



ORÍGENES DE LAS TÉCNICAS HIPNÓTICAS

La hipnosis es un estado normal, psicológico, alterado de la conciencia, similar, pero no igual a estar despierto, similar pero no igual a estar dormido.

William Brian Jr.

Los estados alterados de conciencia, que en la actualidad se denominan por el término hipnosis, son fenómenos normales y su utilización se puede remontar a los tiempos remotos de la antigüedad y se utilizaban principalmente en las prácticas religiosas o curativas. Los chamanes y los hombres medicina eran los que generalmente utilizaban estas técnicas para curar o para obtener mensajes beneficiosos para la población.

Mundo griego

En la Antigua Grecia, un Asclepeion era un templo curativo, consagrado al dios Asclepeio. Este se aparecía a menudo en sueños realizando operaciones simbólicas y

el soñador despertaba sanado o habiendo recibido el mensaje que necesitaba. Su culto llegó a ser tan popular que numerosos peregrinos acudían para someterse a esta experiencia y obtener ayuda o ser curados.

En los templos del sueño, el enfermo realizaba rituales y ofrecía incienso, música y cantos para invocar la protección divina, se recluía en los santuarios construidos especialmente para esos fines sagrados y dormía en un recinto llamado gimnasio. A través del ayuno y la utilización de serpientes incubaban ensoñaciones e imágenes cuyos símbolos les ayudaban a encontrar sus objetivos, principalmente para recuperar la salud.

Se han encontrado vestigios arqueológicos de más de 420 templos edificadas con ese propósito. Allí los enfermos iban a formular consultas sobre sus problemas y se practicaba la incubación, previamente descrita.

Roma

Para los romanos, Asclepio se transformó en el dios Esculapio. Fue importado en el siglo III a. C. desde Epidaurio, a raíz de otra epidemia de peste que hubo en el año 293 a. C. En el año 281 a. C. se levantó su santuario en la isla Tiberina. Esta isla, situada en el río Tíber, estuvo desde muy antiguo asociada con el arte de la curación. En la época actual se conserva en ella un famoso hospital del siglo XVI.



La importancia de los sueños estuvo reconocida en Roma, y su interpretación era un servicio del Estado. El Senado se reunía cuando consideraba oportuno escuchar el sueño de alguno de sus miembros y por este medio se ayudaba a la comunidad.

Islam

En el mundo islámico, los sueños se utilizaban con fines predictivos del futuro y era utilizado con finalidades religiosas. Mahoma narra en el libro sagrado del Corán como el arcángel San Gabriel se le apareció en sueños para dictarles las normas de vida que deben ser seguidas para vivir adecuadamente.

Cristianismo

Inicialmente los santos y mártires cristianos utilizaron el uso de los sueños con fines religiosos, pero con el tiempo la Iglesia consideró todo lo relacionado con el mundo onírico, como malévolo y cercano a la brujería. La ciencia colaboró con esta tendencia, diciendo que nada de lo que aparece en sueños se puede probar y por lo tanto puede ser superstición. A partir de la Edad Media, el término trance empezó a estar condenado, por lo que los que los inducían eran considerados como practicantes de la brujería y los que entraban en ese estado como endemoniados.

Sociedades nativas

En las sociedades primitivas que en la actualidad conservan parte de sus costumbres y tradiciones, sin importar el lugar de planeta donde se hallen, el mundo de las visiones tiene una gran importancia.

En Siberia, por ejemplo, los sueños iniciáticos están regulados por pautas culturales definidas y contienen una estructura mágica y espiritual.

Carmen Arnau ha estudiado en sus expediciones que “el chamanismo siberiano es un interesante fenómeno que ha logrado mantenerse a lo largo de los siglos, especialmente en los lugares más recónditos de Siberia. Sintetizando mucho, podríamos decir que es una técnica que tienen algunos individuos “elegidos” de acceder a una información que les permite ayudar a quien se lo pida, a través de un estado modificado de la conciencia al que llegan al compás de su tambor, sus cantos y letanías en torno al fuego (sin ayuda de ninguna sustancia). Los chamanes cuentan con uno o varios espíritus protectores que les orientan. La función principal de los chamanes es la sanación”.

Para los habitantes originales de Australia, y de Oceanía incluyendo Rapa Nui el sueño y las visiones son algo trascendental, cuya importancia la podemos constatar en sus rituales.



Los grupos nativo americanos son otro caso ejemplar. Y muchas personas encuentran en sus sueños el alivio a su angustia o inquietud.

Para acceder al título de chamán, depende del pueblo al que se pertenezca, se puede producir por herencia, por visiones, por rituales o por medio de sueños iniciáticos en los que están presentes la simbología de muerte y renacimiento.

Como decíamos antes, todas estas prácticas descritas, se desprestigiaron en épocas cristianas tempranas, siendo el origen de graves acusaciones de brujería y magia negra para los que las practicaban y para las personas que se sometían a trance. Todo ello implicó denuncias, persecuciones y a menudo durísimos castigos.

Esta actitud prevaleció durante siglos en las culturas occidentales y los denunciados fueron castigados a tan duramente que ante esta situación la utilización de estas técnicas desvió su uso al mundo del espectáculo y del curanderismo. Posiblemente gracias a ello, estas prácticas han sobrevivido en el mundo occidental.

Era Moderna

El comienzo de la era moderna de la hipnosis se puede datar en la época de Franz Mesmer (1734-1815), médico austríaco que trabajaba en Francia. Era común en todos los físicos de la época pensar que los cuerpos celestes

emiten un fluido magnético que llega a la gente en la tierra y que cualquier interferencia en la recepción de este fluido es lo que causa la enfermedad. Mesmer amplió esas ideas y enunció la hipótesis de que el “fluido cósmico” podía ser atraído y almacenado en objetos magnéticos, como imanes, y que después podían ser utilizados para restaurar estos fluidos en los pacientes y así curarlos. Con estos fines utilizaba unas barritas magnéticas con las que a través de pases y toques conseguía el reequilibrio y restauración del flujo de energía en los pacientes, este proceso recibió el nombre de mesmerismo.

Posteriormente Mesmer desechó los imanes y se utilizó el mismo como conducto para transmitir a través de toques esa fuerza curativa vital que llamó “magnetismo animal.” Más tarde, también encontró que los toques al paciente no eran cruciales y que se podía inducir a una persona mesmerizada solamente con directrices verbales.

Las técnicas de Mesmer alcanzaron gran auge, incluso fue llamado a consulta por la reina María Antonieta y por Luis XVI. Por la consulta de Mesmer pasaban diariamente unas doscientas personas.

En 1784, los científicos de la Academia de Ciencias y la Facultad de Medicina de París designaron una comisión, para investigar las prácticas de Mesmer y sus discípulos. La comisión incluía a Antoine Lavoisier y Benjamin Franklin, que era por entonces embajador de los EEUU en Francia. Después de muchos estudios dictaminaron en sus informes que, aunque había habido curaciones, no



existía el fluido magnético y que las “curaciones” eran el resultado de utilizar el entusiasmo y una “gran imaginación”. Mesmer fue desacreditado y la investigación de sus técnicas fue descuidada como materia de investigación objetiva y usualmente relegadas al ámbito del misticismo o de la charlatanería.

A pesar de todo, Armand de Puységur, uno de los pupilos de Mesmer, continuó su trabajo y encontró que tan sólo con los mandatos verbales se podían producir resultados positivos.

En 1830, en Londres el físico John Elliotson (1791-1868) presentó un informe de más de 1.800 operaciones quirúrgicas realizadas sin dolor usando un procedimiento similar al mesmerismo.

También el cirujano escocés, James Esdaile (1808-1859), que trabajaba en la India, realizó más de 3.000 operaciones, incluyendo amputaciones, extirpación de tumores y de cataratas. Fueron operaciones graves en las que usó el mesmerismo o lo que él llamó el sueño mesmérico.

En 1841, James Braid, un inglés médico, escritor y oftalmólogo era tan escéptico con las teorías mesméricas que asistió a una demostración pública de Charles Lafontaine con la intención de denunciarlas como una falsificación y charlatanería, pero resultó que se convenció de la veracidad del estado de trance de la muchacha que había sido mesmerizada y, muy interesado por el tema y

convencido de que podría descubrir la clave que explicara el fenómeno, comenzó un estudio científico sobre el mesmerismo. Como resultado rechazó la existencia del fluido magnético de Mesmer y observó que concentrándose en un único foco de atención los pacientes eran susceptibles a las sugerencias verbales. Para diferenciar su teoría sobre fijación de la atención, de la teoría de Mesmer que postulaba el magnetismo animal, Braid acuñó el término hipnosis que proviene del griego hypnos y significa sueño más adelante advirtió que los pacientes estaban en un estado realmente muy alerta e intentó cambiar el término hipnosis por el de monoideismo, aunque este último término nunca logró afianzarse, ya que el vocablo hipnosis se había consolidado.

Todo esto ocurría antes de que se descubrieran las drogas modernas para el tratamiento del dolor y la anestesia. No es de extrañar que la hipnosis fuera abrazada entre la comunidad médica como anestesia válida para la cirugía y tratamiento del dolor. En 1848 se creó en Calcuta un hospital mesmérico dirigido por Esdaile,

Esdaile es considerado por muchos como el pionero del uso de la hipnosis como anestesia quirúrgica en una época inmediatamente anterior al descubrimiento del cloroformo en 1847. El descubrimiento de la anestesia química fue la causa de que el uso de la hipnosis disminuyera otra vez, pero continuó jugando un papel importante en tiempos de guerra cuando en alguno de los bandos se agotaban los anestésicos, así como para tratar la fatiga de guerra o el shock del bombardeo.



En 1880, Jean Martin Charcot, neurólogo francés, fundó la escuela de neurología del Hospital de la Salpêtrière, donde usaba la hipnosis en tratamientos de psicopatología histérica.

Muchos científicos investigaron el fenómeno de la hipnosis y Sigmund Freud visitó la Salpêtrière y comenzó a usar la hipnosis para ayudar a sus pacientes. Pensó que podía ser un método poderoso para extraer el material oculto de la mente de los hombres. Más adelante Freud se sintió algo frustrado cuando algunos de sus pacientes se resistían a abrirse bajo hipnosis y comenzó a utilizar técnicas más activas, colocaba sus manos sobre la cabeza de los pacientes y enérgicamente ordenaba "a través de la presión de mis manos tu recuerdo vendrá a tu mente".

Poco después introdujo su famosa técnica psicoanalítica del sofá, donde le pedía al paciente que se tumbara, se relajara y libremente asociara sus problemas. De esta manera nació la era del psicoanálisis.

A pesar del rechazo inicial de Freud hacia la hipnosis como método terapéutico eficaz, más adelante modificó esta opinión después de que una vez finalizada la Primera Guerra Mundial, él mismo experimentó su utilidad en el tratamiento de la neurosis de guerra en los soldados afectados. Pero su rechazo inicial fue un obstáculo que impidió que creciera el interés por la hipnosis en el mundo científico y médico.

Jung, discípulo de Freud, en un principio colaboró con él y posteriormente discrepó de sus teorías. Con su profundo interés por el ser humano, descubrió que los sueños reflejan la totalidad de la psiquis. Entre sus inquietudes para encontrar respuestas, figuran entre las más destacadas, su interés por las religiones comparadas, e investigaciones sobre rituales de los pueblos primitivos.

También hubo dos excepciones un par de franceses, Pierre Janet, un conocido neurólogo y psicólogo y Émile Coué, psicólogo y farmacólogo, que en 1913 fundó la Sociedad de Psicología Aplicada de Lorraine. Janet se opuso originalmente el uso de la hipnosis, pero se hizo rápidamente uno de sus mayores defensores después de que descubriera sus efectos y utilidad relajando y promoviendo la curación. Postuló la existencia de múltiples capas de conciencia que esconden contenidos subyacentes que se manifiestan a través de síntomas patológicos.

Podríamos afirmar que Coué fue el creador de la autosugestión. Propuso que para que la autosugestión fluyera de la mente, uno tenía que alimentarla primero repitiendo imágenes o autosugestiones para la mente subconsciente y después la mente condicionada es capaz de producir un comando autogenerado, cuando la situación lo requiera. Su muy célebre mantra, "día tras día, en todos los aspectos, me va mejor y mejor" es conocido como Couéismo



El interés por la hipnosis médica contemporánea puede atribuírsele al gran trabajo del psiquiatra y psicólogo Dr. Milton Erickson (1901-1980). Es considerado el padre de la hipnosis contemporánea y utilizaba métodos para desviar la mente consciente a través de sugerencias indirectas, metáforas, anécdotas, confusión, lazos terapéuticos, etc. El trabajo de Erickson en unión con los de Satir y Perls, fuertemente influenciado por Bandler y Grinder constituye la fundación de la Programación Neurolingüística (PNL).

El uso de la hipnosis en el campo de la medicina ha sido aprobado por la Asociación Médica Británica desde 1955 y por el Consejo Médico de la Asociación de Salud Mental Americana desde 1958 que recomienda incluir el estudio de la hipnosis en el currículo de las escuelas de medicina y la considera una herramienta valiosa.

Finalmente hemos de nombrar a Brian L. Weiss, graduado en las universidades de Columbia y Yale, trabajó como profesor en la Universidad de Miami. Director honorario del área de psiquiatría del Hospital Mount Sinai de Miami Beach, este célebre autor narra en varios libros relacionados con la reencarnación y la utilización de los estados hipnóticos en sus tratamientos psiquiátricos, convirtiéndose de esta manera en el máximo referente de la Terapia Regresiva en la actualidad. Sus tesis han generado polémicas en la comunidad científica, pero a pesar de ello Brian Weiss se atrevió a exponerlas y a juicio de quien escribe este estudio, todos los que utilizamos la Terapia Regresiva debemos estarle muy agradecidos por

la gran valentía demostrada y como ello ha significado el comienzo de una apertura general a la idea de la reencarnación y a unas técnicas, realmente rápidas para conseguir la solución de problemas, considerados a veces como insolubles.