

PRIMER DÍA - Primera parte

Buenos días.

Nos hemos reunido aquí para aprender a hacer REGRESIONES A VIDAS PASADAS CON HIPNOSIS. Y quiero hacer en el comienzo algunas precisiones.

Este curso ha sido pensado para profesionales de la salud. Por eso ustedes me escucharán argumentar constantemente sobre cómo emplearlo para ayudar a los pacientes. Pero el tema de la reencarnación, la vida después de la muerte y la posibilidad de recordar sucesos de otras vidas y de esclarecer así el verdadero sentido de nuestra existencia excede largamente el limitado campo de la psicología y la medicina. Lo mismo sucede con el fenómeno de la Hipnosis y la posibilidad de ayudar al semejante con el auxilio de la palabra y aún con el de los tonos de voz y la cadencia al hablar.

Es por esa razón que este primer curso está abierto a toda persona que por razones espirituales desee estudiar la manera de crear este fenómeno y de investigar sobre ese «imposible» milagro de recordar cosas que ocurrieron antes de nuestro nacimiento.

Habrà luego un Segundo y un Tercer Nivel donde desarrollaré temas de interés para todos pero de verdadera necesidad para los profesionales de la salud por la cantidad de herramientas nuevas que adquirirán para agregar a las que ya tienen. Veremos las técnicas que he desarrollado bajo el nombre de HIPNOSIS CLINICA REPARADORA (HCR)[®], que incluyen regresiones a la niñez, reparación de traumas de la infancia y el tratamiento y cura de fobias, pánico, jaquecas y otras enfermedades psicósomáticas además del profundo y desconocido recurso del dibujo en hipnosis.

Pero es importante resaltar algunas cosas desde el principio: Hipnotizar es fácil. Hipnotizar es peligrosamente fácil. Es tan fácil como hacer una incisión con un bisturí filoso. Pero así como saber hacer un corte no los convierte en cirujanos, saber hacer hipnosis no los convierte en terapeutas. Y los obliga, al contrario, a manejar esta fantástica herramienta con mucha precaución, porque continuando la comparación, tanto con la hipnosis como con el bisturí es posible hacer daño manejándolo de manera irresponsable. **CON LA HIPNOSIS NO SE JUEGA.**

MÉTODO DEL CURSO

La mayoría de los cursos, seminarios y talleres se hacen para lucimiento del expositor. El público asiste a una exhibición de maravillas que no hace sino aumentar el respeto que tienen por quien lo dicta, pero solamente unos pocos asistentes se atreven luego a intentar aplicar lo que les han mostrado.

Acá será todo distinto. No solamente les aseguro que hipnotizar es fácil y que hacer regresiones a vidas pasadas es fácil. Yo les aseguro que mañana, al terminar la jornada todos y cada uno de ustedes va a haber hecho por lo menos una hipnosis y va a haber sido hipnotizado por lo menos una vez y va a haber hecho una regresión y le van a haber practicado una regresión por lo menos una vez.

Yo pienso darles un ejemplo y a continuación les voy a explicar minuciosamente qué he hecho y porqué lo he hecho. Porque lo que quiero es que aprendan a pensar en términos de hipnosis. Luego ustedes se van a dividir en parejas y en cada una «A» va a hipnotizar a «B». A continuación nos reuniremos en una ronda para que nos cuenten su experiencia de hipnotizador e hipnotizado. Allí yo pienso interrumpirlos todo el tiempo para irles marcando los aciertos y errores. Porque es ahí, sobre la marcha,

donde verdaderamente se aprende. O sea que avanzaremos en forma circular sobre el conocimiento y habrá seguramente muchas cosas que repetiremos muchas veces. Y ustedes verán que de esa manera se entiende y aprende. Habrá luego una segunda vuelta donde «B» hipnotizará a «A», con su ronda de comentarios. Y mañana repetiremos el mecanismo para aprender a hacer regresiones.

QUÉ ES Y QUÉ NO ES LA HIPNOSIS

Ustedes han sido convocados acá para aprender Hipnosis. Pero debo decirles que yo no voy a enseñar propiamente «Hipnosis». Solamente les voy a enseñar la forma en que yo hago hipnosis, además de otras dos o tres maneras distintas de hacerlo. Hay muchas técnicas diferentes para producir este fenómeno que llamamos hipnosis. La que van a aprender aquí no es necesariamente la mejor: es sencillamente la que yo utilizo. Pero también recibirán los fundamentos como para que puedan aplicar cualquier otro método que hallen y que les resulte fecundo.

¿Y qué es la hipnosis?

Quizás sea más sencillo comenzar por decir qué es lo que no es: No es lo que la mayoría de ustedes supone, debido a la manera en que la han visto presentada innumerable cantidad de veces en espectáculos y shows. Allí se la muestra habitualmente como un estado de inconsciencia y sumisión, donde una persona es forzada a hacer cosas ridículas en contra de su voluntad y donde puede también ser obligada a confesar lo inconfesable, sean cuales fueren las consecuencias.

Esto último obviamente, no funciona de esa manera. De lo contrario todas las policías del mundo emplearían a hipnotizadores que hipnotizarían a los sospechosos. Y si el sospechoso dijera

en trance: «yo no fui» lo dejarían irse y no lo molestarían más. Eso no sucede en ningún Departamento de Policía del mundo y esto debería ser suficiente como para hacerles sospechar que las cosas no suceden así.

Lo que aparece en los espectáculos públicos es, precisamente eso: un espectáculo, un show, que está montado a partir de algunos fenómenos hipnóticos que sólo pueden ser provocados en una pequeña cantidad de personas: apenas en un diez o un quince por ciento. Ese porcentaje de la población es muy sugestionable y puede ser colocado por métodos bruscos e instantáneos en estados de trance tan profundos que posibilitan las alucinaciones. Les aclaro que la experiencia no es inocua porque generalmente los sujetos son despertados en forma brusca provocando la hilaridad de los asistentes que aplauden aumentando su confusión y provocándoles una amnesia protectora semejante a la que sobreviene luego de un golpe en la cabeza. Un diez o un quince por ciento no son poca cantidad: en un teatro con cien personas, son casi quince asistentes y con eso sobra para hacer un espectáculo.

Los hipnotizadores de tablado son muy buenos hipnotizadores y una de sus principales habilidades es la de reconocer entre el público a las personas más susceptibles. Por esa razón las funciones generalmente arrancan con un ejercicio de sugestión como el de no poder despegar las manos colocadas por sobre la cabeza: el comportamiento individual es registrado y recordado por el artista. Además, muchas veces, hay asistentes mezclados con el público que ya han sido hipnotizados previamente y que responden rápidamente a indicaciones del hipnotizador y que sirven para «contagiar» con su reacción a los espectadores sensibles.

Esta es la única referencia que voy a hacer sobre este tema y me voy a conformar con decirles que esos trances espectaculares y tramposos no tienen nada que ver con la hipnosis con la que vamos a trabajar y que aprenderemos acá.

La hipnosis más que un estado de inconsciencia es un estado de «hiperconciencia», de conciencia expandida, de conciencia expandida y focalizada. De la misma manera que cuando ustedes toman una lente, una lupa y concentran los rayos del sol en un punto pueden hacer arder un papel, la mente que se desentiende del cuerpo y se disocia, concentra sus recursos en el punto adonde lo va guiando la voz del terapeuta, sin perder contacto con la realidad. Al contrario, la capacidad de cualquiera de los sentidos se multiplica, pero la atención dirige los recursos en la dirección apuntada por el terapeuta.

Podemos decir también que «La hipnosis es un estado de trance y disociación».

¿Qué es «disociación»?

Nosotros estamos disociados cuando estamos conduciendo el automóvil, el «carro», muy preocupados por algo y de pronto miramos asombrados a los lados y nos preguntamos «¿Cómo llegué hasta aquí?» Hasta ese momento hemos estado manejando disociados: una parte de nuestra cabeza estaba concentrada en el problema que nos preocupaba y la otra estaba conduciendo. Y seguramente ese día no cometimos ninguna infracción, ni nos perdimos, porque nuestro inconsciente es bastante cuidadoso.

También estamos disociados cuando estamos en un cine viendo una película y comenzamos a llorar porque la protagonista se muere. Una parte de nuestra mente sabe que estamos sentados en la butaca de un cine, que hemos pagado una entrada, que allí adelante no hay gente sino sólo una proyección de luces y sombras y que además no se está muriendo nadie: que son actores y actrices interpretando un argumento escrito por otra persona. Eso lo sabe **una** parte de nuestra cabeza, pero la **otra** parte de la misma está metida dentro de la historia y llora porque la protagonista se muere.

Entonces, estamos disociados cada vez que una parte de nuestra mente se ocupa de una cosa y otra parte se ocupa de otra.

Al inducir la hipnosis nosotros estamos creando un estado de disociación. Pero ¿Qué disociamos de qué? Estamos disociando a la mente del cuerpo. Colocamos al cuerpo en un estado de relajación profunda, tranquila, serena y lo dejamos en «automático». O sea, le permitimos a la mente desentenderse del cuerpo. Y entonces la mente gana recursos que son los que vamos a usar en los procesos terapéuticos.

Aquellos que juegan jueguitos en las computadoras saben que, muchas veces, cuando el juego requiere gran cantidad de recursos, mucha memoria, es posible apagar casi todos los programas que están funcionando en ese momento, manteniendo solamente los mínimos para que la computadora no se detenga. Se ganan de esa manera muchos recursos, mucha memoria «RAM» que finalmente es utilizada para el desarrollo del juego. El proceso de disociar la mente del cuerpo y despejarla de tareas para permitirle concentrarse en el foco de atención sugerido por el terapeuta se parece bastante.

Una de las cosas que a veces presenta mayor dificultad es convencer al paciente que ha estado en hipnosis. Ellos vienen esperando dormirse y que al despertarse les cuenten qué ha pasado. Están esperando tener una regresión al estilo Hollywood, con humito en el suelo, etc. y entonces se sienten bastante decepcionados. Y a veces un paciente que ha estado una hora, una hora y media completamente quieto, sin mover una pestaña y con otros signos que ustedes aprenderán a reconocer como de hipnosis profunda, como es el aplanamiento del rostro por la pérdida de tono de los músculos faciales, a veces, decía, abre los ojos y dice: *«No sé si estuve en hipnosis porque estuve despierto todo el tiempo»*

Brian Weiss dice por eso, en su libro «A través del tiempo»: *«La mayoría tiene un concepto equivocado de la hipnosis a causa*

de la manera en que la han representado la televisión, las películas y los espectáculos teatrales. Estar hipnotizado no es estar dormido. La conciencia sabe siempre lo que uno experimenta mientras está hipnotizado (...) La hipnosis no es un suero de la verdad. Durante la hipnosis tu mente está siempre despierta y observando. Es por eso que al estar profundamente hipnotizados y envueltos activamente en una secuencia de recuerdos de infancia o de una vida anterior, podemos responder a las preguntas del terapeuta, hablar en el idioma que utilizamos habitualmente, conocer los sitios geográficos que vemos y hasta conocer el año, que suele aparecer ante la vista interior o presentarse en la mente, sin más (...) Su mente actual está despierta observando y haciendo comentarios. Siempre puede comparar detalles y hechos con los de su vida actual. Es el observador de su película, su crítico y habitualmente también su estrella».

QUÉ ES LA HIPNOSIS CLÍNICA REPARADORA (HCR)

La HCR o HIPNOSIS CLÍNICA REPARADORA es un desarrollo personal que he hecho de ciertas aplicaciones terapéuticas de la hipnosis para el tratamiento y cura, en períodos breves, de enfermedades psicosomáticas, de fobias, pánico, angustias, depresiones, etc. y para la reparación de los traumas de la infancia. Pero esos temas los desarrollaré ampliamente en los cursos siguientes, de Segundo y Tercer Nivel.

Sugestión e hipnosis

Todos tenemos una idea bastante clara de qué es la sugestión. El diccionario dice que «es la acción de sugerir o sea de hacer entrar o despertar en el ánimo de uno una idea, pensamiento, actitud, etc. ya insinuándosela ya inspirándosela o haciéndole caer en ella».

Ahora bien, la Hipnosis es un estado alterado de conciencia que se logra a partir de sugestiones y uno de cuyos objetivos

principales es, a su vez, aumentar la sugestionabilidad del individuo. Podríamos decir que conforma con la sugestión un continuo y que a los efectos prácticos, hablar de sugestión y hablar de hipnosis es hablar de fenómenos similares aunque de distinta intensidad. No se pierdan en discusiones sobre si su paciente estuvo «hipnotizado» o solamente «sugestionado».

Si yo les dijera ahora que ustedes no pueden levantar su mano derecha, ustedes la levantarían y me preguntarían: «¿Cómo que no puedo levantar la mano?». Si en cambio ustedes estuvieran en hipnosis y yo les dijera que no pueden levantar su mano, en realidad podrían, pero... les costaría mucho hacerlo. Y eso sería sencillamente porque me creerían. Y esa credibilidad habría sido creada a partir de sugestiones y de predicciones verificadas. La hipnosis es «un montante de credibilidad». Pero ya lo verán mucho más claramente cuando aprendan a hacerlo, en un rato nomás.

ANTECEDENTES: UN POCO DE HISTORIA

Ya les dije que no me voy a dedicar a enseñarles teoría sobre la Hipnosis, pero hay algunas cosas sobre la misma que ustedes tienen que saber mínimamente si es que se van a dedicar a esto.

Si bien en un cierto sentido la hipnosis es una herramienta moderna cuyo desarrollo apenas comienza, es al mismo tiempo, el más antiguo de los recursos terapéuticos en uso. En efecto, en todas las culturas primitivas se usaba de una u otra manera a la hipnosis como un recurso fundamental. Piensen ustedes que el tam-tam de los tambores provoca trances hipnóticos, las danzas rituales también, etc.

Durante casi un siglo el hipnotismo fue conocido como «Mesmerismo», en homenaje a FRANZ ANTON MESMER (1734-1815). Mesmer fue un médico austriaco que desarrolló la teoría del Magnetismo animal, designando así al fluido magnético

que suponía emiten todos los seres humanos. Era un genio de la hipnosis, aunque en su caso era una hipnosis parecida a la que hoy se practica en los teatros: muy aparatosa. Él hacía sesiones colectivas y entraba en escena luego del tañido un gong, etc. La gente estaba tomada a sogas que estaban atadas a una gran cuba central de agua que había sido «magnetizada» por él.

Una anécdota famosa, que es muy importante no olvidar, es su relación con Teresa Paradis, una joven de 17 años que había quedado ciega a partir de un susto a los cuatro años. Como era hija de un funcionario de la corte, el emperador le había asignado una pensión vitalicia. Debido a que Mesmer logró curarla iba a retirársela. Entonces sus padres acusaron a Mesmer de tener relaciones sexuales con ella, hubo un serio altercado, el señor Paradis retó a duelo a Mesmer, la señora Paradis tuvo un ataque y Teresa volvió a quedar ciega. El emperador no le retiró la pensión y Mesmer debió irse a París, donde continuó trabajando por invitación del rey Luis XVI.

Muchas veces los síntomas otorgan un beneficio secundario que es muy importante y que ustedes deben considerar. Imaginen una señora que no puede quedar sola por ninguna razón y que luego de una o dos sesiones con ustedes tiene una mejoría y la hija le dice: «¡Ay mamá, qué suerte! ¡Así este fin de semana me puedo ir a pasear al campo!»... ¡Adiós! La paciente va a retroceder y quizás nunca vuelva a recuperarse porque acaba de descubrir que pierde el beneficio secundario de mantener como rehén a su hija.

El porcentaje de éxitos de Mesmer superaba largamente a los que obtenía la «ciencia oficial» y por eso se creó una comisión «científica» para estudiar los resultados del mesmerismo. Se encontraron con el hecho de que a veces personas que estaban sujetas a una cuerda que no estaba anudada a la cuba también se curaban y entonces, en lugar de reconocer el verdadero poder

sanador de la sugestión y la hipnosis, la descartaron bajo un dictamen de «Fe e imaginación», logrando así que el mesmerismo cayera en el descrédito.

En esta breve reseña histórica debemos mencionar al Marqués ARMAND DE PUYSEGUR (1751-1825) que fue un militar retirado, discípulo de Mesmer, que estudió a los sujetos muy susceptibles a la hipnosis y que describió a los trances profundos como «Sonambulismo artificial» o «Trance de sueño»; a JOHN ELLIOTSON (1791-1868) que fue un cirujano inglés que utilizó la hipnosis para practicar la cirugía sin dolor, siendo por eso expulsado del University College Hospital de Londres, fundando luego su propio hospital; y a JAMES ESDAILE (1808-1859), un cirujano escocés radicado en la India que realizó más de trescientas operaciones sin dolor con hipnosis. Finalmente la aparición de los primeros anestésicos químicos en 1844 y 1846 hizo que sus investigaciones no fueran continuadas.

Una mención especial merece JAMES BRAID (1795-1860), cirujano escocés de renombre que estudió los fenómenos del magnetismo animal y llegó a la conclusión de que el fenómeno podía obtenerse sin la intervención de fluidos magnéticos. Para desligarlo entonces del desacreditado nombre de «Mesmerismo» acuñó el término «Hipnotismo», del griego «Hypnos» que significa «Sueño». Más adelante, antes de morir, reconoció que el nombre era incorrecto, porque la hipnosis es un fenómeno distinto del sueño. Pero ya era tarde: el nombre se había impuesto y continúa hasta nuestros días.

El desarrollo de la hipnosis se dividió en Francia en dos escuelas: la de NANCY, creada por AMBROSE AUGUST LIÉBEAULT (1823-1904) e HIPPOLYTE MARIE BERNHEIM (1837-1919) y la de SALPETRIERE fundada por JEAN MARTIN CHARCOT (1825-1893). En Nancy se creía, como se acepta hoy, que la hipnosis es un estado natural y que los individuos normales, comunes, pue-

den ser hipnotizados. Charcot en cambio, que realizó los primeros estudios serios sobre la aplicación de la hipnosis en el tratamiento de la histeria, sostenía que la hipnosis es, en sí, un fenómeno histérico, producto de una estructura nerviosa anormal.

FREUD: UN CAPÍTULO APARTE

SIGMUND FREUD (1856-1939) estudió en ambas escuelas y desarrolló sus primeros estudios sobre la histeria conjuntamente con Charcot. O sea que Freud practicó la hipnosis, aunque según sus propias palabras no era un buen hipnotizador. Digamos en su descargo que en esa época solamente se intentaba provocar trances profundos semejantes a los de los espectáculos actuales y que una vez alcanzado el mismo, ese estado era utilizado para «ordenar» al paciente que cese en su síntoma. O sea que se jugaba una pulseada, una «vencida» contra el síntoma que se pretendía doblegar.

Freud fue uno de los primeros que utilizó a la hipnosis de una manera distinta, para estudiar el subconsciente. A partir de sus investigaciones y de conceptualizar a los síntomas como soluciones de compromiso frente a contradicciones internas, alertó sobre el peligro de «borrar» síntomas. En efecto, si el síntoma expresa una respuesta del organismo a un conflicto no resuelto, su supresión puede dar origen a otro síntoma de reemplazo aún peor. Esa crítica real, que corresponde a la manera en que se aplicaba la hipnosis en un período «pre-freudiano» por definición, es mantenida aún en la actualidad por muchos psicoanalistas que afirman: «Si ya Freud descartó la hipnosis hace casi un siglo ¿A qué insistir?» desconociendo que al igual que el resto de los recursos terapéuticos, también la hipnosis avanzó en este período. Es importante que ustedes conozcan esto, porque seguramente en algún momento su trabajo será descalificado con este argumento.

Freud reemplazó primeramente la hipnosis profunda por un mecanismo que hoy definiríamos también como «Hipnosis»: presionaba con un dedo la frente de su paciente y le indicaba que cuando él aflojara la presión retirando el dedo, la imagen solicitada iba a aparecer en la mente del sujeto como una brusca revelación.

Luego comenzó a utilizar en su reemplazo la asociación libre, el análisis de los sueños y de los actos fallidos y desarrolló el psicoanálisis.

Y esta creación suya fue tan fecunda que se extendió a todas las formas del saber, superando el estrecho mundo de los terapeutas para incorporarse al arte, a la cultura, al saber popular.

Fue necesario que el psicoanálisis se desarrollara cada vez más, casi hasta sus límites, para que el interés volviera a fijarse en la casi olvidada hipnosis, resignada por mucho tiempo a los espectáculos de circo. Y la hipnosis repitió así la historia de la galena, ese mineral de plomo que estuvo en los orígenes de la radiodifusión y que volvió casi un siglo después purificado y desarrollado en forma de transistor, luego del imponente desarrollo de la válvula de vacío con que avanzaron las comunicaciones durante más de cincuenta años.

LA SOFROLOGÍA

De la misma manera en que anteriormente J. BRAID había creado la palabra «Hipnosis» para diferenciarla del «Mesmerismo», en 1960, el psiquiatra colombiano PROF.A. CAYCEDO con desempeño en España, acuñó el término SOFROLOGÍA, a partir de la palabra griega «sophrosyne» que significa «Armonía mental», para diferenciar la práctica terapéutica del show teatral. En algunos países, por ejemplo la Argentina, esta denominación tuvo rápida aceptación y en la década del setenta y del ochenta, casi

todas las aplicaciones terapéuticas se fueron inclinando hacia ese nombre. Pero la gigantesca obra del psiquiatra norteamericano MILTON ERICKSON devolvió a la palabra Hipnosis la importancia que le corresponde. Existen todavía quienes denominan «Sofrosis» a sus prácticas y en su desarrollo histórico, esta disciplina ha incorporado algunos métodos no formales de inducción del trance, como los tam-tam de los tambores.

ERICKSON Y LA HIPNOSIS ERICKSONIANA

MILTON ERICKSON (1901-1980) revolucionó tanto el campo de la hipnosis como lo había hecho Freud con la psicología. Fue uno de esos genios adelantados en centurias a sus contemporáneos, que hacen dar un salto cualitativo a alguna de las ramas del saber, siendo luego difícil imaginar como hubiera sido sin él, el desarrollo de esa ciencia, tal como sucedió con Einstein en la física.

Nació en una pequeña granja de Nevada y se crió en una granja en Wiscosin. Se sobrepuso a infinidad de desventajas que hubieran anulado a casi cualquier mortal: era ciego para los colores rojo y verde, sordo para las notas musicales, no podía reconocer ni ejecutar ritmos musicales y era disléxico. Relataba como dos episodios de «Luz enceguedora» el momento en que aprendió a discriminar entre la letra «m» y el número «3» y cuando comprendió que el alfabeto es un sistema ordenado para encontrar palabras en el diccionario. A los 17 años sufrió un ataque casi fatal de poliomielitis. Antes del mismo había dado muestras de su carácter: En una ocasión observó a su padre que lidiaba con una vaca tratando de hacerla entrar a un corral y le dijo que él sabía como lograrlo. Planteado el desafío le indicó a su padre que él tirara de la vaca en dirección al corral mientras el niño comenzó a jalarla de la cola hacia atrás. La vaca se vio así sometida a dos fuerzas contrarias y solucionó el problema liberándose de la

fuerza menor o sea que se puso en marcha hacia delante desembarazándose de Milton.

Como debido a su enfermedad no podía ser granjero se decidió a estudiar medicina. Estudió Hipnosis en Wiscosin, pero la aplicó haciendo hincapié en las fuerzas y las motivaciones internas del paciente. Veía a la hipnosis como *un estado alterado de conciencia en que los individuos experimentan una atención interna pero más enfocada.*

A los 51 años tuvo su segundo ataque de poliomiélitis. Quedó inmobilizado en una silla de ruedas y debió aprender a escribir con la mano izquierda porque se le paralizó la derecha. Atendía en su propia casa y sus pacientes conocían a su familia y a sus perros.

No teorizó porque no quería cristalizar sus maneras de atender en fórmulas establecidas. Pero permitió que gran cantidad de profesionales asistiera a sus consultas. La Programación Neuro-lingüística (PNL) fue creada precisamente a partir de las observaciones de sus trabajos hechas por dos comunicadores: JOHN GRINDER y RICHARD BANDLER.

A partir del análisis de sus trabajos nació la HIPNOSIS ERICKSONIANA. En rigor, su obra fue tan trascendental que toda la hipnosis actual es, en menor o mayor medida, ericksoniana. Aunque quienes estudiaron y desarrollaron sus enseñanzas han conformado una disciplina así denominada, donde se hace mucho uso de la hipnosis no formal: anclajes de recursos, técnicas confusionales, etc., que iré mencionando a medida que corresponda.

En lo personal, si bien la mayoría de mis recursos y mis modelos de comprensión son ericksonianos, en cuanto a la inducción del trance soy mucho más formal: cuando yo hipnotizo siento a mi paciente en mi sillón y le digo que lo hipnotizo.

Les recomiendo efusivamente que lean cuanto puedan y se interesen en la vida y obra de Erickson. Por mi parte, seguramente lo mencionaré muchas veces.

EL PÉNDULO

Erickson reaprendió la coordinación muscular y cómo caminar observando a una hermana menor que estaba aprendiendo a hacerlo. Fue una aplicación práctica de su redescubrimiento del principio ideomotor descubierto por Berheim: la idea de movimiento puede conducir a la experiencia corporal del movimiento.

○ sea que **pensar** un movimiento puede llegar a **generarlo**.

Esto puede comprobarse con un experimento muy sencillo.

A ver, necesito un voluntario...

SCHAROVSKY: ¿Cómo es tu nombre?

ALUMNA: Mariel...

SCHAROVSKY: *(Le coloco en la mano derecha un cristal colgando de un hilo y me ubico enfrente de ella)* Ahora cierra tus ojos. Imagina que entre tú y yo hay dibujada en el aire una cruz: uno de sus ejes va de ti hacia mí y el otro va hacia los lados, hacia la izquierda y la derecha. Ahora quiero que, con tus ojos cerrados, pienses que el péndulo se mueve sobre uno de los dos ejes. No quiero que lo muevas, solo que lo pienses... Bien... Piensa que el péndulo comienza a oscilar, a oscilar más... y más... ¿Estás pensando que se mueve de tú hacia mí? *(En efecto el péndulo, al principio lentamente y luego más claramente ha comenzado a oscilar entre ella y yo).*

MARIEL: ¡Sí! *(Asombrada)*

SCHAROVSKY: Abre tus ojos... ¿Lo ves? Ahora repitamos la prueba, pero esta vez deja tus ojos abiertos. Quiero que esta vez pienses que el péndulo se mueve de lado a lado... Sólo piensa... *(El péndulo comienza a oscilar)* ¿Lo estás moviendo?

MARIEL: ¡No! ¡Se mueve solo!

SCHAROVSKY: Pueden repetir ustedes mismos la experiencia. Tomen uno de estos péndulos y piensen, solamente piensen un movimiento para él y verán con asombro como se produce sin su voluntad...

ALUMNO: Esto ¿Cómo afecta a aquellos que utilizan el péndulo para responder distintos interrogantes o para adivinar el futuro, para encontrar respuestas, etc.?

SCHAROVSKY: Esto no lo contradice. Casi es al contrario. Piénsenlo así: me presentan a una señora que encuentra respuestas a casi todo con ayuda de su péndulo. Entonces, luego, vuelvo en la oscuridad y le robo su péndulo. Y me voy feliz, porque ahora soy dueño del péndulo más inteligente de la ciudad y podré leer el porvenir yo también (*Risas*) ¿Suena ridículo? Claro... Porque el poder adivinatorio está en la persona y no en el péndulo. Si ella ha establecido que un movimiento circular quiere decir que «sí», por ejemplo y alguien le consulta algo y el cristal se mueve en forma circular... ¿De donde proviene el sí? ¿De la persona o del péndulo?

ALUMNOS: (*A coro*) ¡De la persona!

SCHAROVSKY: Así es. Algo en su interior le ha dicho que sí y tal como acabamos de ver, el péndulo se mueve diciendo que «sí» *porque la mano de la que pende piensa en el «sí»*. Hay otro caso similar a este y es el de las mujeres embarazadas. Hasta que aparecieron las ecografías que permiten conocer el sexo de los bebés por nacer, el método más popular para adivinarlo era ver como oscilaba un péndulo de la mano de la embarazada.

ALUMNO: Es verdad. Yo lo vi hacer muchas veces.

SCHAROVSKY: El porcentaje de aciertos que se lograba era mayor al cincuenta por ciento de aciertos que sería lo matemáticamente esperable. Y eso nos demuestra que, de alguna manera, muchas veces, las madres **saben** el sexo del bebe que portan.