

enplenitud.com  
*para jóvenes de cualquier edad...*

# Estudios sobre mi mismo: La confluencia

Dr. Pedro Cortines Hernández

## Confluencia.

**Cuando el individuo no siente ningún límite entre él mismo y el ambiente que lo rodea, cuando siente que es uno con él, se dice que está en confluencia con el ambiente.**  
**Fritz Perls**

**La confluencia es un estado mental de indiferenciación entre el yo y el otro, entre el yo y el medio ambiente, o entre las partes de un todo.**

**Dr. Pedro Cortines H.**

- Es decir al hablar de confluencia estamos hablando de la falta de límites entre yo y tú, entre yo y un grupo. Incluso de la falta de límites entre las diferentes partes de uno mismo.
- Hablar de confluencia es hablar de diferencias e igualdades. De unión y de separación. ¿De cuales diferencias y de cuales similitudes? De las diferencias y similitudes entre sí mismo y el otro.
- También estamos hablando de la igualdad, de una fusión entre las partes. De una falta de diferenciación entre yo y el otro.
- Confluencia es hablar de Confusión y de Indiferenciación.



¡Entonces yo estoy en confluencia, porque no entiendo ni más!  
¡Estoy confuso!

El ejemplo mas claro y normal del estado de confluencia lo podemos observar en el niño recién nacido, es decir en todos los niños que acaban de nacer, quienes desde el punto de vista del niño se encuentran totalmente indiferenciados de la madre y del resto del ambiente social. Éste periodo de indiferenciación psicológica ha sido señalada y estudiada desde hace muchos años por diversos investigadores de la psique humana.



Poco a poco el infante humano se va a ir diferenciando del resto del mundo. Y diferenciarse también implica reconocer lo que le pertenece, lo que biológicamente le es propio. Por ejemplo tiene que ir identificándose con sus diversas partes, va a aprender a reconocer sus manos como partes propias, va a aprender que esos pies con los cuales juega son sus pies, y que es su dedo el que le pica a sus ojos, y que cuando jala a algo que está por allí, ese algo son sus orejas, etc., implica también aceptarse a sí mismo como siendo diferente a todos los demás de su entorno. Implica pues, poner límites entre lo que soy yo y tú. Y esos límites nos permiten irnos diferenciándonos de los demás.

¿Pasa yo tengo cuatro patas?



¿Tengo o no tengo manita?



En la medida que el infante humano va desarrollándose y madurando, va dejando ese periodo de confluencia o de indiferenciación. Se identifica con sus partes y se diferencia de los demás.

El infante humano nace con un total desconocimiento de quiénes él y quiénes el otro. ¿Hasta dónde soy yo, y hasta dónde es el grupo? ¿Hasta dónde soy yo y eres tú? Y parte de su desarrollo es ir reconociéndose y diferenciándose de los demás. Mientras no desarrolle esta diferencia, en un estado psicológico normal propio del desarrollo biopsicosocial.



¡No interrumpir!  
Niño en proceso de  
diferenciación de  
género.



Esta huella digital quiere decir que soy yo.  
¡Yo no tengo confluenca!



¡Estoy enamorado!  
¿Hasta dónde voy yo,  
o es él? ¿O somos  
nosotros, o qué?



Cuando el individuo adulto siente que él y el medio ambiente son uno solo, se dice que está en confluencia con el ambiente. No hay límites. Entonces los límites nos permiten separar, diferenciar; por ejemplo los terrenos para delimitar nuestra propiedad.

Durante la confluencia las partes y el todo se hacen indistinguibles entre sí.

- Por ejemplo los niños recién nacidos viven en confluencia con el medio ambiente.
- En momentos de éxtasis.
- En momentos de concentración extrema.
- En los rituales grupales.
- En las pertenencias a un grupo de cualquier clase.
- En el enamoramiento.

Cuando juegan dos equipos de fútbol cada integrante del equipo vive un período de confluencia grupal donde se pierden las individualidades temporalmente, donde lo único que importan son los intereses del grupo.

¡Nosotros somos el mejor!



¡No es cierto, nosotros somos los mejores!

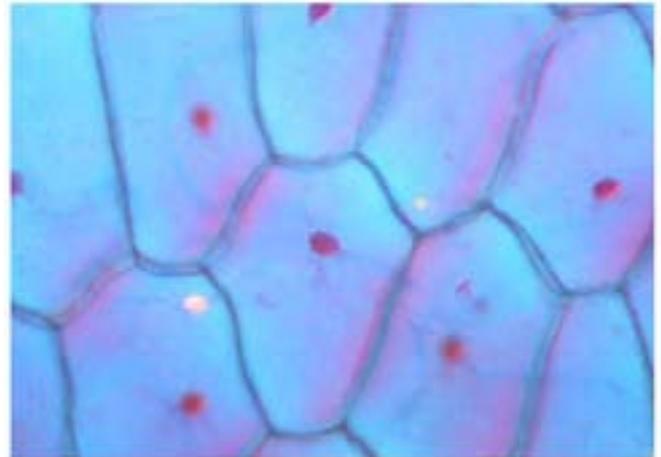


## LA CONFLUENCIA COMO UN ESTADO PATOLÓGICO.

Perocuandoestesentidodeidentificacióntotales crónico y el individuo es incapaz de ver la diferenciaentreélmismoyelrestodelmundo,estápsicológicamenteenfermo.Nopuede vivenciarse así mismo pues ha perdido todo sentido de sí mismo. Laconfluenciapuedeafectaratodoelserhumano. Es decir provoca alteraciones destructivas a nivel biopsicosocial.

## LESIÓN A NIVEL BIOLÓGICO.

Normalmentehaylímites,porodoquier.Estudiemos unacéluladeuntejido.



Desde el punto de vista anatómico, al estudiar a unalocélula,vemosqueestáseparadadeotra célula,porunamembrana.

Ésta membrana es el sitio de contacto y de discriminaciónenelquesedefineloqueespropio y lo que es ajeno, lo que es aceptado y lo que es rechazado. Pero siempre conservando el límite, tanto el mío como el tuyo. Tal diferenciación promueve el desarrollo y el buen funcionamiento decadacélulayporúltimoalórganoaquien pertenecen.

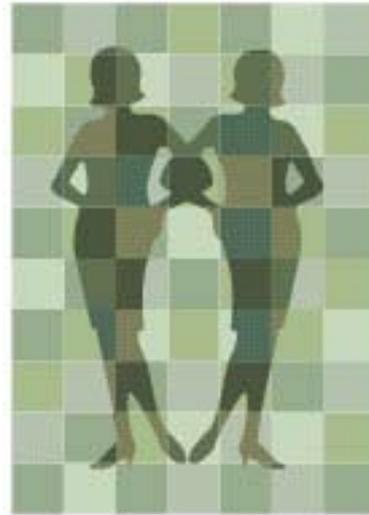
Puesbien,asítambiénelinfantehumanova saliendoeseestadodeConfluenciaOriginal,

por así llamarlo, para que en la medida que vaya creciendo y desarrollando se vaya diferenciando biológicamente, psicológicamente y socialmente del entorno. Y el mecanismo principal que utilizamos es la Identificación. A través de la identificación sana, se promueve la individualidad, la independencia, la autonomía, la separación. Como lo demuestran los estudios de Mahler. Y gracias a esa diferenciación se garantiza el contacto con el medio ambiente.

Ahora pasemos brevemente al estudio de dos necesidades biológicas humanas: la necesidad de respirar y la necesidad de llorar, son funciones muy diferentes, y hay límites entre las dos. Imagínense que cada vez que respiráramos, lloráramos. Uff.

Tomemos al llanto nuevamente pero ahora estudiado desde el punto de vista de la confluencia. Recuerden por favor alguna vez que lloraron con toda la libertad del mundo. ¡Tómense su tiempo y recuerden la última vez que lloraron!

¡Nos sabemos adonde los quiere llevar este doc torcito, pero lo que nosotras sí sabemos es que nosotras no estamos en confluencia.....Lo que sucede es que somos gemelas!



(Pts, Pts,...compárenlas con los hermanitos que vienen más abajo y saquen sus conclusiones, porque ellas no creo que comprendan)

Para no echarles mucho rollo, si ustedes lloraron ampliamente a grito abierto, eso quiere decir que su capacidad de respirar y de llorar, están libremente independientes. ¡Bravo! y ambas funciones aunque diferentes y libres se ayudan mutuamente para ayudar a solucionar su pena. Pero si estaban

todos compungidos, queriendo llorar sin poder llorar, así nunca va a concluir la pena. Es de todos sabido que cuando una persona no llora, no falta un alma caritativa y conoedora de la vida que aconseja: "Llorahijito, llora, porquedespuésno vas a descansar".

Hayunabatallainternadelosórganos.Sí,así como lo leyeron.

- Porunladoelpulmónqueriendodesahogarse.
- Porelotrolosmúsculosdelagarganta ahorcándolo.
- Yporelotrolosmúsculosdeldiafragma contrayéndose,yanosabesiparaayudaralpulmón a desahogarse, o para ayudar al los músculos de la garganta para que no se expandan los pulmones
- Yclaroqueintervientetambiénotros músculos más que ayudan a la idea de no llorar, tambiénsecontraenytanintensamentecomo losmencionadosymerefieroaloscúsculosdel tórax, es decir los músculos intercostales....

Noentiendocuandolosniñosllorancontanta libertad porque aún no hacen caso a las indicaciones de que no debe llorar, aparecen los familiares y dicen: ¡callen a ese güerco caón! Y luego resulta que cuando son adultos y no pueden llorar les dicen: ¡llora mi hijito, llora todo lo que tengas que llorar, llora fuerte, que no te importe que te escuchen!

Veamos algunos pasos sobre la educación del llanto. Porque hasta en eso debemos ser bien educados: cuando si llorar, cuando no llorar, como llorar, cuanto hay que llorar, razones por las que hay que llorar etc.

El rey de la casa puede llorar cuando y cuanto quiera



Está aprendiendo a manejar el llanto

¡No es para tanto hijita, no llores tanto!



¡Mamá, me duele muchooooo!



¡Ya me dieron mis fregatas por llorar  
Tan fuerte!



¡A mí me dieron un dulce para que no llorara!



¡Los hombres  
valientes no  
lloran!





Perosigamosenelestudiodelcompungido.¿Qué le sucede a él? ¿que todos esos órganos están en confluencia, no hay límites en sus funciones, no hay libertad independiente en sus funciones y a la larga si se mantiene la confusión entre el respirar y el llorar o cuando menos sollozar, puede ocasionarle una enfermedad psicósomática: asma.

¡Pos de haberlo sabido: de aquí en adelante me voy a enojar y llorar de rabia, o de tristeza aunque esté viendo una película, y si es necesario hasta voy a moquear, no sea que después me vaya a dar sinusitis caón!



### LESIÓN A NIVEL PSICOLÓGICO.

- Unapersonaenconfluencianonos puede decir que es ella, ni puede decirnos lo que son los demás. Es que siempre dice nosotros o nosotras.
- Nosabehastadondellegaellamismay hasta donde llegan los demás.
- Nosedacuentadellímiteentresímismo y los demás.
- Nopuede hacer un buen contacto con ellos.
- Nopuede retirarse de ellos
- De verdad, ni siquiera puede contactarse consigo mismo.

- Suproblema esta a nivel de sus ideas y creencias.

## LESIÓN A NIVEL DE LAS RELACIONES SOCIALES.

¡Para pertenecer al grupo, tienen que estar en confluencia!



En la confluencia se exige semejanza y no toleran las diferencias.

Por ejemplo existen padres que consideran a sus hijos meras extensiones de ellos, no consideran que sean diferentes a ellos al menos en algunos aspectos. Ni que son diferentes.

Y si sus hijos no son confluente y no se identifican con las exigencias de sus padres, se encontrarán con: Rechazo y Alienación por parte de los padres... "tú no eres hijo mío" "yo no quiero a un niño tan travieso"

¡Silencio!: joven tomando clases de cómo desconfluenciarse, sin sentirse rechazado.





- Mientras no se toleren las diferencias, exigiendo que cada quien debe actuar según su punto de vista... el conflicto o la confusión perderán.
- Mientras las diferencias no sean aceptadas, van a ser perseguidas.
- La confluencia exige un acuerdo total. ¡O está conmigo o en contra de mí!
- La palabra que utiliza una persona en confluencia, ya con los efectos de la exigencia de la similitud y de la obediencia y que por lo tanto no sabe distinguir entre él mismo y el resto del grupo es: "Nosotros". Cuando escuchamos el "nosotros" en el paciente, uno no sabe si está hablando de Sí Mismo o del resto del mundo.
- Ha perdido completamente el sentido del límite.

Es decir la confluencia puede aparecer en forma espontánea o puede ser exigida.





-- &#161;&#162; ya se está abando el articulo y este Kaleb que No nos incluye en su articulo. "Mejor vamozos, pareja".

**Solo para concluir :** entonces es más o menos esperado que cuando pertenecemos a un club o una asociación o a un grupo especial, tendemos a adoptar identificaciones propias del grupo y no solo a nivel de vestimenta, sino de ideales y de comportamientos que nos identificamos como pertenecientes a dicho grupo social.

Pero hay grupos más sutiles en donde podríamos estar en confluencia crónica sin saber que esta - mosen éste periodo de indiferenciación, en donde no vemos con nuestros ojos, no escuchamos con nuestros oídos, no olemos con nuestro olfato, no tocamos con nuestro tacto, no saboreamos con nuestro gusto... en donde tu capacidad de pensar, de reflexionar y de decidir está completamente alterado en relación al otro.

Y eso otro puede ser por ejemplo una secta religiosa, o puede ser tu familia, o puede ser tu novio (a), tu amigo (a), tu esposo (a).

Que piensas? Ahora sí lo vas entendiendo? Ya es más interesante y práctico?

Uh... y yo que pensaba que ya le había entendido a todo, ahora voy a tener que leer parte por parte otra vez!



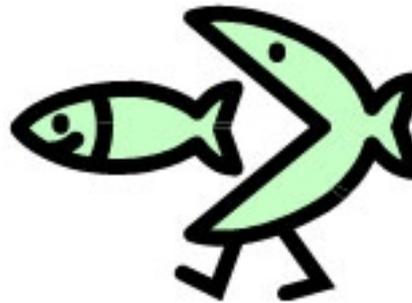
La frase de la persona (o grupo, líder etc.) que provoca la confluencia es

“Para que realmente seas tú, tienes que ser como yo digo”



Es decir una persona confluente, no te dice lo que pienses, o lo que imagines, o lo que sientas, o lo que hagas, una persona promotora de confluencia en el otro, lo sepa o no lo sepa, se dirige a tu identidad, a tu ser, y al confluente tu identidad, automáticamente como en cascada empieza a cambiar todo lo demás. ¿Capeas?

¡En la relación de confluencia el pez más grande se come al más pequeño!



-¿ENTONCES QUE, TODO ESTADO DE CONFLUENCIA ES NEGATIVO?

¡No!...



Hay ciertos momentos cotidianos exquisitamente especiales cuando los estados de confluencia son compartidos mutuamente, son estados de éxtasis, y me refiero a los momentos en que la pareja expresan su amor carnalmente, en donde se pierden límites en donde tienden a fundirse en una unidad.



Se lee que es bello, se oye bonito y lo mejor es que "se vive bonito" cuando se llega a alcanzar tal experiencia.

"Por eso el hombre deja a su padre y a su madre

Para unirse a su mujer,  
Y pasan a ser una sola carne” Génesis:2-24

Algúndíatocaréeltemadelasexualidad,perolessadelantoqueeseestadotransitoriodeconfluencia compartida, se pierde cuando tan solo uno de ellosnoésta,yaseafísicamente,mentalmente, socialmente y/o espiritualmente, fundido con el otro.

Es decir no toda experiencia amorosa sexual, es unaexperienciadeconfluenciamutua.



**Alto, reflexiona sobre lo siguiente:**

**1.-** ¿haz estado en situaciones en las que tienes que ver a través de los ojos de otro y te lo crees?  
Escríbelas.....

**2.-** ¿haz estado en situaciones en las que te dicen que lo que tú escuchaste no es cierto, y te lo crees?  
Escríbelas.....

**3.-** ¿haz estado en situaciones en la que no sabes si lo que piensas es lo que tú piensas o es lo que piensa otro?  
Escríbelas.....

**4.-** ¿haz estado en situaciones en que la vida la vives no por ti mismo sino a través de lo que dice el otro?  
Escríbelas.....

**5.-** ¿haz estado en momentos en que ya no sabes si lo que tú dices o piensas es cierto o lo que el otro dice o piensa es cierto?  
Escríbelas.....

Escribe cualquier cosa que te venga a la cabeza,

## Inscríbete ahora en nuestros cursos gratis

[Entrenamiento mental](#)  
[Pasos fáciles y efectivos para eliminar la timidez y la fobia social](#)  
[Cómo entrar al silencio y salir reconstruidas](#)  
[Cómo Superar la Torpeza y evitar errores a repetición](#)  
[La Ley de la Atracción](#)  
[Cómo lograr tus Objetivos](#)  
[Curso de Desarrollo del Talento](#)  
[Curso de autoayuda](#)  
[Basta de miedo a volar!](#)  
[Dejar de ser víctima](#)  
[Crea Abundancia en Tu Vida](#)  
[Ayuda a tus hijos a aprender](#)  
[Curso de Lectura del rostro y gestual](#)  
[Taller de Risoterapia](#)  
[Desarrollo de la Inteligencia](#)  
[Ecología Global](#)  
[Los sueños: Cómo realizar nuestros sueños](#)  
[Pasos para conseguir y conservar la pareja perfecta](#)  
[Curso Psicología transpersonal](#)  
[Curso de para Dejar de fumar](#)  
[Curso de Visualización Creativa](#)  
[Curso de Expresión de emociones](#)  
[¡Cambia su actitud!: Curso de expresión corporal y eutonía](#)  
[Curso de Superación Personal](#)

por más loca que te parezca la idea de lo que tu haces o eres.... no dudes ni un instante en escribirlo..... Es una forma increíble de tomar distanciadetismomentosdeconfluencia,esdecirde indiferenciación,denoserautenticamentetú.Y recuerda que este es un estudio para ayudarte a conocer a ti mismo.

Se llegó la hora de despedirnos

Gracias, por tu amable atención, y como siempre te digo, si consideras que alguna amistad tuya sepuedabeneficiarconéestetipodelecturas, mándaselo,yquedespuésesapersonaque se comunique conmigo directamente a mi correo electrónico

**Kaleb.4407@hotmail.com**

**Pedro-Kaleb.**

