

La conciencia en la relación terapéutica



--Del trabajo del Máster de Terapia Neural y Odontología Neurofocal.
Barcelona 2008 --Universitat de Barcelona - EUI Sant Joan de Déu

LA CONCIENCIA EN LA RELACIÓN TERAPÉUTICA

¿Tiene presencia consciente nuestra relación terapéutica?

¿Sabemos realmente prestar atención de forma consciente?

¿ O nuestra Conciencia está dormida relacionándonos solo desde el nivel mental?

Más o menos Conciencia todos ponemos, al menos la que tenemos desarrollada hasta el momento. Se trataría de entrenarse, ayudados por las técnicas, a potenciar conscientemente la Inteligencia superior ligada a la Conciencia que somos.

Desde hace 4.000 años, los médicos ayurvedas han considerado al ser humano como una unidad de Conciencia y por lo tanto practican una medicina basada en ella, utilizando medios de escucha del Conocimiento interior y de autogestión psicológica, con técnicas de interiorización, siendo la de meditación la más avanzada. En su terapéutica del orden hablan de la relajación profunda como base para la curación física.

Dicen, que en el cuerpo como unidad de Conciencia, interactúan diferentes campos de energía que podemos resumir en niveles físico, emocional, mental y espiritual. Y que la fricción entre estos campos es lo que genera desequilibrio, enfermedad. Esto nos da una visión más amplia de la misma y de como sanarnos. Fricción en el sentido de que cada nivel tiene objetivos diferentes. Por ejemplo, pensamos en dejar de fumar, pero desde el nivel emocional nos llegan deseos de fumar. Este conflicto genera bloqueos en el fluir de la energía. El conseguir alinear o armonizar éstas fricciones en el campo psicoemocional para que dichos niveles trabajen al unísono, permitirá de nuevo el libre flujo de la energía, fuente de la sanación.

También dicen que los trastornos físicos, emocionales o mentales, además de no estar separados, no son entidades con existencia propia, sino que forman parte de alguien que además de un estilo de vida tiene un mundo interno, una Conciencia. Y éste

alguien, el ser humano en su aspecto Conciencia, nos debe importar mucho más que la entidad nosológica de la propia enfermedad, ya que es en él, donde reside el Médico Interno o la Inteligencia superior ligada a la Conciencia, la "Natura Medicatrix", el verdadero sanador.

Y no se trata de ver a la inteligencia superior como algo meramente "místico", puesto que es la misma inteligencia que a través del SNV bombea el corazón, secreta hormonas, etc. Es el Orden superior, la Voluntad que da Vida constantemente a la vida del cuerpo, trascendiendo la mente inferior.

Así, la enfermedad no es solo el resultado del conflicto entre diferentes niveles energéticos que dejan de estar en sintonía con el Orden superior, sino además, de ser inconscientes de ello. Poner más Conciencia iniciará el proceso de sanación.

Sabemos que los conflictos normalmente se generan en la mente cuando está regida por la emoción, es decir apasionada. Einstein insistía en el hecho de que no se puede resolver ningún problema desde el mismo nivel de conciencia en el cual se ha creado. Hablaba de una comprensión mayor a la realidad objetiva. Por lo tanto, los trastornos que origina la mente en el cuerpo no pueden ser resueltos desde la misma.

La mente tiene conocimientos, es decir, conoce pero no sabe, ya que conocer no es saber o tener sabiduría. El conocimiento es intelectual y la sabiduría es profunda, se sitúa más allá de la mente, en el espacio de la Conciencia y emerge gracias al silencio mental. Enfocarnos desde éste otro punto de mira, el del conocimiento interior, es lo que puede resolver el conflicto.

La verdadera salud o la salud en el sentido amplio, va más allá del físico, reside en este espacio interno del Ser humano, de dónde surge el saber, la comprensión, el bienestar, la paz que trasciende el malestar físico a través del tomar Conciencia, del darse cuenta del porque de los síntomas.

Así, la medicina ayurveda propone que a través de la técnica de concentración mental silenciemos a la propia mente, la llamada mente inferior, la que pertenece a la personalidad, para poder acceder a planos más profundos:

- al de la Comprensión que surge del chakra del alma
- al de la Intuición o Inteligencia creadora que surge del chakra de la mente superior
- al de la Sabiduría que rige el chakra de la Conciencia-Sabiduría
- al de la Voluntad que da Vida, que surge del séptimo chakra.

Al enfocar desde éstos otros niveles, sabiendo por Einstein que la observación desde nuestra parte consciente afecta el comportamiento de las partículas subatómicas, podremos

comprender los conflictos al tomar conciencia de ellos, con la posibilidad de producir cambios y resolverlos.

Debemos abrir así nuevas vías, ir más allá. Potenciar la recuperación de lo que en medicina llamamos el ojo clínico (atrofiado ahora por falta de uso), que no es más que la intuición que surge del chakra de la mente superior, un nivel de Conciencia más elevado que el de la mente inferior, desde el que podremos ver por lo tanto la "realidad del trastorno" con mucha más amplitud de mira.

La Intuición y la Conciencia son fuerzas infravaloradas por nuestra medicina. Enmarañados en los conocimientos y la tecnología, nos distraemos tanto en el mundo externo creyéndolo más real que el interno, que descuidamos la percepción interior perdiéndonos su poder, que entre otras cosas nos ayuda a modificar conductas.

Los pacientes que consiguen "curar su enfermedad" es porque han aprendido a estimular su sanación. Son unos genios de la conexión Cuerpo-Mente-Conciencia.

Así, el arte de la terapéutica debería tener más de actitudes que de aptitudes, recuperando la conexión entre el plan sutil de la actitud atada a nuestra esencia más sabia, y las acciones materiales.

Debería ser un arte que nos ayude a encontrar un sentido a la existencia además de "curar el cuerpo". El arte de aprender a vibrar con aquello que rige el corazón y la mente humanas, la Conciencia, con tal de aplicarse desde ésta rigiendo las herramientas mentales y tecnológicas.

La terapia neural es una técnica que no dirige al ser vivo, puesto que el ya tiene su propio mecanismo de funcionamiento, sino que lo impulsa y con ello favorece la autoecoorganización.

Entre otros aspectos, la terapia neural hace aflorar emociones y sentimientos ocultos. Y cada vez tenemos más evidencias de que en el núcleo de los trastornos físicos hay un conflicto emocional no resuelto que distorsiona el equilibrio mental. Reiteraciones del conflicto, reeditan la fricción del mismo en el seno del cuerpo, creando por ejemplo amigdalitis de repetición, crisis asmáticas, artralgias, etc., que no se resolverán definitivamente hasta que no aprendamos o comprendamos el proceso que lo motiva.

Por lo tanto, una vez emergidas las emociones, ¿cómo podríamos trabajarlas nosotros a nivel práctico en consulta?

Mi propuesta, es complementar la terapia neural con técnicas de autoconocimiento que favorezcan la interiorización, y por lo tanto, la potenciación de nuestra parte consciente en la comprensión psicoemocional. Integrando con ello, la neuralterapia a la Conciencia tanto del paciente como del neuralterapeuta, como base de la relación terapéutica.

Propuestas para complementar nuestra práctica terapéutica:

1ª - Informar al paciente de:

1º- Que no son sólo la calidad de las herramientas: bisturí, láser, agujas, medicamentos químicos o técnicas respiratorias o posturales lo que determina la eficacia de un tratamiento.

Que las herramientas terapéuticas son todas solo instrumentos, que facilitan la intención de ayudar del terapeuta y la de curarse de quien las recibe. Pero que el sanador real es su propio médico interno, su orden propio, su energía atada a la Conciencia, a la Energía Universal.

Concluir que el cuerpo se cura gracias a las sustancias químicas, es como decir que un coche coge una curva únicamente debido a su mecanismo de transmisión. El cuerpo necesita igualmente un conductor, la Inteligencia superior que conecta con él a través del SNV. Y no ha dejado nunca de tenerlo aunque no seamos capaces de percibirlo.

Con esto liberamos al paciente de sus ataduras con los profesionales de la salud y a confiar más en si mismo, en su potencial.

2º- Que sanar es restituir la integridad del ser humano, aprendiendo del trastorno físico-emocional-mental que origina la desarmonía, poniendo Conciencia en ello, es decir "dándose cuenta", aunque a veces no sea posible la curación.

Esto pretende hacer referencia a nuestro "depende y a veces", que implica que "se nos escapan aspectos desde la mente inferior". Así, creo que el "depende también depende" del nivel de Conciencia o conexión Cuerpo-Mente-Conciencia que se haya conseguido desarrollar y como consecuencia del grado o capacidad de "autoecoorganización consciente", porque de forma inconsciente ya nos organizamos al recibir el impulso neuralterapéutico.

3º- Que queremos restaurar la condición en la cual la relación humana prevalezca sobre la tecnológica, para que ésta sea un medio para integrar, verdadero propósito de la terapia, y no un instrumento que separe.

Que la relación "terapeuta-paciente" en resonancia es el aspecto más importante del tratamiento, el alma de toda terapéutica. Ya que es esta relación la que puede despertar en cada uno la potencia adormecida de su médico interno, la inteligencia innata del ser humano, dejando actuar libremente a la intuición desde la Conciencia.

Cuando "terapeuta y paciente" se comprenden desde un nivel de comunicación no verbal, es decir, desde el alma, la relación terapéutica es sanadora aunque la enfermedad no desaparezca. Los dos comprenden que esta tiene un propósito y que paradójicamente es sanadora por lo que aporta de enseñanza. Porque restablece la armonía del diálogo del hombre con su propia naturaleza, la cual al estar fracturada, se ha reflejado en el espejo del cuerpo produciendo "la enfermedad".

Que aunque la atmósfera terapéutica es un complejo intercambio de información física, emocional y mental, también lo debe ser desde lo que resuena más adentro, en el plano espiritual del alma y de la Conciencia. Siendo esto lo que hará, del "paciente y del terapeuta" una Unidad, tan real e indisoluble que el paciente se convertirá también en terapeuta, siendo así "el que sirve, servido".

4º- Que el terapeuta y sus herramientas sólo son el catalizador de un proceso de Conciencia, de un despertar interno. Y que antes que un científico, un terapeuta es un ser humano que actúa de canal para que el paciente recupere su poder: el de su Conciencia.

** Éstos puntos de información ayudarán al paciente a verse a sí mismo de un modo más amplio y a conocer su potencial de sanar.*

2ª- Invitar al paciente que recibe terapia neural:

1º- A cerrar los ojos y mantenerse en silencio, situándose como un observador pasivo. Cuando nos disponemos como observador, dejando pasar las interpretaciones mentales, ya estamos situándonos en el espacio de la Conciencia, es decir, del "darse cuenta", sin necesidad de que la mente nos cuente, nos interprete lo que está pasando.

Por ejemplo, al observar el mar, la mente empieza a describir lo que está viendo. Si nos damos cuenta, podemos frenar el verbalismo mental diciéndole a la mente: "ya lo estoy disfrutando, no es necesario que me lo cuentes, déjame vivirlo".

Para inducir la predominancia de nuestro nivel consciente, el que observa sin que la mente se lo esté contando, debemos silenciar a la propia mente y lo facilitamos a través de la respiración y de la concentración en ésta.

2º- A observar su respiración simple, es decir vegetativa o espontánea durante unos minutos. Imaginando que el aire entra y sale por el entrecejo, descansando la mirada en éste chakra sin forzar la vista, como si mirara a lo lejos. Dejando pasar los pensamientos. Con ello la mente va quedando "como absorbida" a través de la

concentración en la respiración, dando paso con su silencio al proceso del "darse cuenta", es decir, de Conciencia.

Al concentrar la mente en el entrecejo estamos centrando la atención en el lóbulo frontal. Y como hay una máxima que dice que la energía sigue al pensamiento, vamos creando nuevos patrones de conexión interneuronal, reestructurando y desarrollando nuestro potencial al aprender algo nuevo: a concentrar la mente en un único objeto de concentración en lugar de dejarla que vague dispersa, favoreciendo así el desarrollo de la Conciencia.

La atención consciente, el arte de la observación, es una habilidad que al irse entrenando, como toda nueva habilidad en desarrollo, genera nuevos circuitos neuronales que producen verdaderos cambios en nosotros, una nueva realidad y modificaciones de conducta consecuentemente.

3º- A que, en el caso de que esté ansioso, empiece con la respiración abdominal o diafragmática durante unos minutos antes de pasar a la respiración vegetativa, con la intención de calmar las emociones.

Será ésta respiración la que pondrá en marcha la conexión del sistema nervioso parasimpático. Premisa importantísima para salir del simpático y conseguir la calma e introspección necesarias para facilitar el proceso de "toma consciente de Conciencia", porque aún inconscientemente nuestra Inteligencia superior seguirá actuando.

En caso de que la persona se sienta incomoda con el ejercicio, cesar la práctica.

4º- A que si durante el proceso de neuralterapia afloran sentimientos o pensamientos no deseados que perturban de nuevo la respiración, dejar que se liberen retomando la respiración abdominal para calmar dichas emociones. Continuando con la actitud de observador pasivo "dejando que se haga", ya que muchas veces se resolverá el conflicto sólo por el mero hecho de hacerse consciente de él desde la calma.

En definitiva, ésta técnica ayuda a "darse cuenta" y con ello, a poder transformar los procesos emocionales ocultos en percibidos y si los comprendemos se da un salto, un aumento del nivel de Conciencia, una transmutación, generándose el proceso de sanación.

En física cuántica se habla de los "saltos cuánticos", como saltos de un nivel de funcionamiento a otro superior. Creo que éste concepto científico podríamos equipararlo al "salto de Conciencia". La curación como resultado de la fuerza de voluntad, las remisiones espontáneas y el efecto placebo, apuntan hacia éste salto.

5º- A que una vez finalizada la terapia, siga unos minutos con la misma actitud de observar, dejando pasar las valoraciones

mentales, permitiendo así actuar libremente al médico interno y a que se haga por tanto la autoorganización a pesar de nuestra parcial inconsciencia.

6º- De una sesión de terapia neural a otra, proponer unos minutos diarios de trabajo de toma de conciencia facilitada por la respiración.

**Con estos puntos se pretende ayudar a conseguir más autoconciencia, durante y tras la sesión de terapia neural.*

3ª - Invitar al neuralterapeuta:

1º- A hacer simultáneamente con el paciente en la consulta los ejercicios de toma de conciencia. Y a trabajarlos también en solitario como entrenamiento personal, para situarse cada vez más desde la presencia de la Conciencia y menos desde la muchas veces interferencia mental.

2º- A que se disponga conscientemente con la voluntad de no actuar de actor principal de la terapia, sino de intermediario, es decir, de canal de la Energía universal.

3º- A utilizar la procaína como elemento catalizador o facilitador. A sabiendas de que será la "Natura Medicatrix" del paciente, la que reorganizará el trastorno de una manera o de otra, a través del sistema nervioso vegetativo, canal de los campos energéticos del nivel físico, emocional, mental y espiritual.

** Estos puntos hacen referencia al entrenamiento del neuralterapeuta en el arte de estar más presente, es decir a estar más desde la Conciencia que desde la mente.*

Conclusión:

Creo que la sanación es un arte que está más en la Conciencia como base de la relación terapéutica, que en la ciencia; más en la intuición y la observación que en los medios materiales, sean los que sean.

Y que no es la terapia neural o cualquier otra herramienta terapéutica las que llevan a la sanación, sino que somos Tu y Yo en interrelación Consciente.

Aprender la técnica de terapia neural es importante, pero si no nos trabajamos nosotros mismos, no avanzamos. Para ello hay que

aprender a través de las técnicas que lo faciliten, a liberarse de prejuicios y equilibrarse o alinear el pensamiento-deseo con la acción, para poder centrarse y conectarse con uno mismo, con el otro y con la Conciencia Universal. Y a partir de aquí, enfocarse en el otro para ayudarlo a conectarse consigo mismo.

Pero una cosa es pensar que estamos en el camino adecuado y otro es creer que este es el único. Todo son maneras, yo os propongo ésta sabiendo que cada uno tiene la suya en la ayuda a la sanación.

Lo que sí es común para todos, es que debemos aprender y experimentar para complementar y ampliar nuestros conceptos con respecto a la terapéutica creando nuevos patrones de ciencia con más Conciencia.

Cada cual debe hacer su propio análisis por tal de ir reelaborando el mapa de vez en cuando y efectuar los cambios necesarios actuando en consecuencia, para ver lo que siempre ha existido pero hemos descartado, la Conciencia de Ser, de ser aquello que nos hace verdaderos seres humanos. La Conciencia del cambio, de la evolución.

Muchas gracias por dejarme compartir éstos pensamientos con vosotros.

Que seáis felices.

Ma. Josep Roca Tugas