



El poder de la mente es insuperable

TEXTO: Diego Rodríguez | FOTOS: EL PUEBLO

Dicen que el poder de la mente es impresionante, de hecho hay quien se atreve a aventurar que tan sólo utilizamos entorno a un 10 o 15 por ciento de su potencial. ¿Y qué ocurre con el otro 85 o 90 por ciento? Pues precisamente con eso es con lo que trabaja el hipnoterapeuta Horacio Ruiz. Y mucha gente se preguntará qué es eso de la hipnoterapia. Pues bien, la hipnoterapia consiste en aplicar de alguna manera la hipnosis a la medicina, es decir, utilizar la hipnosis de forma terapéutica para acelerar y mejorar la curación de enfermedades, fobias, traumas y demás males.

En primer lugar, hay que diferenciar los dos tipos que existen de hipnosis. Así, está la hipnosis terapéutica y por otro se encuentra la podríamos definir como hipnosis espectáculo. Así, aunque la gente piense que es lo mismo no lo es en absoluto.

Respecto a esta última, la hipnosis espectáculo, es la más conocida por la gente debido a los show circenses televisivos en los que ésta suele aparecer. En primer lugar, habría que aclarar que la persona que está en hipnosis siempre sabe lo que está haciendo en todo momento, de ahí que lo que vemos en muchos espectáculos televisivos en muchas ocasiones son personas que previamente han pactado su espectáculo con el supuesto hipnotizador o, simplemente, utilizan a personas muy fácilmente sugestionables. Así, aunque parezca que las personas que estamos viendo actuar "contra su voluntad", siempre son conscientes de lo que hacen. De hecho, Horacio Ruiz pone como ejemplo el decirle a una persona con sus facultades psicológicas normales que se lance a un coche, y éste no lo hace porque sabe que es peligroso. Así pues, todo lo que haga esta persona es porque le apetece hacerlo, es decir, es como cuando alguien va con unas copas de más y hace cosas que sobrio no haría, pero siempre siendo consciente de lo que se hace.

La hipnosis terapéutica

Y en cuanto a la hipnoterapia, Horacio Ruiz explica que se pueden curar enfermedades y, sobre todo, eliminar o apaciguar fobias y traumas que se encuentran en nuestro subconsciente, de hecho, la sugestión es altamente terapéutica. Por poner un ejemplo, una persona que piensa febrilmente que tiene una enfermedad puede llegar a concebirla; por tanto, jugando a la inversa, de la misma manera puede llegar a curarla diciéndole al paciente en estado de hipnosis que su enfermedad va mejorando progresivamente. He ahí el enorme poder de la sugestión y de la palabra.

Además, personas que tienen un determinado trauma a algo, en estado de hipnosis son capaces de enfrentarse a él e, incluso, llegar a superarlo. De hecho, son muchas las personas que recurren a la hip-



nosis para luchar contra sus miedos.

Pero esto no es lo único. La hipnosis terapéutica también se utiliza como analgésico para apaciguar el dolor. Horacio Ruiz pone como ejemplo a una señora de 80 que debía ser operada para cambiarle el marcapasos pero que no podía ser anestesiada debido a su crítico estado de salud, así que los médicos recurrieron a la hipnosis para poder operarla; para ello, la señora fue sometida a un estado de hipnosis en el que estaba despierta y sentía todo lo que le hacían pero sin dolor (como si te pinchan con una aguja en la mano y lo sientes pero no te duele).

Una vez más comprobamos el enorme poder de la hipnosis y, sobre todo, de la mente humana.

La hipnosis regresiva

Otro tipo de hipnosis es la que se denomina hipnosis regresiva, que consiste en regresar a otra edad e, incluso, a otras vidas. Así, existen tres tipos de hipnosis regresiva: hacia la edad, hacia el útero y hacia vidas pasadas. Respecto a la primera, ésta es la que nos lleva, en estado de hipnosis, a algún momento pasado de nuestra vida. La segunda es la que nos lleva al útero. Y la tercera es la que nos hace "viajar" hacia otras vidas haciéndonlas nuestras.

La hipnosis regresiva también es altamente terapéutica. De hecho, gran parte de los traumas se solucionan averiguando en qué momento de nuestra vida nos pasó algo que pudiese ocasionarlo; por ejemplo, quien tiene miedo a los perros es porque quizás de pequeño fue mordido por uno pero ahora no lo recuerda. Pero quizás ese trauma no sea por algo de su vida, sino que se debió a un mal proceso de embarazo de la madre que afectó al feto y,



por consiguiente, éste le produjo secuelas a la persona, porque está demostrado que cómo se dé el embarazo influye altamente en nuestra vida. No obstante, la hipnosis regresiva tan sólo se utiliza cuando fallan los demás métodos.

Y siguiendo con el tema del inconsciente, cabría destacar que éste es fuente de creatividad y es capaz de cambiar conductas. Si el inconsciente es en ocasiones el que genera los problemas, por qué no ha de ser quién los solucione. Además, el inconsciente es capaz de recuperar conocimientos que creíamos olvidados o que, incluso, nunca habíamos aprendido, como les ocurre a las personas que en trance son capaces de hablar otras lenguas.

Otros de los temas sobre los que hace hincapié el hipnoterapeuta Horacio Ruiz es sobre el funcionamiento del cerebro. Así, el lado izquierdo se encarga de los cálculos y lo racional, mientras que el izquierdo es el encargado de la creatividad y las emociones. Por ello, el hipnoterapeuta intenta que la persona que tiene un problema, en estado de hipnosis, lo solucione utilizando ambos lados, con lo que lo haría mejor y más rápido.

Como han podido comprobar de la mano del mismísimo Horacio Ruiz, el poder de la mente humana es algo impresionante, y, si somos capaces de utilizarlo como es debido, seremos capaces de sacarle todo el partido posible, que no es poco.