

Comencemos haciendo una prueba. Busque en su memoria algún mal momento vivido en la infancia: alguna vez que haya pasado un papelón o vergüenza grande, deseando que la tierra lo trague. O que lo hayan retado en público. O que lo hayan desahogado de algo querido (recuerdo ahora a un niño a quien le sirvieron –al horno– a un pollito que había traído unos meses antes de la escuela). O algo semejante.

Cuando lo haya encontrado, cuénteselo a alguien. Y si no tiene a quien, póngase frente al espejo y diríjase a esa imagen como si fuera otra persona. Sea expresivo, adorne el relato con detalles acerca de lo injusto de la experiencia y de cuánto lo sufrió y cuánto le costó recuperarse.

Cuando haya concluido y revise la experiencia, preste atención a las emociones. Verá que no están. ¡No están! Lo único que aparece es información, pero información desprovista de emoción. Parece el titular de un periódico: «Le quitaron su mascota, la asaron y se la sirvieron». Y si aparece la indignación, la que aparece es la actual, la de

una persona de 40 años que considera un crimen actuar así con un niño de 5 años.

Pero... ¿Adonde se fue a parar esa rabia que sintió entonces? Lo obligaron a reprimirla y hasta es posible que lo hayan forzado a tragársela junto al pollo. Y nunca más volvió a hablar del tema. Y olvidó conscientemente la experiencia. Pero seguramente ese niño tomó, ese mismo día, algunas resoluciones que quedaron a partir de entonces, rigiendo sus conductas desde las sombras, como programas instalados en una computadora, en un ordenador. Por ejemplo:

- No volveré a comer pollo en mi vida.
- Cada vez que regrese debo verificar que no me hayan sacado nada.
- No debo confiar en nadie. Si mis padres me hicieron esto ¿Qué puedo esperar de un desconocido?
- No quiero que nadie me regale nada lindo como una mascota, porque después la voy a perder...
- Etc.

Pero en el consciente de esta persona del ejemplo, no ha quedado la menor idea de la relación que existe entre la desconfianza que tiene frente al mundo y ese «inocente» suceso de cuando era niño y que seguramente su padre comentó con algún amigo: «Reconozco que no estuvimos bien, pero, por suerte, al nene se le olvidó pronto, ya se le pasó...».

LOS MECANISMOS DE LA MEMORIA

Es que la memoria funciona de esta manera: mantiene a mano la información de los sucesos vividos en una época (tal como los registramos entonces) pero sin las emociones asociadas. Si me dejaron a los 5 años cuidando a mi hermanito de 3 y por un descuido mío se lastimó, recordaré para siempre que «por mi culpa» a mi hermanito le quedó una cicatriz. Pero no volveré a sentir el dolor y la angustia de entonces y no se me ocurrirá nunca revisar si es cierto que un niño de 5 años es «culpable» de una cosa así.

Esta sistemática eliminación de la memoria emocional es en realidad un mecanismo de defensa del inconsciente¹ para evitar que los dolores continúen doliéndonos, que llega más lejos aún: Si el evento en cuestión es tan fuerte, tan desestructurante que la persona no puede asimilarlo sin un derrumbe emocional, entonces, sencillamente «no ocurrió». Se borra todo registro consciente del suceso y, probablemente, aparezca algún síntoma que, según describía **Freud**, estará allí como un «monolito recordatorio» del suceso perdido.

Si un niño abre una puerta y sorprende a su madre haciendo el amor con un extraño, la cerrará y lo «olvidará». ¿Es que existe alguna manera de incorporar ese registro a su mundo? Como la respuesta es «No», lo que vio no lo vio y la vida continúa. Aunque quizás nuestro héroe comience a tartamudear o se vuelva disléxico a partir de ese momento.

¹ En este libro usaré indistintamente las expresiones «inconsciente», «subconsciente» o, preferentemente «mente no consciente», pero no en el sentido topológico del psicoanálisis, sino para identificar a todo lo que está en la mente pero fuera de la consciencia.

Pero... ¿Realmente esas emociones desaparecieron, se disolvieron en la nada?

LA MAGIA DE LAS REGRESIONES HIPNÓTICAS

Cuando recordamos, nuestro yo se ubica en el presente y dirige una mirada inquisidora hacia el pasado. Desde mis 40 años miro hacia atrás y trato de ver desde aquí qué sentí, cuando a los 5 años mis padres me asesinaron la mascota.

La hipnosis nos permite, en cambio, desplazarnos imaginariamente en el tiempo, que nuestro yo sea el que viaje al pasado y así poder re-vivir los sucesos originales. Es la «Regresión Hipnótica a la Niñez». Y las vivencias reaparecen con toda la carga de emoción original. Y el hombre vuelve a ser niño, vuelve imaginariamente a tener 5 años y habla y llora como un niño. No se trata de una recreación, de una representación: se trata de una liberación, de una «catarsis». Esas emociones siempre estuvieron ahí, encerradas pero carcomiendo desde adentro. También aparecen los recuerdos reprimidos. Y la asociación entre los sucesos y los problemas de la vida actual no surge de discutibles teorías mantenidas por el terapeuta sino del propio inconsciente del paciente.

Por ejemplo: atiendo a un joven de 17 años que si bien es brillante en el trato individual, es gris y apocado en el trato social. En la escuela, frente a sus compañeros, casi no existe. Le pido a su mente no consciente que me

evoque sucesos que estén relacionados con el origen de estas características y aparecen dos episodios de cuando tenía 6 años, en que volviendo de la escuela a la casa, en el transporte escolar, se hace caca encima, un percance comprensible para esa edad. Uno podría preguntarse: «Y eso ¿Qué tiene que ver?». Las teorías psicológicas hablan del Edipo pero no de esto. Pues bien, ¿qué le sucede a un niño que se ha ensuciado así frente a sus amiguitos? ¿Cómo vuelve a la escuela al día siguiente? Seguramente él le pide a su madre que no lo envíe más y, lógicamente, la mamá no accede. Y entonces tiene que reintegrarse. ¿Qué puede resolver entonces?: «No debo permitir que nadie me mire». Es la única decisión que puede evitar el escarnio y la vergüenza. Volverse gris, invisible.

Pero, y esto es importante y forma parte básica de los principios de nuestra terapia, mientras no cambie su resolución, mientras no la re-decida, esa decisión va a continuar rigiendo toda su vida, con mayor razón porque ignora su existencia.

El descubrimiento de esa resolución infantil, posibilitó en nuestro paciente un cambio instantáneo. En ese mismo semestre el joven pasó a ser líder de su grupo de estudiantes y luego cambió su decisión de estudiar gastronomía y hoy, casi una década después, se ha recibido de psicólogo, ha estudiado hipnosis y es secretario académico de su facultad.

Este ejemplo tomado de la realidad nos permite sacar algunas conclusiones:

- Aunque la mente consciente del paciente no sepa porqué le suceden ciertas cosas, la información

está dentro de él y, cumpliendo con algunas normas, el inconsciente del paciente nos lo contará.

- La asociación entre los sucesos y los síntomas no surge de ninguna teoría psicológica sino de las respuestas del propio paciente. En el video que acompaña este libro, la paciente dice en un momento: «*¡Ya sé porqué le tengo fobia a los gatos!*» y descubre el origen de un desplazamiento que hubiera encantado como prueba objetiva a **Freud**, que fue el primero en teorizar al respecto.
- Para cambiar y sanar no son necesarios meses o años: a veces basta con algunas horas si en ellas se produce el «click» necesario que vincula los hechos y esclarece los síntomas.
- Cuando las emociones reaparecen, lo hacen con la carga emotiva original. Y todos los recursos de protección que se le dan al paciente en regresión, se incorporan a su memoria emocional –esa que no alcanzamos con la memoria consciente– como si hubieran sido recibidos en el pasado, en el mismo momento del evento.

COMO CONTINUA EL LIBRO

Las regresiones a las vidas pasadas son un caso especial de las regresiones en general. Le hemos pedido al inconsciente de nuestro paciente que nos lleve al origen de sus problemas y, por ejemplo, aparece un recuerdo de la época de la colonización española de América, que es revivi-

do como si se tratara de un recuerdo de esta vida... ¿De qué se trata? ¿Cree el lector en las vidas anteriores, en la reencarnación, etc.? Yo sí, pero no hace falta que el lector comparta esa opinión, porque si no fuera un verdadero recuerdo, se trataría una respuesta onírica o fantasiosa del inconsciente de mi paciente, que trabajada según algún pautas que veremos, le servirá perfectamente para sanar.

Descrito así, de esta manera, parecería que deberíamos estudiar las regresiones en general y, luego, las regresiones a vidas pasadas como un caso especial. Pero no haremos eso. Respetaremos la estructura que hemos mantenido en nuestros cursos porque nos ha demostrado largamente su eficacia. Centenares de alumnos han aprendido Hipnosis Clínica Reparadora® en tres jornadas de esta manera, yendo de lo más sencillo a lo más complicado.

El plan a desarrollar será entonces el siguiente:

- Hipnosis: Distintos enfoques terapéuticos.
- Hipnosis: inducción, profundización y uso.
- Regresiones a Vidas Pasadas.
- Regresiones a la Niñez.
- Reparación de traumas de la infancia.
- Análisis de los casos reales.
- Consideraciones finales

Este es, por otra parte, el plan que desarrollamos en nuestros Cursos Intensivos de Hipnosis Clínica Reparadora® de tres días. En una obra siguiente veremos lo que habitualmente estudiamos en el Curso Avanzado de Hipnosis Clínica Reparadora® de dos días: La aplicación de los

distintos recursos a casos prácticos, el tratamiento y cura de fobias, pánico, jaquecas y otras enfermedades psicósomáticas y, además, dibujo en hipnosis.

Inevitablemente, ya que se trata de una exposición integral de la Hipnosis Clínica Reparadora® (HCR) deberemos volver a tocar temas ya desarrollados en nuestro libro anterior² aunque esta vez, con una visión más holística de su aplicación.

Lo que le pedimos al lector es que, en cuanto pueda, vea las filmaciones que acompañan este libro. Mientras no lo haya hecho, todo lo que lea le sonará a teoría, más o menos cierta, más o menos discutible. Pero cuando las haya visto se enfrentará a hechos, a emociones en estado puro de una manera que nunca vio antes.

Y para nosotros lo más importante es eso: que el lector verifique que esto existe, que no es una suposición, que las emociones están vivas dentro del paciente y qué es posible revivirlas. Y que a partir de este fenómeno, es también posible «repararlas», un criterio de cura distinto, que significa agregar la protección, la compañía y otros recursos terapéuticos que no existieron en la experiencia original, los que luego serán archivados en la memoria emocional, curando o mitigando así el dolor y haciendo innecesarios los síntomas y daños consecuentes.

Esa comprobación de la existencia de una memoria emocional alcanzable, excede largamente al acuerdo o desacuerdo que logremos del lector con la manera que

² *Curso práctico de Hipnosis y Regresiones a Vidas Pasadas. Natural Ed. (Sep. 2009).*

hemos desarrollado para la utilización terapéutica de esa reviviscencia emocional en la Hipnosis Clínica Reparadora®, la que seguramente puede ser mejorada o modificada.

Porque lo que hay aquí es una verdadera rotura paradigmática: no queremos crear una nueva teoría sino demostrar que en el paciente estuvo y está toda la información necesaria para entender y para sanar. Y que a partir de su desbloqueo emocional podemos poner en movimiento todas las capacidades que quedaron congeladas en uno o muchos momentos del pasado.

Afirmamos, que es posible preguntarle al inconsciente de nuestro paciente qué le pasa. Y que habiendo obtenido la respuesta, es posible hacer el «insight», ese click que posibilita la cura y que en otros modelos terapéuticos demanda meses o años, en muy poco tiempo: a veces en una sola sesión.

Porque, figuradamente, no intentamos ponerle al paciente una pomada en la piel, sino que buscamos el lugar exacto de la lesión dentro de la articulación dañada, para infiltrarle allí el remedio o el bálsamo.

Quizás –ojalá– el lector elija continuar esta tarea y pueda entonces, mejorar en el futuro este enfoque terapéutico, agregándole los recursos que él tiene y nosotros no, logrando así implementar una terapia aún mejor....