

**concierto  
para cuatro cerebros  
en psicoterapia**

quince años después

serie técnicas



TERESA ROBLES

concierto  
para cuatro cerebros  
en psicoterapia

quince años después



**ALOM EDITORES**

Cuarta edición, noviembre 2016, Ciudad de México.  
Octava reimpresión, noviembre 2015, Ciudad de México.  
Séptima reimpresión, junio 2014, Ciudad de México.  
Sexta reimpresión, 2013, Ciudad de México.  
Quinta reimpresión, 2010, Ciudad de México.  
Cuarta reimpresión, 2007, Ciudad de México.  
Tercera edición, 2005, Ciudad de México.

D.R. © Teresa Robles; 1990

diseño de la colección y portada: Carmen Ramírez Hernández

D.R. ©Alom Editores, S.A. de C.V.

José Ma. Velasco N° 72-402

Tels.: 8500-6161

8500-6767

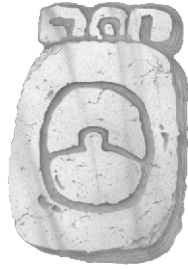
[alom@grupocem.edu.mx](mailto:alom@grupocem.edu.mx)

[www.hipnosis.com.mx](http://www.hipnosis.com.mx)

**ISBN 968-6513-00-0**

Queda rigurosamente prohibida, sin autorización de los titulares del copyright, bajo las sanciones establecidas por las Leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía, el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares de la misma mediante alquiler o préstamo públicos.

Impreso en la Ciudad de México



El logotipo del Centro Ericksoniano de México es un glifo del Calendario Sagrado Maya o Tzolkin.

Se llama CIMI, el *Enlazador de Mundos* y representa un puente. Es también el glifo del cambio. Queremos enlazar la Ciencia y la Espiritualidad, la Investigación y el Trabajo Clínico, los distintos tipos de Medicinas y técnicas de Sanación, el Conocimiento y el Servicio, la Razón, el Cuerpo y la Emoción, el Afuera y el Adentro, sirviendo de puente entre el pasado, el presente y el futuro de las personas que nos consultan, sirviendo de enlace entre las personas, familias y grupos que llegan a nosotros.

Al adoptar como logo este símbolo sagrado, formalmente nos ofrecemos como canales para realizar, desde nuestro lugar y en la medida que nos corresponda, este enlace, trabajando como un equipo que colabora, participa y crece en conjunto.



ADVERTENCIA: Las técnicas que aquí se presentan son muy fáciles de aprender y de usar, sin embargo, **solamente deberán ser utilizadas por especialistas y en un contexto terapéutico**, porque: “aprender a inducir un trance es igual que aprender a inyectar”. Cualquiera es capaz de hacerlo, pero para saber qué se inyecta es necesario el conocimiento médico. Y se puede enfermar o matar a alguien con una inyección”.



## ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS .....	15
CONCIERTO PARA CUATRO CEREBROS, QUINCE AÑOS DESPUÉS... Prólogo a la tercera edición. Teresa Robles .....	17
PRÓLOGO A LAS EDICIONES ANTERIORES Daniel Araoz .....	29
INTRODUCCIÓN .....	33
ANTECEDENTES .....	41

### PRIMERA PARTE

#### CÓMO SE CONSTRUYE LA REALIDAD

1. LA REALIDAD ¿SE CONOCE O SE CONSTRUYE? .....	47
2. EL CEREBRO. Marcelo Álvarez .....	53
Un poco de historia .....	51
¿Cómo entonces se estudia al cerebro y sus funciones? .....	54
Conociendo al cerebro: una forma de empezar .....	55
¿Y para qué dos cerebros? .....	57
¿Cuáles son las destrezas o talentos especiales de cada uno de los hemisferios? .....	58
Algunas de las características diferenciales de los dos cerebros .....	60

¿Cuántas otras destrezas o talentos especiales son características del hemisferio derecho? .....	61
¿Y qué hay del hemisferio izquierdo? .....	62
Y, aquí no acaba la historia .....	63
Los nuevos modelos .....	64
¿Y dónde se encuentra esa información? .....	65
¿Y qué hay del observador? .....	66
El modelo holográfico .....	67
¿Cuáles son las formas de llegar a estos estados diversos de consciencia? .....	71

## SEGUNDA PARTE

### CÓMO SE RE-CONSTRUYE LA REALIDAD

1. BUSCANDO CAMINOS CON CORAZÓN .....	75
2. EL INICIO DEL CAMINO. Métodos de inducción de trance .....	93
Crear o revivir una escena placentera .....	94
Inducción a través de la percepción de sensaciones .....	96
Inducción a partir de la percepción de un afecto o de un dolor .....	98
Inducción a partir de la utilización de metáforas .....	99
Inducción a través de la disociación .....	102
Inducción para entrenar en autohipnosis .....	104
3. CÓMO SE MANTIENEN LA DIRECCIÓN Y EL CAMINO. Las técnicas para sugerir .....	107
4. DESATANDO NUDOS, HACIENDO CAMINO AL ANDAR O TRAZANDO ESTELAS EN LA MAR. Diferentes técnicas para reconstruir la realidad .....	119
DESATANDO NUDOS. Recuperación de aprendizajes y recursos internos .....	119

HACIENDO CAMINO AL ANDAR, CAMINOS QUE PODEMOS VOLVER A CAMINAR .....	125
Reconstrucción de situaciones desagradables .....	125
Reconstrucción de la historia .....	126
Reconstrucción de sueños .....	136
HACIENDO CAMINO AL ANDAR... CAMINOS QUE QUEDAN ATRÁS... QUE NO SE HAN DE VOLVER A PISAR .....	141
TRAZANDO ESTELAS EN LA MAR... El trabajo con símbolos .....	147
RECORRIENDO CAMINOS UNIVERSALES... El trabajo con metáforas .....	155
HACIENDO CAMINO AL ANDAR... CAMINOS CON CORAZÓN .....	160
5. DESATANDO NUDOS, HACIENDO CAMINO AL ANDAR Y ESTELAS EN LA MAR, EN EL CASO DE SHARON .....	167



Quisiera agradecer de manera muy especial:

— A mis raíces, entre las que está mi familia de origen, padres y hermanos, y que a veces siento mucho más profundas de lo que parecen.

— A Roberto, que un día paró en seco mi hiperactividad, me tiró al pasto y me enseñó a disfrutar ver pasar las nubes.

— A Andrés, Cecilia y Daniel que con sus sonrisas, sus juegos y el simple hecho de crecer junto a mí, me llenaron de amor y dieron rienda suelta a mi imaginación. Me da un gusto enorme que Cecilia esté colaborando con nosotros y apoyándonos desde su lugar.

— A Rodolfo, Fernanda y Elena que se sumaron después y me dieron, hasta ahora, ocho nietos maravillosos: Rodolfo, Ana Ceci, Renata, Roberto, Aranza, Sofía, Martín y el bebé que está por llegar.

— A mi segunda familia: suegros, cuñados y sobrinos, siempre llenos de vida, de colores, de luz; siempre cercanos y apoyando.

— A Jorge, que escribió un capítulo en la primera edición, y recorrió conmigo un buen tramo del camino.

— A Marcelo, que escribió el nuevo capítulo sobre el cerebro.

— A Anita, que al ocuparse durante 30 años de los detalles prácticos y cotidianos, me permitió darme el gusto de estudiar y escribir durante largas noches y días, sin preocupaciones.

— A todos mis pacientes, alumnos y amigos que me han abierto las puertas de su mundo interior permitiéndome sentir y crecer junto con ellos.

— A Agustín Monsreal, que recorrió conmigo paso a paso el camino de la redacción de este libro, siempre animándome con su interés y su aprobación y que, sobre todo, me dio permiso de escribir como se me diera la gana.

— A mis primos Luz del Carmen y Bernardo Ledesma, quienes hace quince años, cuando estaba terminando de escribir este libro, formaron con Jorge Abia y conmigo la editorial.

— A todos mis queridos colaboradores en el Centro, que tienen la camiseta grabada y están siempre dispuestos a hacer realidad cualquier locura que me pase por la cabeza, como crear dieciocho cursos on-line en un mes, revisar y corregir un libro en dos días, hacer un proyecto en una noche, sacar adelante una revista durante

un año, de la nada. Nunca acabaré de agradecerles que estén aquí, en este lugar, en esta vida, colaborando, soñando. En orden alfabético son: Alejandra, Alejandro, Arturo, Beatriz, Bichis, Carmen, Cécile, Eduardo, Evangelina, Fernando, José Neif, Juanita, Lalo, Lizett, Magdalena, Malú, Mágina, Margarita, Mercedes, Miguel Ángel, Naty, Paula, Rosa María, Rocío, Rosie, Rosy, Saúl, Socorro, Zaira.

— A todos los terapeutas de Yo Soy Creciendo, que han ofrecido innumerables horas de trabajo voluntario apoyando a personas de pocos recursos.

— A nuestros nuevos capacitadores que están integrándose como equipo con gran entusiasmo.

— Y, por supuesto, a todos los que han pasado por aquí dejando su granito de arena...

## CONCIERTO PARA CUATRO CEREBROS, QUINCE AÑOS DESPUÉS...

Prólogo a la tercera edición

Quince años después, lector, lectora, alumno, alumna, colega, ¿qué hay de nuevo? Me parece que mi pensamiento se ha vuelto más flexible y juguetón y mi forma de trabajar, más simple. Sin embargo, lo esencial de mi propuesta de trabajo permanece.

Quince años después, he disfrutado mucho releer este libro, redescubriendo técnicas y verbalizaciones olvidadas que he vuelto a utilizar.

El texto me gustó tal cual está. Decidí que no valía la pena tratar de modificarlo para “actualizarlo” porque es fluido, coherente y sigue ofreciéndonos una forma de hacer psicoterapia muy útil y eficaz. La misma, en esencia. Simplifiqué y actualicé la bibliografía, haciendo referencia a publicaciones más más recientes, cambié algunas afirmaciones drásticas por frases en lenguaje tentativo, pulí un poco la puntuación.

Solamente cambié una técnica: la Abreacción Silenciosa, tomada de Edelstein porque, como veremos al hablar de la Física Cuántica, tal parece que lo que imaginamos es una realidad e influye sobre la materia y las personas implicadas. Sustituí esta técnica por el ejercicio para *quedar en paz con los demás*, que utilizo actualmente. Pedí al Dr. Marcelo Álvarez, querido amigo y colaborador, que escribiera el capítulo sobre “El cerebro”, a partir de los nuevos paradigmas de la neurología, congruentes con mis nuevos marcos de referencia y que sustituye al de Jorge Abia que aparecía en las ediciones anteriores.

Durante la lectura, me llamó la atención, que en ese tiempo miraba al paciente y mis intervenciones casi exclusivamente desde los lentes de la teoría psicoanalítica. Quiero comentarte lector,

lectora, que cada vez utilizo menos conceptos de esta teoría y mis lentes se han diversificado. Por fin, he logrado integrar mi formación como antropóloga a mi forma de hacer psicoterapia ericksoniana. Estoy incursionando en el campo de la Etología (estudio de la conducta instintiva) humana y fascinada al darme cuenta de cómo los nuevos paradigmas de la ciencia, expresados en la Física Cuántica, son útiles para entender qué sucede cuando trabajamos con estados amplificadas de consciencia (como es el trance hipnótico natural), y nos abren caminos y estrategias para utilizar en la psicoterapia<sup>1</sup>.

En realidad, este capítulo fue idea e iba a ser escrito por un queridísimo amigo que, por motivos de salud, no pudo hacerlo y ya que me toca hacerlo a mí, me gustaría expresarte mis ideas, lector, lectora, de la manera siguiente:

1. Comentarte primero mis principales cambios en la técnica durante los últimos quince años y en qué publicaciones puedes leer más sobre ellos.
2. Compartirte después las aportaciones de nuestros nuevos marcos de referencia.

## **Los cambios en la técnica**

### **1. Mecanismos de protección**

La idea de usar mecanismos para proteger el trance, surgió de constatar que en muchos seminarios y congresos a los que asistía, las grandes figuras de la hipnosis hacían demostraciones o inducciones de trance para mostrar sus técnicas y, al acabar su exposición, se iban y yo me encontraba entre los asistentes a varias personas que se sentían mal porque al observar la demostración habían entrado en trance, y ya ahí, aparecían nudos apretados de su mundo interno que estaban pendientes de resolver y su proceso quedaba a la mitad. Permanecía un rato ayudándolos a terminar el trabajo que habían iniciado y a sentirse bien. A partir de estas situaciones, me surgió la inquietud de proteger el proceso durante el trance para asegurarme que la persona llegara a buen puerto, es decir, terminara sintiéndose mejor de como había empezado y así continuara después de la sesión.

Actualmente utilizo para esto tres mecanismos de protección: la respiración<sup>2</sup> como mecanismo de cambio, palabras “protectoras”<sup>3</sup> entremezcladas<sup>4</sup> y la propuesta de una Sabiduría Universal que toma en sus manos el trabajo.

Muy poco tiempo después de publicado *Concierto para cuatro cerebros en psicoterapia*, me di cuenta de que el hecho de utilizar la respiración como EL MECANISMO de cambio, era ya una protección, porque la respiración es un mecanismo saludable por definición y que continúa con la persona todo el tiempo, es decir, continúa realizando el proceso de cambio todo el tiempo que sea necesario, automáticamente.

Empecé también a hacer como primer ejercicio un trance en el que sugiero que la respiración llega a todas las partes de la persona comunicándolas, limpiando en cada una lo que hay que limpiar, sanando lo que hay que sanar, acomodando lo que hay que acomodar, digiriendo emociones atoradas. Así, de manera indirecta, la respiración empieza a trabajar puntos clave y universales: la comunicación entre las distintas partes de la persona, sanar heridas, digerir emociones, elaborar situaciones pendientes, facilitando el trabajo terapéutico.

Al uso de la respiración agregué la utilización de palabras protectoras que repito, entremezclando. Estas palabras son tres adverbios y dos gerundios: automáticamente, saludablemente, protegídamente, aprendiendo y disfrutando.

Los adverbios en español son juegos de palabras (automáticamente, equivale a: con la mente automática). Los gerundios corresponden a un presente en movimiento. Por estas razones, ambos son más fáciles de entender por el cerebro derecho.

Cuando sugerimos que algo se dé “disfrutando”, estamos indirectamente deshaciendo el segundo de los tres nudos que propongo en “Buscando caminos con corazón”<sup>5</sup> como una de las explicaciones de por qué estamos mal si, como propone el Dr. Erickson junto con muchos otros grandes pensadores, todos tendemos al crecimiento y al bienestar<sup>6</sup>.

Cuando sugerimos “estás aprendiendo”, estamos dando permiso a la persona de cometer errores como en todo proceso de aprendizaje humano, animándola a aprender de ellos, recaer y volverse a levantar.

Milton H. Erickson ponía el trabajo en trance en manos de la mente inconsciente de quienes lo consultaban. Como veremos un poco más adelante, yo propongo que tenemos una Sabiduría Universal que va más allá de la mente inconsciente. Al empezar un trance, pongo en sus manos el trabajo y al terminar, lo dejo en sus manos. De esta manera, ya no utilizo la técnica de Bandler y Grinder de la Bendición a través de la cual se sugiere que el proceso continúa mientras la persona duerme, a través de los sueños.

## 2. Respecto al uso de símbolos<sup>7</sup>

Como podrás ver, en este libro propongo evocar el símbolo del problema, luego el de los recursos y a continuación, con la ayuda de la respiración, el símbolo de los recursos actúa sobre el del problema, resolviéndolo o echándolo fuera.

En la actualidad, sólo evoco el símbolo del problema y sugiero que la respiración lo transforma, lo digiere o hace con él lo que tiene que hacer. Otra opción, aún más sencilla, es pedirle que entregue el símbolo del problema a su Sabiduría Universal y le pida que se ocupe de él.

## 3. Utilización de técnicas paradójales<sup>8</sup>

Las técnicas paradójales se han usado ampliamente en psicoterapias basadas en la Teoría de Sistemas, con personas que han aprendido a comunicarse principalmente a través de lo que se conoce como Doble Vínculo<sup>9</sup>. Yo considero que el Doble Vínculo se da y se sostiene por una relación entre disfraces (de desconfirmación de la persona) y que se deshace cuando empieza a darse una relación entre personas (de confirmación). En este tipo de relación se dan los siguientes elementos:

- Haga lo que haga la persona, o aunque no haga nada, siente que está mal.
- Intenta responder a lo que supone son los mandatos del otro y no puede porque son contradictorios, se encuentra en una trampa, sin darse cuenta de que es así, y se angustia tratando de encontrar una solución.

- Está amenazada de quedarse sin el cariño de la otra persona y vive esta posibilidad como una constante amenaza de muerte.
- Intenta evitar estas amenazas negando sus propias percepciones y deseos.
- Vive soportando el presente con la ilusión de que algún día todo será maravilloso.

Cuando alguien ha aprendido a lo largo de su historia a funcionar en una relación de doble vínculo, llega a consulta pidiéndonos cambiar porque se siente mal, sufre. Pero en otro nivel, casi siempre encubierto, nos pide que le permitamos seguir igual. La persona quiere cambiar, pero si cambia en terapia, después de no haber podido cambiar sola, siente que está mal (esta sociedad nos enseña que sólo hay un lugar para el que está bien), que perdió frente al terapeuta, quien resultó más capaz que ella. Pero si no cambia, también está mal, porque sigue sufriendo.

Si el terapeuta en su afán de ayudar empuja al cambio, la persona se aferra más al problema conocido. Ignacio Maldonado, fundador del Instituto Latinoamericano de Estudios de la Familia (ILEF) usa la siguiente metáfora respecto a la terapia con este tipo de personas:

*Es como ir en un coche, entre más aprieta el acelerador el terapeuta, la persona aprieta más el freno. Si dejamos de apretar el acelerador o tal vez hasta frenamos un poquito, es probable que el paciente se anime a pisar el acelerador. Y nosotros podríamos agregar, para ir a su paso y a su ritmo.*

Esto, ¿cómo se hace? Proponiendo a la persona que siga igual, puesto que lo que ha hecho hasta ahora es lo mejor que ha podido hacer, mientras encuentra otra manera de estar bien o aprende de esa situación lo que tiene que aprender para continuar en su proceso de crecimiento.

Desde 1995, junto con Jorge Abia, cuando un símbolo no cambiaba, sugeríamos: “fíjate cómo tu respiración deja eso igual pero saludablemente renovado, renovándose con cada respiración, mientras aprendes lo que tienes que aprender de ahí... cómodamente”.

Ahora, propongo a la persona que llega diciendo que no puede más con su vida, que no logra cambiar o que a pesar de la respiración,

la escena o símbolo que tiene en la mente, sigue igual: “Despreocúpate, descansa, déjalo en manos de tu Sabiduría Universal que sabe exactamente qué hacer con eso”.

#### 4. Trabajo con temas universales

En los últimos años de su vida, el Dr. Erickson repetía a todos sus pacientes las mismas inducciones al hacerlos entrar en trance. Les hablaba de cómo ser una mente sin cuerpo, de cómo crecen las plantas hasta dar frutos, de cómo aprendimos el alfabeto. Cuando le preguntaban por qué repetía estos temas, respondía, “no los repito, para cada persona los digo de una manera diferente”, es decir, cortados a su medida<sup>10</sup>. Repetía y repetía esas metáforas porque correspondían a temas universales.

Yo creo que los seres humanos, más allá de ser únicos e irrepetibles, en el fondo somos muy parecidos.

Cada vez más, trabajo con los temas universales que se encuentran debajo de las dificultades que la persona que me consulta quiere resolver y, de esta manera, el trabajo se hace mucho más eficiente. Por ejemplo, debajo de muchas problemáticas, hay heridas abiertas o falta de cariño, falta de límites (bardas) y todo esto lo trabajo con metáforas que permiten resolver estos temas de manera indirecta<sup>11</sup>.

#### 5. Trabajo con nuestra Sabiduría Universal

Para Milton H. Erickson, nuestra mente inconsciente era como una Parte Sabia, porque, decía él, contenía los registros de todas nuestras experiencias de vida, que son aprendizajes que podemos utilizar para resolver cualquier dificultad que la vida nos presente.

No recuerdo bien cómo llegué a la idea de una Sabiduría Universal. Comencé pensando en que nuestra Sabiduría Universal debería ser algo más que la mente inconsciente e incluir a nuestros instintos y nuestros mecanismos de sobrevivencia.

Cuando conocí la propuesta de la Física Cuántica de que el Universo funciona como un holograma, es decir, como la proyección

de algo en donde cada una de sus partes tiene la información del todo, de repente me dije: “Toda la información del Universo está adentro de mí, yo completa soy mi parte sabia... toda la información del Universo, una cantidad infinita de recursos que podemos aprender a despertar y utilizar” y pensé en llamar a esa Sabiduría Universal, yo completa: Yo Soy. Yo Soy es mi Esencia, eso en lo que soy igual a ti, a la estrella de mar, a cada uno de los árboles de un bosque, al bosque completo, al sol, la luna y las estrellas. Yo Soy, mi Esencia, la Esencia de todo el Universo.

Poco tiempo después, una persona me comentó: Yo Soy es uno de los siete grandes nombres sagrados de Dios en hebreo, es el nombre para el Dios adentro de mí. Me gustó la idea, el Dios adentro de mí, la Esencia de todo en el Universo, la fuerza creadora. Y para las personas que no crean en esto, el Dios adentro de mí, adentro de ti, sigue siendo una linda metáfora.

Así, al primer ejercicio utilizando la respiración para desencadenar diferentes procesos (acomodar, sanar, digerir emociones, conectar las distintas partes)<sup>12</sup> le agregué: “tu respiración llega hasta tu Sabiduría Universal, despertándola, expandiéndola, ¿ya te diste cuenta cómo tu Sabiduría Universal está despertando?, ¿cómo la imaginas? Pon este trabajo en sus manos, es el trabajo de crecimiento y evolución de tu vida”. Y de ahí en adelante, cada vez más, en lugar de transformar los símbolos o digerirlos con la respiración, propongo a las personas en trance que los entreguen a su Sabiduría Universal para que haga con ellos lo que sea mejor para ella. Esto simplifica muchísimo el trabajo en trance y desde que empecé a utilizarlo, me asombré de su fuerza y eficiencia.

Empecé también a invitar a las personas que me consultaban a mantener un diálogo con su Sabiduría Universal fuera de la sesión, a pedirle que les hablara en sueños o a través de su intuición, hasta llegar a proponerles que hicieran un pacto entre su Parte Divina y su Parte humana para construir juntas, en la realidad material, todo lo que deseaban<sup>15</sup>. Este Pacto está basado en la propuesta de la Física Cuántica de que la consciencia (que yo traduzco como Deseo, Fe e Imaginación) construye la realidad material, creando sincronicidades, como veremos al hablar de este tema un poco más adelante.

## Nuevos marcos de referencia

### 1. Aportaciones de la Antropología Social

La Antropología me ha servido para entender cómo aprendimos la cultura del sufrimiento (primer nudo). Jean Piaget dice que todo lo que llegó a nosotros antes de que nuestro sistema neurológico estuviera maduro como para analizar la información que le llegaba y hacer un juicio sobre ella, lo absorbimos como esponjitas a través de un proceso inconsciente. Y esta información quedó grabada en nuestro interior como algo que no cuestionamos, como postulados de vida que nos hacen reaccionar pero que no criticamos. Robert Dilts llama a estos postulados “creencias limitantes”<sup>14</sup>. Son limitantes, no porque sean falsas, sino porque no las cuestionamos.

Yo creo que la Antropología Social nos permite entender los valores y creencias (la cultura) que mantienen un síntoma, descubriendo las creencias limitantes detrás de él, denunciando las ideologías que nos han impuesto las distintas instituciones religiosas, políticas y educativas, y que guardamos bajo la forma de estas mismas creencias. De esta manera inconsciente, aprendemos a estar mal, a creer que la vida se sufre, que no merecemos. Y si aprendimos a estar mal, nos diría el Dr. Erickson, podemos aprender a estar bien. Mi propuesta desde la Antropología Social, está expresada en la conversación hipnótica que precede a los ejercicios del *Manual del grupo de crecimiento* publicado en esta editorial<sup>15</sup>.

### 2. La Etología humana

Esta disciplina estudia la conducta instintiva humana y completa la visión de la Antropología Social. Nos ayuda a descubrir a la persona completa que somos, recuperando la importancia de nuestro cuerpo y de nuestros mecanismos de sobrevivencia y de adaptación, a los que la civilización nos ha hecho reprimir, olvidar o incluso satanizar. Un concepto que está surgiendo de esta disciplina es la *resiliencia*<sup>16</sup>. La resiliencia es la tendencia de los seres vivos a volver a su estado natural una vez que han cesado las presiones que impedían que esto sucediera.

Si los seres humanos tendemos naturalmente al crecimiento y al bienestar, la psicoterapia ericksoniana estaría enfocada a simplemente eliminar lo que está estorbando a la persona para volver a estar naturalmente bien.

### 3. Aportaciones de la Física y la Física Cuántica

Estas aportaciones me han ofrecido una visión tan rica hasta ahora, que necesitaría de una o varias publicaciones para expresarla. Afortunadamente ya tenemos la primera, *Tejiendo sueños y realidades, las aportaciones del paradigma holográfico a la psicoterapia ericksoniana*, de Guillermina Krause<sup>17</sup> y espero que pronto tengamos otras más.

Einstein propone que pasado, presente y futuro (para nosotros, el futuro probable) están ocurriendo al mismo tiempo y forman una unidad. La visión lineal que tenemos del tiempo que nos hace creer que el pasado ya pasó, es producida por nuestro cerebro. Esto nos permite entender por qué cambiando el presente, transformamos nuestro pasado y nuestro futuro probable, sin tener que ir al pasado a enfrentar situaciones difíciles y dolorosas.

Si el Universo funciona como un holograma, sería la proyección creada por una energía-materia consciente, nuestra esencia, lo que realmente somos y, como ya señalé, en cada una de sus partes, en mí, como parte del Universo, estaría la información del Todo. Eso quiere decir que cada momento de nuestra vida, nuestras acciones, deseos, emociones, ideas, pasan a formar parte del Todo en el momento en que se dan. Rupert Sheldrake llama a ese Todo el campo mórfico porque, propone, a medida que se van acumulando registros similares, se crean patrones, formas, que se expresan en todos los individuos de la especie. Las vivencias acumuladas de todos los seres humanos desde la creación de los aparatos electrónicos y las computadoras, han creado patrones en el campo mórfico que hacen que nuestros niños y adolescentes pareciera que nacieron con un chip que les facilita el manejo de estos aparatos.

Tal parece que cuando nos encontramos en un estado amplificado de consciencia, como son el trance hipnótico natural o la meditación, tenemos acceso a las grabaciones del campo mórfico y las podemos modificar. Eso explica que cuando una persona

cambia a través de la psicoterapia ericksoniana, en donde se trabajan recuerdos de su historia o símbolos que probablemente condensan situaciones de vida, nos encontramos a menudo que otros miembros de la familia cambiaron también para bien, sin venir a terapia. Si esto es así, a través de la psicoterapia ericksoniana podemos influir sobre las grabaciones de todo el campo mórfico, de toda la humanidad, en todos los tiempos.

Yo siempre he afirmado que construimos la realidad, de ahí el título del video de mi cirugía de vesícula sin anestesia, ni medicamentos: *la construcción de una realidad*<sup>18</sup>. Esto tiene que ver con el concepto de *sincronicidad*. El término fue utilizado en el siglo pasado por Carl Jung para referirse a “dos eventos que se dan de manera simultánea uno en el plano material y otro en el mental, sin que ninguno sea causa del otro”. Por ejemplo, deseamos contactar a una persona y, de repente, la encontramos en un lugar adonde ni ella ni nosotros acostumbramos ir. Esto no es una coincidencia, sino una sincronicidad.

Para Jung, no existe una relación de causa-efecto entre los dos hechos, sin embargo, la Física Cuántica nos dice que nuestra CONSCIENCIA construye la realidad material, nuestro deseo de encontrar a esa persona, provocó que eso sucediera. Las sincronicidades pueden ser mucho más complicadas y elaboradas, al grado de que no podemos pensar en ellas como simples coincidencias.

Podemos entender esa CONSCIENCIA como la combinación de: Deseo de que algo suceda, Certeza de que así será, creación de una Imagen mental de su realización e Incertidumbre acerca de cuándo y cómo sucederá. Espero que muy pronto tendremos otra publicación dedicada a este tema: *la técnica de reencuadre de Milton H. Erickson, como una forma de generar sincronicidades*, de Federico Reyna. El paciente llega con un deseo de cambiar y con Fe en el terapeuta, que lo hace imaginar el resultado (técnica del Ensayo) y crea la expectativa de que eso se dará sin saber cómo ni cuándo. El Dr. Erickson comentaba a sus pacientes: “Yo no sé si el cambio ocurrirá esta noche, o mañana o cuando dejes de venir aquí; no sé si será poco a poco o de golpe”, etcétera<sup>19</sup>.

Antes de terminar con este punto, me gustaría comentar que hemos observado que la práctica de la psicoterapia ericksoniana, desde el papel del terapeuta o desde el del paciente, nos lleva a

desarrollar nuestra percepción y otras habilidades que podrían considerarse fenómenos paranormales o inusuales, como los llamaría el Dr. Etzel Cardeña<sup>20</sup> y que es muy importante aprender a manejar bien. Esto es algo para explorar y comentar en otro trabajo.

Antes de terminar este prólogo, me gustaría también plantearle lector, lectora, una pregunta que intento responder en un próximo libro<sup>21</sup>: si las alucinaciones visuales y auditivas de los psicóticos fueran percepciones de registros en el campo mórfico, ¿cómo podríamos explicar y tratar la locura?

Espero que disfrutes la lectura de *Concierto para cuatro cerebros en psicoterapia*, como yo la disfruté cuando me dispuse a escribir este prólogo y que sus ideas te sean de utilidad. Muchas gracias por tu interés y por ayudarnos a construir caminos con corazón.

Teresa Robles  
Centro Ericksoniano de México, A.C.  
agosto 10 del 2005

### Notas y referencias bibliográficas

<sup>1</sup> KRAUSE, Guillermina, *Tejiendo sueños y realidades, aportaciones del paradigma holográfico a la psicoterapia ericksoniana*, Alom Editores, S.A. de C.V., México, 2005.

<sup>2</sup> Ver el capítulo: “Tu respiración está digiriendo...”, en ROBLES, Teresa, *La magia de nuestros disfraces*, 2ª edición, Alom Editores, S.A. de C.V., México, 2004, pp. 43-49.

<sup>3</sup> Ver el capítulo: “Aprendiendo, disfrutando, saludablemente, automáticamente”, en ROBLES, Teresa, *La magia de nuestros disfraces*, 2ª edición, Alom Editores, S.A. de C.V., México, 2004, pp. 39-42.

<sup>4</sup> Sobre la técnica de Entremezclado, ver el capítulo: “Cómo se mantienen la dirección y el camino. Las técnicas para sugerir” en este mismo libro, pp. 105.

<sup>5</sup> Ver el capítulo: “Buscando caminos con corazón” en este mismo libro.

<sup>6</sup> Ahora tengo otras explicaciones que espero sistematizar y publicar pronto en un libro que se titule algo así como *¿Por qué si la vida es fácil, nos la hacemos difícil? o ¿Cómo empezamos a estar mal?*

<sup>7</sup> Ver el capítulo: “Trazando estelas en la mar... el trabajo con símbolos” en este mismo libro.

<sup>8</sup> Ver el capítulo: “Botellita de jerez, todo lo que hagas te saldrá al revés”, en ROBLES, Teresa, *La magia de nuestros disfraces*, 2ª edición, Alom Editores, S.A. de C.V., México, 2004, pp. 89-97.