recuerdo haber oído fueron: «Es la difteria otra vez») y mi vida se veía a menudo detenida temporalmente por monótonos períodos en la cama, aunque animada por unos cataplasmas excesivamente calientes y unas medicinas muy desagradables. Sí, yo era, ciertamente, delicado y muy nervioso. Aunque su función original no fuera servir a este propósito, una cruz de latón hundida en el asfalto delante de la iglesia de Holyroad en Southampton, todavía señala el lugar en el cual una vez me tiré sobre mi espalda y tuve una rabieta, para la vergüenza de mi madre y en detrimento de mi bonito traje blanco de marinerito. De lo cual se puede inferir que era yo, además, un poco temperamental.

Al mirar atrás, me da la impresión de que en aquellos días, hasta que tuve siete u ocho años, mis sueños eran principalmente de la variedad de las pesadillas. Supongo que debe haber habido, también, algunos sueños alegres; pero, con algunas excepciones, estos no han dejado una huella permanente en mi memoria, y sé que cuando me iba a la cama tenía miedo de soñar. La mayor parte de estas pesadillas eran comunes y corrientes, pero había dos de ellas que eran recurrentes, y que tienen mucho que ver con nuestro tema de la proyección astral.

A la primera de ellas la he llamado el sueño del Doble. En este sueño, mi madre y yo estábamos sentados en el comedor; casi siempre era de noche y la lámpara de aceite ardía y podía estar encendido el cálido fuego de la chimenea. Al principio, todo parecía muy normal, pero enseguida se producía un cambio extraño en la apacible escena. Mi madre dejaba de hablar y me miraba fijamente con sus hermosos y apremiantes ojos, al tiempo que la luz de la lámpara y del fuego se iban apagando mientras que otra luz, dorada, que no parecía venir de ninguna parte, inundaba la habitación. Entonces se abría la puerta y otra madre, vestida exactamente igual hasta el más mínimo detalle, entraba y caminaba hacia mí; y ella, también, me miraba en silencio con unos hermosos ojos hipnóticos. Entonces el espantoso miedo se apoderaba de mí y, después del habitual esfuerzo por gritar, me despertaba, realmente gritando.

Ahora bien, mi madre (a quien tuve la desgracia de perder muy pronto, ya que murió cuando yo tenía trece años) parecía la cosa más encantadora del mundo. ¿Por qué, entonces, me invadía de terror cuando había dos de ellas? Es cierto que este suceso era contrario al transcurrir de los acontecimientos de la vida real, pero en mis sueños solían ocurrir cosas milagrosas sin que esto me asustara, pues aceptaba y no las reconocía como anormales mientras dormía. En aquella época, y durante muchos más años, me pareció que el origen de mi temor se hallaba en el siguiente dilema: Me veía enfrentado a dos madres, iguales como dos gotas de agua, y no podía distinguir cuál de ellas era la verdadera. Y, sin embargo, ¿por qué me producía tanto pánico esta incertidumbre? Ahora me inclino a pensar que estos sueños del «doble» diferían de la pesadilla común, que mi cuerpo se encontraba en un estado de trance más profundo del que es habitual durante el sueño

normal y que tenía lugar algún grado de separación, de manera que ese terrible miedo irracional tan frecuentemente asociado a este estado de trance invadía mi consciencia.

Durante mi niñez, el sueño del Doble tenía lugar, creo, unas tres o cuatro veces al año, aunque a intervalos irregulares. Cuando mi madre vivía, solía aparecer en él, aunque en ocasiones la escena era distinta y mi padre o algún otro pariente o amigo ocupaban su lugar. Ahora no puedo estar seguro de si alguna vez soñé con ella de este modo después de su muerte, pero este sueño se fue haciendo cada vez menos frecuente, y hace años que ya no lo tengo. Solamente en una ocasión, mi mujer fue la protagonista y otra vez vi a mi propio doble. En este último caso, creí ver a mi Gemelo de la Oscuridad, ya que parecía ser muy viejo e increíblemente malvado; pero es interesante anotar que, a pesar de que me impresionó el aspecto malvado de mi doble, no le tuve miedo.

La otra pesadilla, que para mí tenía una significación especial, era mucho menos frecuente y adquiría diversas formas, aunque el mismo principio subyacente se manifestaba en cada una de ellas. La he denominado el miedo a la Extensión. El primer ejemplo que puedo recordar de este sueño es una interminable procesión de mineros que está vaciando sacos de carbón en una pila que va creciendo, lentamente, cada vez más. Algo en mí, que parece estar conectado con esta columna negra, se va estirando poco a poco. Hay una terrible sensación de predestinación, de inevitabilidad: los mineros nunca dejarán de vaciar sus sacos, la columna negra nunca cesará de crecer hacia el cielo, y el tormento que hay en mí aumentará y aumentará hasta que... Luego viene el pánico, el intento de gritar, y la interrupción del sueño.

El último ejemplo que recuerdo de este sueño tuvo lugar cuando yo tenía, aproximadamente, unos dieciocho años. Soñé que mi abuelo y yo estábamos sentados a la mesa para cenar. De repente, él tomó una moneda de tres peniques de su bolsillo y la sostuvo entre el dedo índice y el pulgar, desde el otro extremo de la mesa, para que yo la viese. «¡Una monedita de tres peniques!» exclamó, «Pero crecerá y crecerá y crecerá ¡y nada podrá detenerla jamás!» El volumen de su voz fue aumentando, hasta que acabó en un grito: «¡Crecerá y crecerá y crecerá hasta partir al mundo en dos!» Ahora, a pesar de que en mi sueño

la moneda no aumentaba su tamaño, algo en mí parecía estar conectado con una moneda invisible y estaba siendo estirado, creciendo cada vez más, obedeciendo al horrible monólogo de mi abuelo. Había una terrible sensación de inevitabilidad e impotencia, que culminaba en pánico. Hice eco de su grito, y eso interrumpió la pesadilla.

Cuando era yo muy pequeño, cuatro o cinco años, este sueño de la Extensión hacía irrupción de vez en cuando en el estado de vigilia. Como la mayoría de los niños, a veces entraba en un estado de ensueño mientras jugaba y me quedaba mirando a la nada. Repentinamente, un cambio sutil tenía lugar en la habitación, a pesar de que todo seguía teniendo el mismo aspecto, y yo empezaba a sentir miedo. No lograba comprender la naturaleza de este cambio y sólo podía explicármelo diciendo que «las cosas iban mal». Yo podía tener, por ejemplo, una mano descansando sobre la mesa y la otra sobre el respaldo de mi silla. La ilusión consistía en que no podía retirar las manos de ahí, y la mesa y la silla se iban distanciando lentamente, estirándome; y no obstante, al mismo tiempo, yo sabía, en alguna parte de mi mente, que no se estaban moviendo realmente. Quizás era este conocimiento el que impedía que el miedo adquiriera las proporciones de una pesadilla y acabara en pánico. Yo me esforzaba por retirar las manos y, entonces, con la misma prontitud, las cosas «iban bien» otra vez. Yo era libre, pero me sentía muy desconcertado respecto a lo que me acababa de ocurrir. En una ocasión, mientras mis manos descansaban sobre la cubierta de ganchillo de mi caja de juguetes, el tejido pareció expandirse y separar mis dedos. Cuando las cosas «iban mal», tanto si había luz diurna como si ésta provenía de una lámpara, ésta cambiaba de una forma similar a la que describí en el sueño del Doble.

Creo que estas pesadillas de la Extensión eran, probablemente también, el resultado de un estado físico anormal, al estar el cuerpo en un trance inusualmente profundo, y que estaban invadidas por el miedo peculiar de este estado. Aquí puede haber tenido lugar, también, algún grado de separación de los vehículos, exteriorizándose al surgir en mi consciencia la idea de la tensión o extensión. Las experiencias de Extensión durante la vigilia estaban, obviamente, provocadas por la autohipnosis.

En este punto, es posible que algunos de mis lectores de orientación psicoanalítica se sientan tentados a hacer este comentario: «¡Este Fox parece haber desfondado ya sus experimentos de proyección! Durante la más temprana infancia estuvo dominado por las ideas del Doble y de la Extensión, y todo el resto es la continuación de estos dos hechos. Sus supuestas aventuras fuera del cuerpo han sido puramente imaginarias».

Bueno, si yo fuese la única persona que ha tenido este tipo de experiencias, esta línea de crítica sería digna de una atención seria, aunque incluso entonces creo que sería difícil hacer que el psicoanálisis abarque todos los hechos del caso. No obstante, uno no tiene más que dirigirse a *The Mystery of the Human Double*, del Hon. Ralph Shirley, para ver la enorme cantidad de evidencias confirmatorias que han aparecido después de la publicación de mi artículo «*The Pineal Doorway*», en la revista *Occult Review* de abril de 1920. Aunque en mi opinión las experiencias narradas en este capítulo son de un interés indudable por la luz que vierten sobre mi constitución psíquica, no creo que se pueda decir con justicia que invalidan los resultados de mi investigación. Personalmente, estoy dispuesto a consultar mi horóscopo, al cual me referiré más tarde, para buscar la verdadera explicación de estas fuerzas que se manifestaron en mi vida, produciendo primero los sueños del Doble y de la Extensión y más adelante los experimentos que son el tema de este libro.

A veces, justo antes de quedarme dormido, veía a través de mis párpados cerrados una cantidad de pequeños círculos vibrantes de color azul brumoso o de malva. Ahora describiría esta estructura como algo parecido a una masa de huevos de rana, y apenas en la frontera de la visibilidad. Al principio estos círculos estaban vacíos, pero al poco rato, un diminuto rostro sonriente, con penetrantes ojos azul acero, aparecía en cada círculo, y yo oía un coro de voces burlonas que hablaban con mucha rapidez, como si estuvieran entonando con la vibración, «¡Eso es todo, lo ves! ¡Eso es todo, lo ves!» Siempre decían lo mismo, pero nunca he sido capaz de rastrear el origen de estas palabras o de descubrir su significado, si es que tienen alguno. Y, como la aparición de estos rostros siempre anunciaba una pesadilla particularmente desagradable, llegué a odiar su venida.

Este estado de las cosas persistió durante dos o tres años, aunque debemos recordar que sólo era capaz de ver estos círculos a intervalos irregulares de varias semanas, y luego sucedió lo inexplicable. Los círculos vibrantes aparecieron, vacíos al principio, y, milagrosamente, ¡se llenaron de pequeños frascos de tinta de cristal! ¡Y no hubo ninguna pesadilla! A partir de entonces realicé una proeza de magia infantil. Cuando aparecían los círculos vacíos, yo daba la orden: «¡Que sean soportes de tinta!», pues en aquella época yo confundía el frasco con el soporte. Sin lugar a dudas, los pequeños frascos de cristal aparecían y no tenía ninguna pesadilla. Pero debía ser rápido o, de lo contrario, los pequeños rostros sonrientes entraban primero, y yo oía sus palabras sin sentido, y a continuación llegaba la pesadilla. Este extraño incidente ofrece una buena ilustración del poder de la sugestión, pero tiene también un significado más profundo, ya que en mis experiencias fuera del cuerpo he notado en varias ocasiones, debajo del resplandor dorado que inunda la habitación, esta cortina vibrante, apenas visible, de células circulares. No sé lo que es, pero creo que siempre está presente a la espalda de las cosas, si uno se concentra en ello, aunque con frecuencia no es notoria debido a la naturaleza más sobrecogedora del otro fenómeno. Pero en mis experiencias de proyección, estos círculos vibrantes permanecen vacíos. Era únicamente en mi más temprana infancia que aquellos rostros endiablados o los amigables frascos de tinta aparecían en ellas.

En la habitación en la que yo dormía había lo que solía llamarse una lámpara de «cola de pez», una cosa del pasado, como el farolero con su vara. A través del transparente cristal de la esfera, yo podía ver la luminosa llama, en forma de abanico, con su cono central de color morado oscuro, azul oscuro, desde el cual unos pequeños puntitos rojos se disparaban hacia arriba. En mi estado soñoliento, yo solía observar estos puntos que se elevaban atravesando el oscuro espacio y se perdían en la luminosidad exterior, y a veces las cosas «iban mal» de repente. La luz de la llama de gas reducía su intensidad y esa misteriosa luz de un dorado pálido que provenía de ninguna parte inundaba la habitación. Yo oía sonidos extraños, crujidos y chasqueos, mientras pequeños rayos de luz azul, como relámpagos en miniatura, eran lanzados desde las esquinas de la habitación. Y luego llegaba la aparición:

un hombre con un rostro horriblemente grotesco, un lobo de ojos encendidos, un león, una enorme serpiente, un gran oso negro erguido, de manera que alcanzaba el techo; veía todo esto en distintos momentos. Y yo no hacía más que gritar y gritar. La aparición permanecía bastante quieta, mirándome ceñuda, y yo podía oír a mi madre que corría escaleras arriba en respuesta a mi frenético S.O.S.; pero, tan pronto como ella hacía girar el tirador de la puerta, la aterradora bestia se esfumaba y las cosas «iban bien» otra vez.

Esto debe haber sido muy irritante para mi madre, pero ella era siempre dulce y cariñosa conmigo. Ella, por supuesto, pensaba que yo había estado soñando, y me aseguraba que había sido sólo una pesadilla. Bueno, yo sé que no lo era. Estas experiencias, que eran muy poco frecuentes y que probablemente se terminaron cuando yo tenía seis años, eran sin duda el resultado de un trance autoinducido provocado al mirar fijamente a la llama de gas. Tales apariciones, las luces y los sonidos, son acontecimientos normales cuando uno está en el estado de trance que es el preludio a la proyección consciente. Hay' una cosa, sin embargo, que me desconcierta: no puedo comprender por qué mis gritos no interrumpían el trance antes de que mi madre entrara en la habitación. Quizás se deba a que mi memoria es poco fiable respecto al momento exacto en el cual la aparición desaparecía, pero no creo que esta sea la explicación.

Sólo una experiencia de naturaleza placentera entra en esta categoría. Un pequeño y gracioso personaje vestido de marrón (semejante a esos gnomos de jardín que uno está un poco harto de ver hoy en día) trepó a mi cama y esbozó una sonrisa tranquilizadora. Señaló en dirección a una pantalla que se hallaba cerca, y luego apareció un resplandeciente círculo de luz que ahora me recuerda a la linterna mágica, aunque creo que nunca había visto una en la época en que esto sucedió. En este círculo, desde sus comienzos brumosos, apareció gradualmente una escena encantadora, vívidamente coloreada, de una granja. Y todo se movía. Caballos, vacas, perros, etc., todos moviéndose; patos que nadaban en un estanque; una mujer con un vestido azul que saludaban desde la puerta de la granja. Al poco rato, la imagen se desvaneció, el gnomo desapareció despidiéndose con una inclinación de cabeza y una sonrisa, y yo me quedé aparentemente despierto y muy

perplejo. El principal punto de interés aquí es el círculo de luz, ya que en los años que vinieron a continuación lo volví a ver, aunque sin el gnomo y la escena de la granja; y otros investigadores han destacado un fenómeno similar.

Me veo tentado a narrar una experiencia más de mi temprana infancia, aunque no tiene nada que ver con el tema de la proyección. Me encontraba recostado sobre mi cama, era de día y me sentía muy contrariado (quizás me había portado especialmente mal y me habían enviado a la cama más temprano de lo acostumbrado). La vida era un aburrimiento, mis padres eran injustos, y dormirme implicaba sueños y posiblemente de los malos. Pero no había nada que yo pudiera hacer al respecto, de manera que cerré los ojos. Inmediatamente, oí el sonido más prodigioso, como una gran orquesta de trompetas celestiales. Abrí los ojos maravillado y me quedé parpadeando a la luz del día, ¡pues la noche había terminado! Había pasado, aparentemente, en un segundo, y casi cincuenta años más tarde, sigue siendo la única experiencia de esta naturaleza que he tenido. Pues, a pesar de que puedo despertar sin recordar haber soñado, aún así tengo la sensación de haber estado en la cama durante varias horas, y la atmósfera del sueño que no recuerdo todavía permanece.

¡Ay, sí! Grandes cambios han tenido lugar en la calle de Seven Sisters. Los alegres tranvías de juguete hace ya mucho tiempo que han ido a parar a un montón de chatarra y los caballos que tiraban de ellos pastan en los Campos Elíseos —al menos, eso espero—. La vieja casa, sin embargo, aún existe, y de vez en cuando paso por ahí para contemplar, una vez más, las ventanas de las habitaciones en las que las cosas «iban mal» hace ya muchos años.

En Finsbury Park el cambio no ha sido tan grande. Los árboles que conocimos aún están ahí y también una de las fuentes para beber agua que me prohibían usar. A veces me siento ahí y puedo ver, aunque no sea más que en mi imaginación, a una dama muy elegante cuya belleza el tiempo nunca apagará. Ella llega a través de los años para saludarme, y los pequeños rizos dorados que coronaban su frente resplandecen bajo el sol.

## CAPÍTULO SEGUNDO

### Preludio a una búsqueda

PUEDE PARECER un tanto sorprendente, después de los acontecimientos narrados en el capítulo anterior, que mi interés por los sueños llegase a absorberme tanto; pero durante mi niñez y mi juventud, mi salud fue mejorando poco a poco, y la atmósfera de aquellos primeros años, amenazada por las pesadillas, pasó a formar parte del pasado. Y, ahora, en mi cincuentena, sigo siendo un tanto enfermizo, pero difícil de matar.

En mi época de escolar yo era, en términos generales, bastante normal: trenes a vapor en miniatura, pistolas de aire comprimido, experimentos químicos espectaculares, petardos caseros que hacían explosión prematuramente, ratas blancas, sellos, boxeo, gimnasia, remo y ciclismo. Así transcurría mi vida, de forma bastante placentera y, aparentemente, sin ningún tipo de suceso psíquico. Supongo que yo no era normal en tres aspectos que describiré muy brevemente, con la finalidad de completar mi descripción de la etapa de transición que conecta a los incomprensibles –en aquel momento– sucesos de mi temprana infancia con el verdadero inicio de mi investigación.

Cuando tenía trece años perdí a mi madre, y mi padre la siguió seis meses más tarde. Los días de Finsbury Park llegaron a su fin, y me fui a vivir con mis abuelos a Southampton. Yo era demasiado joven para darme cuenta de la irreparable desgracia que había caído sobre mí; pero mi actitud hacia la muerte cambió, pues hasta entonces le había tenido mucho miedo. Aunque morir pudiera ser un asunto doloroso, yo sentía que más allá de la tumba me encontraría, sin duda, con mi

madre, y ese pensamiento despojó al misterioso otro mundo de la mayor parte de sus terrores y estimuló enormemente mi interés por la vida después de la muerte. Hermosa Madre, grande, omnisciente Papá —un tiempo tan corto ante los árbitros de mi destino— ¿dónde estaban ahora? ¿Qué les había sucedido? Leí Light, y a Stainton Moses. Con la ayuda de un comprensivo compañero de escuela, incluso llegué a aficionarme ligeramente a la Ouija y al Espiritismo, pero los resultados no fueron ni convincentes, ni particularmente edificantes. Pronto abandoné estos experimentos, pero continué leyendo cualquier cosa acerca del Espiritismo que cayera en mis manos.

Mi segunda anormalidad era casi vergonzosa, y una clara prueba de que Fox estaba realmente loco; pues yo era un poeta, y las personas bien intencionadas predijeron un gran futuro para mí. Permitid que me apresure a añadir que la promesa verdaderamente extraordinaria de mis esfuerzos como escolar no se cumplió. El talento maduró hasta cierto punto; pero más adelante, cuando me vi cada vez más absorbido por mis estudios científicos, mi musa giró la cabeza y se marchó. Ahora me pregunto si aquellos primeros poemas eran obra únicamente de mi conciencia. Con frecuencia había una sensación preliminar de incomodidad e inquietud, y yo sabía que iba a escribir otro «poema». Entonces, de golpe, las palabras parecían formarse en mi cerebro y yo sentía el ritmo subyacente. Sí, me inclino a pensar ahora que algún poeta, o poetisa, incorpóreo intentaba hacer música con el muy elemental instrumento que tenía a su disposición. Y por esta razón he considerado este asunto digno de ser mencionado en esta historia.

Mi tercera anormalidad tiene una relación muy directa con nuestro tema de la proyección astral. Aunque yo no era enteramente indiferente a los encantos de Día, su hermana Noche me era mucho más querida. El encanto de Día era más como una estimulación superficial de los cinco sentidos; pero Noche entraba más profundo y quizás llegara hasta un sexto sentido. Yo estaba embelesado por la Luna y las estrellas y el misterio de aquella poderosa bóveda. A veces, en invierno, este anhelo por Noche triunfaba sobre mi amor por la comodidad. Obedeciendo a su extraña llamada, me sentía impelido a abandonar el cálido fuego y mis sellos, y a divagar sobre la solitaria comunidad que había bajo aquellas maravillosas estrellas. Y, en ocasiones, trepaba por una

escalera que apoyaba contra la antigua pared romana que colindaba con un lado de nuestro jardín, y me sentaba, medio congelado, contemplando a la espléndida Luna. Sí, yo amaba a Noche y, ¿no era acaso la reina de aquel lugar encantado del Reino de los Sueños?

Las pesadillas se estaban volviendo ahora cada vez menos frecuentes y eran, por lo general, pesadillas de las normales, atribuibles a una cena poco moderada. El glamour y la belleza se manifestaban cada vez más en mi vida onírica, y un nuevo tipo de sueños llegó para estimular mi interés. El aspecto de la adivinación nunca me había atraído. Le di una ojeada a un popular Libro de los Sueños y lo deseché con celeridad por considerarlo una tontería, un veredicto al cual todavía me adhiero; pues, aunque un cierto sueño pueda tener un verdadero significado profético para cierta persona, los símbolos empleados pueden variar de acuerdo con la psique peculiar del soñador, y un intento de estandarizarlos al modo de un Libro-del-Destino es absurdo. No existe un lenguaje universal de los sueños.

Una vez finalizada mi época de escolar, había llegado a las siguientes conclusiones:

1. La mayor parte de mis sueños era, obviamente, una mezcla con, más o menos, muy poco sentido, basada en acontecimientos pasados y recuerdos de libros que había leído. Podían ser altamente placenteros y entretenidos, pero yo sentía que se les pudiese atribuir ninguna importancia. Aquí, por supuesto, me equivocaba; pero las investigaciones del Dr. Freud aún tardarían muchos años en darse a conocer al público en general.

2. De vez en cuando, ocurría que un sueño tenía un verdadero significado profético, pero sólo en relación a asuntos bastante triviales. Mis reflexiones más maduras sobre este tema, junto con algunos ejemplos, se encuentran en «The Prophetic Element in Dreams», publicado en el *Occult Review* de septiembre de 1920, pero aquí debo limitarme a estas referencias al paso.

3. Cuando soñaba con mi madre, yo no me daba cuenta de que ella estaba muerta, y ella no hacía referencia a su muerte ni me decía nada concerniente a su nueva vida. Por lo tanto, no podía estar seguro de que el sueño no estuviese basado enteramente en mis recuerdos de ella.

No obstante, estos sueños eran extraordinariamente vívidos, y estaban tan cargados de su perfumada atmósfera que al despertar me parecía como si acabara de estar en su presencia.

4. En raras ocasiones tenía lo que podría llamarse un sueño histórico, escenificado a una escala realmente grande y espectacular y aparentemente ambientado en el pasado. Estos sueños tenían dos características peculiares: Yo no era un actor en ellos, sólo un espectador, como si se tratase de un enorme teatro al aire libre; y nunca podía recordarlos con detalle, pues al despertar retenía únicamente una impresión confusa. Al principio, atribuí estos sueños a algún principio escenificador que trabajaba sobre mis recuerdos de libros y de obras de teatro, pero me preguntaba por qué yo no representaba ningún papel en la obra. Más adelante, sin embargo, cuando me familiaricé con la Teosofía, aprobé la teoría de que en estos sueños yo había contactado con los Registros Akásicos, o más probablemente, con su reflejo en la Luz Astral.

Si esta alusión le resulta oscura al lector común, debo remitirlo a cualquier libro de texto de la Teosofía. Y aquí se indica un breve digresión. A pesar de que soy un místico de corazón, estoy intentando escribir este libro desde una base de Investigación Psíquica, y utilizaré la menor cantidad de términos Teosóficos posible y sin ningún espíritu dogmático. En ocasiones, sin embargo, la terminología Teosófica será útil y posee la gran ventaja de ser ampliamente conocida. Es probable que muchos de mis lectores sean Teosofistas, y por esta razón he considerado más adecuado hablar de proyección «astral» y no «etérica», aunque algunas de mis experiencias sean quizás más etéricas en su naturaleza, utilizando esta palabra en el sentido Teosófico y sin ninguna referencia al postulado éter de la Ciencia. Según la Teosofía, el doble etérico o cuerpo etérico es una extensión sutil, interpenetrante, del vehículo físico, y a través de él circula la fuerza de vida vitalizadora. Cuando es exteriorizado, no puede moverse más de unos pocos pies de distancia de su equivalente material, al cual está conectado a través de una cuerda de plata, y la ruptura de esta cuerda significa la muerte. El cuerpo astral es un vehículo mucho más sutil de la conciencia y aunque éste también se halla conectado mediante otra compleja estructura, o cuerda, al cuerpo físico, tiene una libertad práctica-

mente ilimitada; ya que esta cuerda parece ser de una elasticidad casi infinita. Ahora, como a veces en mis aventuras fuera del cuerpo he parecido viajar muchas millas, es obvio que el término «astral» es el que considero más adecuado. Por lo tanto, evitaré cualquier confusión con el «éter» de los científicos, y escaparé a la crítica de mis amigos Teosóficos.

5. Sueños en los cuales yo exploraba lo que parecía ser un maravilloso mundo celestial que mostraba los más impresionantes extremos de la belleza y la fealdad, de la atracción y de la repulsión, de la esperanza y de la desesperanza. Este mundo estaba saturado de un glamour indescriptible, una atmósfera aparentemente divina; de manera que, al despertar, sentía que había estado más cerca de Dios incluso en el infierno del sueño de lo que lo estaba en mi agradable habitación iluminada por el sol matinal.

Los sueños de este tipo fueron infrecuentes durante mi niñez, pero mi juventud fue rica en ellos, y ellos engendraron un descontento espiritual, el cual iba en contra de mi creciente interés por la Ciencia ortodoxa y la gratificación de los sentidos a través de los canales mundanos normales. La Tierra era encantadora, pero el sueño celestial era más encantador aún. Me perseguía el recuerdo de una belleza que no era de este mundo.

Y en estos sueños noté, en muchas ocasiones, lo que parecía ser la manifestación de alguna ley divina subyacente. Si uno se enfrentara valientemente a la forma del horror, ésta sería disipada o se convertiría en una cosa bella, y esto último siempre sucedía cuando mi compasión se despertaba y vencía a mi aversión.

6. Observé que, en ocasiones, durante una pesadilla o un sueño doloroso de tipo normal, no celestial, lo desagradable del mal momento que estaba pasando provocaba los siguientes pensamientos: «¡Pero esto no puede ser real! ¡Esto no me pasaría a mí! ¡Debo estar soñando!» Y luego: «Ya he tenido suficiente de esto. Me voy a despertar». Y, rápidamente, escapaba de la situación empujando, por decirlo de alguna manera, al sueño lejos de mí y despertando. En aquellos días nunca me di cuenta de las grandes posibilidades latentes en este descubrimiento, pero mi curiosidad se despertó hasta cierto punto. Me preguntaba por qué era capaz de saber en el sueño que era un sueño única-

mente en algunas ocasiones, y cómo se adquiriría este conocimiento. Creo que se me escapó la importancia de esta experiencia porque descubrí que la compartía con más gente. Es interesante anotar que, mientras muchas personas pueden escapar de una pesadilla de este modo, muy pocas saben que están soñando cuando el sueño es placentero o común. Podría ser que la intensa tensión emocional sea la que despierta la facultad crítica de la consciencia, permitiéndole concluir que las extraordinarias circunstancias del sueño están demasiado alejadas de la vida real para ser realidad.

Por ende, en mis días escolares, las fuerzas se habían puesto en movimiento para instarme a emprender mi búsqueda entrando por la Puerta de los Sueños, y el momento estaba casi a mi alcance para iniciar mi gran aventura. Pues era una «gran» aventura para mí, da igual lo que piensen los demás de ella; y, como soy por naturaleza una persona bastante presumida, ¿porqué habría de simular una modestia que no siento verdaderamente? Pero me gustaría hacer énfasis en este punto: mi única razón para concentrarme en los sueños era que encontraba en algunos de ellos una Belleza y una Divinidad que deseaba ardientemente, pero que no podía encontrar en la Tierra. Yo no sabía nada acerca de la proyección astral, ni tenía la menor sospecha del sorprendente giro que darían los acontecimientos en poco tiempo. Me dispuse a iniciar la búsqueda de la Belleza, y al final comprobé, al menos para mi propia satisfacción, que poseía un alma inmortal.

## CAPÍTULO TERCERO

### Consciencia de los sueños y primeros ensayos de proyección

EN LA PRIMAVERA de 1902, cuando me encontraba yo a medio camino entre mis dieciséis y mis diecisiete años, empecé un curso de tres años de ciencia e ingeniería eléctrica en el Hartley Institute, que más tarde se convertiría en el Southampton University College. Para mí ya existía un lazo sentimental con el viejo Hartley: mi madre había estudiado allí antes de casarse y con frecuencia me había llevado al museo y hablado de los fósiles, mientras mis ojos buscaban al gatito de dos cuerpos embalsamado y a las falsas «sirenas» japonesas. Y fue a principios del verano de este año cuando tuve el sueño que marca el verdadero inicio de mi investigación.

Soñé que me encontraba de pie en la acera, delante de mi casa. El sol salía detrás de la muralla romana, y las aguas de la Bahía de Bletchingden brillaban bajo la luz matinal. Yo podía ver los altos árboles que hay en la esquina de la calle y la parte superior de la vieja torre gris que se alza más allá de los Forty Steps. En la magia de la luz matinal, la escena era enormemente hermosa, incluso entonces. La acera no era del tipo normal, sino que consistía de pequeñas piedras de un gris azulado, cuyos lados más largos formaban un ángulo recto con el bordillo blanco. Me disponía a entrar en la casa cuando, al mirar casualmente estas piedras, me llamó fuertemente la atención un extraño fenómeno pasajero, tan extraordinario que no podía creer lo que veían mis ojos: habían cambiado su posición durante la noche, ¡y los lados más largos eran ahora paralelos al bordillo! Entonces la solución vino

a mi mente: aunque esta gloriosa mañana de verano parecía de lo más real, ¡estaba soñando!

Al darme cuenta de este hecho, la naturaleza del sueño cambió de una forma muy difícil de explicar a alguien que no haya tenido esta experiencia. Instantáneamente, la intensidad de la vida se incrementó cien veces. Nunca habían resplandecido el mar, el cielo y los árboles con una belleza tan encantadora; incluso las casas más corrientes parecían estar vivas y ser místicamente hermosas. Nunca me había sentido tan absolutamente bien, con tanta lucidez mental, tan divinamente poderoso, ¡tan inexpresablemente libre! La sensación duró sólo unos momentos, y entonces desperté. Como supe más tarde, mi control mental había sido vencido por mis emociones, de modo que mi cansado cuerpo hizo valer su protesta y me hizo regresar. Porque, aunque yo no me di cuenta de ello en aquel momento, creo que esta primera experiencia fue una auténtica proyección y que yo me encontraba funcionando fuera de mi vehículo físico. Por qué, cuando todo lo demás era tan normal, cambió la posición de los adoquines en mi consciencia, no lo puedo explicar. Estas cosas suceden en el extraño mundo astral que forma el telón de fondo para estas aventuras, aparentemente objetivas, fuera del cuerpo, y el experimentador es muy afortunado de que sucedan. Siempre me he lamentado de no haberme fijado si los adoquines recuperaron su posición correcta antes de que el sueño llegase a su fin.

Aunque en aquella época yo no sabía que la proyección fuese posible, me alegró muchísimo descubrir que en un sueño uno podía adquirir, mediante la observación de alguna incongruencia o un anacronismo, el conocimiento de que estaba soñando. El subsiguiente cambio en la naturaleza del sueño, y el hecho de que éste no terminara inmediatamente, colocaba a este descubrimiento en una categoría muy distinta al método de escapar de una pesadilla que he mencionado en el capítulo anterior. Más aún, me conducía hacia esta emocionante pregunta: ¿Era posible prolongar el sueño mediante el ejercicio del poder de la voluntad? Y yo me imaginaba libre como el viento, seguro en la consciencia de mi verdadero estado y en el conocimiento de que siempre podría despertar si el peligro amenazaba, moviéndome como un pequeño dios a través del glorioso escenario del Mundo de los Sueños.

A este nuevo tipo de sueño lo llamé Sueño del Conocimiento; pues en él uno tenía el conocimiento de que realmente estaba soñando. Antes de irme a dormir debía imprimir en mi mente el deseo de no permitir que esta importante facultad permaneciese inactiva; debía mantenerse despierta, lista para precipitarse sobre cualquier incongruencia en el sueño y reconocerla como tal. Suena simple, pero en la práctica encontré que es una de las cosas más difíciles que uno pueda imaginar.

Cien veces pasaba yo (y todavía lo hago) delante de las más evidentes incongruencias, y luego, finalmente, alguna anomalía me decía que estaba soñando; y este conocimiento siempre traía consigo, al menos hasta cierto punto, el cambio que ya he descrito. Pero descubrí que, aunque yo pudiese saber que estaba soñando, había grados de conciencia de esto, y la experiencia era proporcionalmente más vívida o más perfecta al grado de consciencia que se manifestaba en el sueño. Para conseguir mejores resultados debía conocerlo todo acerca de la vida anterior de mi ser terrenal, tal como hace uno en la vida real, para darme cuenta de que mi cuerpo estaba dormido, y para apreciar los amplios poderes que estaban a mis órdenes en este estado aparentemente fuera del cuerpo.

Para lograr el Sueño del Conocimiento debemos despertar la facultad crítica que parece estar, en gran parte, inoperativa en los sueños, y aquí se manifiestan también grados de actividad. Supongamos, por ejemplo, que en mi sueño estoy en un café. En una mesa cercana a la mía hay una dama que sería muy atractiva si no fuese porque tiene cuatro ojos. He aquí algunas ilustraciones de estos grados de actividad de la facultad crítica:

1. En el sueño está prácticamente dormida, pero al despertar tengo la sensación de que esta dama tenía algo peculiar. De repente, lo tengo: «¡Claro, por supuesto, tenía cuatro ojos!»

2. En el sueño muestro una ligera sorpresa y digo: «¡Qué curioso, esta chica tiene cuatro ojos! Eso la estropea». Pero sólo de la misma manera que podría comentar, «¡Qué pena que tenga la nariz rota! Me pregunto cómo se lo habrá hecho».

3. La facultad crítica está más despierta y los cuatro ojos son considerados algo anormal; pero el fenómeno no es apreciado del todo.

Exclamo, «¡Dios mío!» y luego me tranquilizo agregando, «Debe haber una galería de monstruos o un circo en la ciudad». Por consiguiente, estoy a punto de darme cuenta, pero no llego hasta ahí.

4. Mi facultad crítica está ahora totalmente despierta y se niega a satisfacerse con esta explicación. Sigo mi tren de pensamiento, «¡Pero si nunca ha habido una anomalía así! Una mujer adulta con cuatro ojos, eso es imposible. Debo estar soñando».

Espero no haber elaborado este punto con nimiedad; pero he descubierto, para mi sorpresa, que algunas personas son incapaces de captar esta idea del Sueño del Conocimiento, que es en realidad un nuevo nivel de consciencia y distinto a los estados experimentados en los sueños corrientes y en el estado de vigilia. Objetan, «Pero, después de todo, es sólo un sueño. ¿Cómo puede un sueño ser algo más?» Y su expresión muestra con elocuencia la duda que son demasiado educados para expresar.

Bueno, para resumir, descubrí que en estos Sueños del Conocimiento se abrían nuevos métodos de locomoción ante mí. Podía deslizarme sobre la superficie del suelo, atravesar paredes aparentemente sólidas, etc. a una gran velocidad, o levitar hasta una altura aproximada de unos cien pies, y luego deslizarme. Volveré a estos métodos más adelante.

También era capaz de realizar unos pequeños trucos intrigantes a voluntad, como mover objetos sin un contacto visible, y moldear nuevas formas en la materia plástica; pero en estos primeros experimentos podía permanecer fuera del cuerpo únicamente durante un tiempo muy breve, y esta consciencia del sueño tan especial sólo podía adquirirse a intervalos de varias semanas. Para empezar, mi progreso era muy lento; pero en poco tiempo hice dos nuevos descubrimientos:

1. El esfuerzo mental de prolongar el sueño me producía un dolor de cabeza (leve al principio, pero aumentaba rápidamente su intensidad) y sabía instintivamente que esto era un aviso para que no resistiese durante más tiempo la llamada de mi cuerpo.

2. En los últimos momentos de la prolongación del sueño, y mientras yo era objeto de este dolor, experimenté una sensación de lo más curiosa, como de una consciencia dual. Podía sentirme en el sueño y

ver el escenario; pero, al mismo tiempo, podía sentir que estaba acostado sobre mi cama y ver mi dormitorio. A medida que la llamada del cuerpo se hacía más fuerte, el escenario del sueño se iba desvaneciendo cada vez más; pero al mantener mi voluntad de seguir soñando podía hacer que la habitación se borrara y que el escenario del sueño recuperara su aparente solidez.

En esta etapa de mi investigación, surgió un nuevo interrogante: ¿Qué sucedería si yo ignoraba la advertencia del dolor y luchaba hasta llegar a un clímax? A decir verdad, yo tenía un miedo terrible de realizar el experimento, pero un sentido de destino me impulsaba a continuar. Aproximadamente un año después del sueño de los adoquines, reuní coraje, corrí el riesgo, gané la batalla y viví una aventura que nunca olvidaré.

Soñé que estaba caminando junto a las aguas de la Costa Oeste. Era de mañana, el cielo era de un azul pálido, las espumosas olas lucían verdes bajo el sol. He olvidado cómo sucedió exactamente, pero algo me dijo que estaba soñando. Quizás caminé a través de un poste de telégrafo, o me di cuenta de que mi cuerpo no tenía peso. Decidí prolongar el sueño y continué caminando; el escenario era ahora extraordinariamente vívido y claro. Muy pronto, mi cuerpo empezó a obligarme a regresar. Experimenté la consciencia dual: podía sentir que estaba acostado sobre la cama y que caminaba junto al mar, todo al mismo tiempo. Más aún, podía ver vagamente los objetos de mi habitación, así como el escenario del sueño. Yo deseaba continuar soñando. Se estableció una batalla: ahora mi habitación era claramente visible y la escena de la playa era borrosa; luego mi habitación se tornaba confusa y la escena de la playa más intensa. Mi voluntad triunfó. Perdí la sensación de consciencia dual. Mi habitación desapareció de mi visión y yo me encontraba en la playa, sintiéndome indescriptiblemente libre y eufórico. Al poco rato mi cuerpo comenzó a llamarme otra vez y, simultáneamente, noté un dolor agudo y neurálgico en mi frente (no mi frente física) y en la parte superior de mi cabeza. Como yo deseaba con fuerza continuar soñando, este dolor aumentó su intensidad, pero esta vez no hubo consciencia dual, ni una claridad alterante del dormitorio y la playa; la habitación no era visible. Luché contra mi cuerpo manteniendo mi voluntad de permanecer en el

Mundo de los Sueños. El dolor de mi frente aumentó gradualmente, llegó a un punto máximo, y luego, para mi satisfacción, cesó de repente. Al desaparecer el dolor, algo pareció hacer «click» en mi cerebro. Yo había ganado la batalla. Mi cuerpo ya no tiraba de mí, y yo era libre.

Continué caminando, disfrutando de la belleza de la mañana y de mi sensación de libertad. No me topé con nadie, lo cual no era de sorprender, ya que pocas personas paseaban así tan temprano por la mañana. Cuánto tiempo transcurrió, no lo sé; el tiempo es la cosa más desconcertante en el Mundo de los Sueños, pero al poco rato se me ocurrió que debía regresar a mi cuerpo. Debía estar en la universidad a las, nueve, y no tenía ni idea de cuál era la hora terrenal, sólo que probablemente era la mañana. Por ende, deseé con fuerza terminar el sueño y despertar. Para mi sorpresa, no ocurrió nada. Era como si un hombre que estaba realmente despierto deseara con fuerza despertar. Me parecía que no podía estar más despierto de lo que estaba.

Mi razón me dijo que la aparente solidez de la playa y de las olas iluminadas por el sol no eran la tierra y el mar físicos; que mi cuerpo estaba acostado sobre la cama, a media milla de distancia en Forest View; pero yo no podía sentir la verdad de esto. Yo parecía estar completamente desconectado de mi cuerpo físico. En ese momento noté que un hombre y un niño se me acercaban. Al pasar junto a mí, hablaban entre ellos; no parecieron verme, pero yo no estaba muy seguro de ello. Un momento más tarde, sin embargo, cuando me encontré con otro hombre y le pregunté la hora, éste no notó nada y era evidente que no era consciente de mi presencia. Entonces me pregunté si no estaría yo «muerto». Peor aún, ¿si no estaría en peligro de ser enterrado prematuramente! ¿Cuál era la hora real, la hora verdadera en la Tierra? ¿Cuánto tiempo había durado este sueño?

Empecé a sentirme terriblemente solo. Esta experiencia era bastante nueva para mí: antes siempre había sido capaz de despertar cuando me proponía desearlo con fuerza; de hecho, el problema había sido que despertaba con demasiada facilidad. Ahora tenía miedo, y me resultaba difícil mantener el control y no caer en un estado de pánico. Deseé desesperadamente despertar, una y otra vez, hasta que llegué al punto de intensidad más alto. Algo pareció romperse. Una vez más, tuve la extraña sensación de un «click» en mi cerebro. Ahora estaba

despierto, sí, ¡pero completamente paralizado! No podía abrir los ojos. No podía hablar. No podía mover ni un músculo. Tenía una ligera sensación de que la luz del sol brillaba sobre mis párpados, y podía oír claramente el tic-tac del reloj y a mi abuelo moviéndose en la habitación adyacente.

Ahora, a pesar de que mi posición era suficientemente desagradable, no me sentí tan asustado como lo había estado cuando me encontraba fuera del cuerpo. Me pareció imperativo permanecer lo más tranquilo posible. Con esta finalidad, repetí mentalmente el Teorema del Binomio y otras fórmulas matemáticas. Luego me concentré en desear fuertemente mover todo mi cuerpo. El resultado fue un fracaso absoluto. Ahora me sentía más asustado, pero logré mantenerme razonablemente tranquilo. Luego tuve una, inspiración: pondría toda mi energía mental en levantar únicamente mí dedo meñique. Lo conseguí. Le siguieron el tercer dedo y el dedo medio. Después fui capaz de mover toda la mano derecha. A continuación logré levantar mi brazo por encima de mi cabeza y coger la baranda de mi cama. Seguía estando ciego, y el resto de mi cuerpo parecía estar hecho de hierro. Desseando con fuerza y tenacidad levantarme, tiré y tiré de la baranda de la cama. Al principio sin éxito, y luego, casi de inmediato, el trance se rompió. En un instante mis ojos estaban abiertos a la luz y mi cuerpo se había incorporado. Salté de la cama alegremente, pero me tambaleé y tuve que apoyarme contra la columna. Durante unos instantes fui víctima de un mareo terrible y creí que me desmayaría, pero me recuperé con rapidez. Eran las ocho en punto, de modo que tuve que darme prisa para llegar a la Universidad a tiempo. Me sentí bastante mal y muy deprimido durante el resto del día, aunque sin molestias serias. Pasaron aproximadamente tres días antes de que recuperara del todo mi salud y el ánimo.

Ésta fue mi primera experiencia de ese estado de trance profundo en el cual el cuerpo parece estar, para el experimentador, en un estado cataléptico. La forma en que esto fue superado (levantando primero el dedo meñique, etc.) puede haber sido una ilusión; por ejemplo, podría ser que no hubiera habido movimientos del cuerpo físico antes de que se interrumpiera el trance, aunque el hecho de que me encontrara a mí mismo sentado habla a favor de la realidad física de los medios por los

cuales el trance llegó a su fin. No existe ninguna prueba de una forma o de la otra en este caso, ya que nadie más que el experimentador estaba ahí para observar lo que realmente sucedió.

Durante un tiempo este susto tuvo el efecto de hacerme recobrar el juicio, pero luego la temeridad de la juventud irrumpió una vez más. Sin embargo, quizás se tratase de la necesidad del investigador, y no del místico aventurero que había en mí, la que me hacía repetir mi experimento de ignorar la llamada del cuerpo. Se me debe hacer una concesión por mi edad, pero yo creía que había tropezado con algo realmente importante y quería confirmar mis resultados.

Mediante la prolongación de un sueño (cuyos detalles no recuerdo) desafiando al aviso del dolor, experimenté una vez más una gran dificultad para abandonar el sueño y despertar. De nuevo me encontré en un estado que se asemejaba a la catalepsia y tuve que recurrir a los métodos que ya he descrito. Esta vez, sin embargo, cuando hube logrado levantar un brazo se interrumpió el trance. Experimenté unos ligeros mareos y sentí los efectos, fatiga y depresión, durante el resto del día. Una característica inusual fue que todo recuerdo de los detalles del sueño se perdió en la tensión de interrumpir el trance.

Esta experiencia fue, ciertamente, menos severa que la que relaté primero, pero lo suficientemente desagradable como para disuadirme durante varios años de volver a correr semejante riesgo. Había experimentado este trance cataléptico dos veces en pocas semanas y sentí que estaba «jugando con fuego». Temía un fallo cardíaco, un entierro prematuro, o la posibilidad de obsesionarme. Y, por supuesto, estaba enamorado y la vida me parecía dulce. De modo que, durante muchos meses, en mis nuevos experimentos de prolongación de los sueños siempre consideré que el dolor en mi frente era un aviso directo para regresar a mi cuerpo. Tan pronto como lo sentía, deseaba con fuerza alejarme del sueño, y no tenía ninguna dificultad en despertar.

La catalepsia puede ser producida por la hipnosis, y es muy probable que mis síntomas fuesen, en realidad, físicos y no una mera ilusión del estado de trance; pero ahora sé que no tenía necesidad de pasar por esa dolorosa lucha para interrumpir ese estado. Si sólo hubiese tranquilizado mi mente y me hubiese dormido otra vez, mi cuerpo se habría encontrado normal al despertar. He comprobado esto en diversas oca-

siones y puedo recomendarlo como el mejor camino a tomar a cualquier lector que se pudiera encontrar, quizás por accidente, en este estado, ya que la tensión mental y la tendencia a sentir pánico pueden ser nefastas para un corazón débil.

Mi temor a un entierro prematuro tampoco tenía ninguna base, porque como yo no había recibido atención médica desde hacía casi un año, hubiese sido necesaria una autopsia y lo más probable es que el trance hubiese sido disipado por el bisturí del médico antes de que el cuerpo sufriese un daño importante.

No obstante, podría existir un serio riesgo de entierro prematuro en los casos en los que no hubiese una indagación, si la condición cataléptica resultase ser de una gravedad excepcional.