

LA VENTAJA DE LA HIPNOSIS CLINICA

SUGESTOLOGIA, RELAJACION,
CURACIONES PSIQUICAS E
HIPNO-PSICOTERAPIA

Ernesto Hanquet

Director del Centro de Estudio
de Bioinformacion

En un sentido la historia de la hipnosis clínica, psicoterapia, sugestología, relajación, hipno-psicoterapia y curaciones psíquicas, puede concebirse tan larga como la propia existencia del ser humano.

Los doctores William Kroger, L. R. Wolberg, Weitzenhoffer, Lozanov, Hollander, Stokvis, E. Wiesehtutter y otros, son unos de los más destacados autores del momento en hipnosis clínica, sugestología y curaciones psíquicas, que se expresan en los siguientes términos: Todas las ciencias provienen de la magia y de la sugestión, pero ninguna abandonó tan lentamente los nefastos lazos de origen como la hipnosis. (En Estados Unidos hace ya 30 años y desde hace más de 20 en la Unión Soviética, la hipnosis clínica y la sugestología, están reconocidas en las facultades de medicina por su valor terapéutico y son utilizadas en el campo médico y psicológico).

Existen todavía muchos médicos, psicólogos y otros profesionales, en varios países, y en España más aún, que tienen prejuicios en la materia de hipnosis y de sugestología, pero todos ellos no tienen demasiada razón, porque no se pueden negar los magníficos resultados de curación que, dirigidos por un experto, se pueden conseguir con estas ciencias. Lo cierto es que sólo se puede criticar «algo» cuando se



es un experto en alguna materia determinada; pero desgraciadamente, por regla general, no es siempre así. Por eso, es necesario buscar objetivamente los límites e indicaciones científicas de semejantes fenómenos, para resguardar justamente su valor y carácter científico.

Puede decirse que durante la hipnosis —afirma el neurólogo Andrés Romero—, el organismo funciona a nivel emotivo, por lo que ésta misma puede conseguir, tanto en el campo psicológico como el fisiológico, todo cuanto obtendría la emoción del individuo.

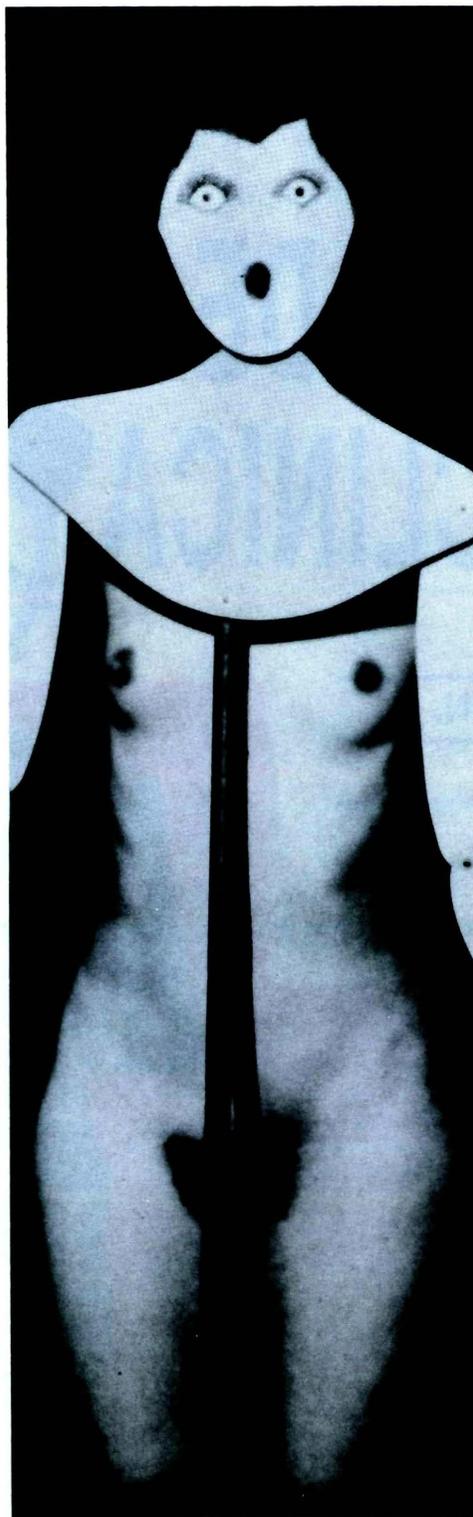
Una de las críticas expresadas con mayor frecuencia por los psiquiatras, neurólogos, médicos y psicólogos, es: «Nadie sabe cómo funciona». Tampoco se sabe, en explicación científicamente concreta, cómo funciona la electrochokterapia, un centenar de quimioterapias y, sin embargo, son de uso general.

Sabemos que el proceso hipnótico se funda en una relación interpersonal muy intensa entre el sujeto y el hipnólogo y que la respuesta es una experiencia intrapersonal de gran significación para el sujeto, conducente al establecimiento de convicciones específicas; es ni más ni menos, influir en los mensajes mentales (o químicos) de la conducta de las neuronas.

Los primeros investigadores modernos, que practicaban estas ciencias descuidaron el dinamismo de las mismas. Mesmer, por ejemplo, no advirtió la existencia de una aceptación por parte del paciente que catalizaba los procesos imaginativos, desatando de esta manera las fuerzas de recuperación inherentes a todos los individuos. No es de extrañar que resulte imposible explicar el efecto curativo de su «principio magnético». ¿No es posible que todavía muchos freudianos, así como psicoterapeutas analíticos hayan caído en la misma trampa y por razones similares?

Freud, en su celo e intransigencia científicos, indicó la necesidad de una mayor confirmación a la teoría psicoanalítica. Sin embargo, *probablemente por su defectuosa comprensión de la hipnosis* como experiencia fenomenológica objetiva, apreció que constituía una confirmación al menos parcial, de sus conceptos. En su búsqueda de la verdad consideró a la sugestión como «el núcleo de la hipnosis y la clave para su comprensión». Así, al igual que otros hipnólogos de este tiempo, negó que sus propios resultados terapéuticos fueran debidos a la sugestión, recurriendo para explicarlos a formulaciones de enorme complejidad. Debido a su comprensión errónea de la hipnosis, Freud la consideraba como centrada en el hipnólogo, y dejó de emplearla por razones injustas y no científicas.

Resulta de interés, más que pasajero, el hecho de que se haya producido, hoy en día, un giro completo al volante, desde el mesmerismo y/o la hipnosis al psicoanálisis y de vuelta a una forma más avanzada de hipnosis clínica. Si Freud hubiera conocido las técnicas modernas en lugar de las empleadas en su época, la remoción autoritaria de síntomas en estado de sonambulismo, habría comprendido seguramente la forma de actuar y reconocido el valor de la terapéutica hipnótica. Esto hubiera encajado indudablemente la brillantez de sus otros conceptos, base de las ciencias psicológicas modernas.



Freud, el padre de la libre asociación, no sabía que una persona en estado hipnótico, dirigido por un experto, psico-hipnólogo, puede tener más libre asociación que una persona en estado de vigilia: La mente consciente puede mentir, consciente o inconscientemente, y «olvidar»; por el contrario la mente subconsciente recuerda todo y es incapaz de mentir, dice lo que hay.

La sugestión desempeña un rol sobremano importante en nuestro desarrollo mental y en las relaciones con las demás personas que componen nuestro medio social y familiar. La vida está repleta de encuentros y choques con los demás individuos; es imposible evitarlos o dañarlo son debilitadas o transformadas, haciéndolas positivas, es decir, beneficiosas. Las

habilidades ocultas pueden ser puestas en actividad, las facultades existentes exaltadas a su posibilidad máxima, y, finalmente, es posible llevar a cabo tareas de las cuales antes el sujeto no era capaz. Este estado asemeja a aquel en que se hallan los hombres geniales en el instante de sus máximas creaciones, cuando están completamente abstraídos de las sensaciones externas y de sus propias reacciones físicas.

En este estado de concentración máxima, estado hipnótico, no llega ninguna sensación externa al cerebro, la actitud cerebral puede ser enfocada sobre funciones físicas y mentales para lograr extraordinarios resultados fisiológicos y curaciones psíquicas: resultados que llevan a las asombrosas, espontáneas y permanentes curaciones. Hay que recordar que en ocasiones sólo se utiliza la hipnosis clínica como recurso extremo, cuando todos los demás elementos han sido empleados sin ningún provecho, lo cual hace que las dificultades aumenten en grado sumo.

Entonces, el condicionamiento hipnótico dirigido por un experto psico-hipnólogo modifica o mejora condiciones orgánicas con un gran componente psicogénico; esto último ocurre, ya sea el efecto psicogénico el causante de la enfermedad o resultado él mismo de una enfermedad orgánica. Cada caso es diferente debido a las peculiaridades individuales de las respuestas adaptativas humanas, condicionado como se halla cada individuo, en forma personal, por la complejidad de las experiencias vitales. Por ello, siempre se deberá obtener una narración detallada de la vida pasada y presente del paciente (historial clínico, educativo y familiar), para conocer el grado de implicación emocional, las condiciones bajo las cuales se desarrollan los procesos patofisiológicos y las debilidades y potencia de la personalidad. Esto ayuda a determinar el grado de apoyo emocional que motivará más ventajosamente al paciente durante las fases iniciales de la terapia, cuando el proceso es imperceptible.

La hipnoterapia debe usarse en casos cuidadosamente evaluados, después de haberlos pasado por el cedazo de un examen físico y psicológico completo, para establecer un diagnóstico y conocer la terapia adecuada para cada caso clínico. Sin embargo, no es panacea para todos los males de la humanidad. Lo que no se percibe generalmente, es que el condicionamiento hipnótico constituye una propiedad del comportamiento natural, inherente presente en el hombre. Un enfoque como éste ayuda también a la estructuración de las metas terapéuticas.

escapar de su influencia. Nos hallamos constantemente recibiendo sugestiones e induciéndolas en otros individuos, a pesar de no ser siempre conscientes del poder que de esta manera ejercemos.

En la vida diaria las operaciones mentales son efectuadas sin consciencia de las mismas; o al menos, sin plena consciencia por parte del individuo; de manera similar con la ayuda del proceso hipnótico es posible traer los procesos y contenido del subconsciente a la actividad consciente y utilizarlos para propósitos prácticos. Aquellas de las cualidades que pueden ser aprovechadas en beneficio del sujeto lo son en forma amplia; las que pueden perjudicarlo o

El tratamiento hipnótico es particularmente exitoso en los trastornos de carácter moral o mental, así como en los de índole nerviosa. Se puede asimismo influir sobre la enfermedad orgánica, «incurable», como puede ser el cáncer, permitiendo al paciente suprimir dolores y conciliar el sueño.

La hipnosis clínica puede y debe ser utilizada por todos los grupos profesionales, médicos, psicoterapeutas, sociólogos, sociopedagogos y educadores, que en su trabajo tropiezan con problemas de tipo psicológico, psicósomático y educativo, con el propósito expreso de ayudar a las demás personas.

El hipnoanálisis acelera generalmente el

curso de la terapéutica, en particular en aquellos que se encuentran en un estado de bloqueo mental emocional; la exageración de la atención y cooperación les permite expresarse subjetivamente (libre asociación durante el trance) con mayor libertad sobre sus problemas personales. Como resultado la mayor autoobjetividad presente les provee de nuevas ideas y mejor comprensión de la naturaleza de sus propios síntomas. Cuando resulta indicado, en sujetos seleccionados previamente, las sugerencias post-hipnóticas pueden suprimirse o «amordazar» temporalmente un síntoma enfermizo hasta que el paciente comprenda la desorbitación de su necesidad de tal síntoma y se

halle listo para abandonarlo, de tal manera que ha cesado la causa del trastorno patológico.

La autohipnosis puede ser empleada también para la autoexploración: Cuando el síntoma es destruido por el paciente más que por el hipnólogo, esto llevará a un *resultado más duradero*. En sujetos accesibles, la creación artificial, por medios hipnóticos de conflictos, ayuda a menudo a los individuos refractarios a reconocer el «cómo», y «porqué» de sus perturbaciones emocionales. Una vez obtenido este conocimiento, las sugerencias post-hipnóticas pueden ser usadas para canalizar las urgencias negativas producidas por el complejo sintomático, en procesos más constructivos. Con frecuencia resultan más útiles a este respecto los «trueques por interior» o la sustitución de síntomas por otros más favorables.

Otra ventaja especial del condicionamiento hipnótico estriba en el firme rapport establecido que «apega» al paciente ansioso a su terapia, durante las fases iniciales de cualquier relación psicoterapéutica. Es en este momento crucial cuando la mayor parte de los pacientes, emocionalmente perturbados, a través de alguna racionalización, pueden provocar el fracaso del hipnólogo al suspender prematuramente el tratamiento, pero un experto tendrá la facultad de poder prevenir esta posibilidad, con el resultado de poder eliminar sus tramas de comportamiento neurótico o tensiones o sentimientos de culpa.

Es muy importante recordar que de ninguna manera, bajo ninguna circunstancia puede obligarse a nadie, por métodos hipnóticos, a ejecutar acciones contrarias a su voluntad, o a las que se halle por naturaleza predipuesto. Tampoco se priva al sujeto de su voluntad, sino que cambia progresivamente una tendencia antisocial o dañosa, por otra de características totalmente opuestas, beneficiosas, al sujeto y a la sociedad en cuyo seno actúa. Por supuesto, no puede negarse la posibilidad de un abuso de la hipnosis clínica, como cualquier otra actividad humana: Todo es posible para el individuo escrupuloso. Lo cierto es que la hipnosis en sí no es peligrosa, todo depende de quien utilice este valioso instrumento terapéutico.

CONCLUSION

En resumen, es muy importante que el neófito sepa y comprenda, en todos los sentidos, que la hipnosis en sí no cura, es durante el estado hipnótico cuando se puede influir en los procesos psíquicos y en el soma del ser humano.

La hipnosis clínica, la hipnoterapia profunda es la «medicina psíquica» y será el futuro de la misma.

El conocimiento de la hipnosis en su amplitud no debe ser exclusivo de la medicina, sino que también deben poseerlo los psicólogos clínicos, sociólogos, profesores y pedagogos, todos ellos capaces de utilizar los valiosos conocimientos que adquieren en su trabajo, con el fin de ayudar al prójimo. Con el objetivo de crear un mundo más saludable, tanto mental, como física e intelectualmente.

