



TEXTO POR HORACIO RUIZ, HIPNOTERAPEUTA. Presidente de la Asociación Española de Hipnosis Clásica y Ericksoniana y profesor del curso Superior de Hipnosis Terapéutica y Técnicas de P.N.L. (Declarado de Interés Sanitario) [www.horaci Ruiz.es](http://www.horaci Ruiz.es) [blueday@horaci Ruiz.es](mailto:blueday@horaci Ruiz.es)  
FOTOS E.P.

# Hipnosis y estados de conciencia: la enfermedad como camino

En realidad y si lo pensamos detenidamente, no existen diversidad de enfermedades y trastornos físicos o somáticos, no, esencialmente y sintetizando diremos que existe una sola enfermedad que determina el malestar de cada persona es decir, de cada individuo. Al menos desde un punto de vista filosófico o simbólico. Y es precisamente este malestar el que se manifiesta por medio de diferentes cuadros clínicos. Hablamos, la gente, los facultativos hablan de enfermedades y estas no son en el fondo nada más que síntomas de esta única enfermedad. Son como imágenes que nosotros las interpretamos y damos un determinado significado que tenemos que reconocer. La pregunta capital, al margen de especulaciones, es: qué nos señalan los problemas estomacales, los diversos tipos de infecciones, las jaquecas o dolores de cabeza, los trastornos cardíacos, las enfermedades del aparato locomotor, o cardiovascular, la diabetes, etc.

## Componente mental

Todos los síntomas físicos, dolores, tensiones, todos los trastornos fisiológicos tienen un componente mental o psicológico. No existe enfermedad, dolencia, o trauma físico sin su correspondiente dimensión emocional o psicológica que de alguna manera lo representa. Tengamos presente algo muy importante todo síntoma tiene un sentido o significado profundo para la vida de cualquier individuo: nos habla de un mensaje, o nos transmite un significado, que corresponden al ámbito de lo transpersonal o espiritual. Entiendo que hablar de este tema es incómodo para mucha gente que padece enfermedades y sobre todo para algunos elementos de la clase médica que se encuentran demasiado cómodos con atender solamente la parte somática o física de las dolencias de sus pacientes y dejar a un lado los componentes mentales, psicológicos y emocionales de sus enfermos. Muchos de ellos lo están más del alma que del cuerpo y sin embargo solo atienden y auscultan lo físico sin darse cuenta que lo esencial es el psiquismo y que sanando este el cuerpo, a veces se recompone solo. Mucha gente inconscientemente, está utilizando su enfermedad como coartada para rehuir asuntos o problemas pendientes y sin resolver que pudieran estar en el origen de esa enfermedad. Cuando los conflictos no son resueltos en el ámbito psicológico que le corresponden, buscan su salida o escape somatizándose en la parte del cuerpo que lo representa por analogía o por asociación.

Desde este enfoque tan desagradable de aceptar y sin embargo, tan fácil de comprobar su realidad, vemos que la persona enferma, o que cree estarlo, no es en el fondo víctima inocente de errores de la naturaleza que lo ha enfermado, no, es en muchos casos su propio verdugo. Es responsable de su dolencia aunque no es culpable a nivel consciente lógicamente.

Son muchas las dolencias que aquejan a la humanidad hoy en día, tal vez más que nunca aunque la publicidad de la ciencia intente hacernos creer otra cosa. La culpa parecen



tenerla siempre los demás, la sociedad, los alimentos artificiales, el aire contaminado, los mares donde se vierten millones y millones de toneladas de líquidos contaminantes mortales para la vida en general y para los animales del océano en particular, el smog de las ciudades y el monóxido de carbono expelido por los coches, etc. La vida sedentaria y las costumbres insanas, las prisas y el estrés, etc.

## Somatización de la enfermedad

Pero nada perdemos y mucho ganamos si reflexionamos sobre la dimensión metafísica de la somatización de cualquier enfermedad.

Desde este enfoque cualquier síntoma se revela como una expresión física de grandes conflictos psicológicos no resueltos, que se agitan en nuestro interior y buscan como salir y liberarse. Entonces, y esto es lo importante, su mensaje nos permite descubrir el problema que tenemos en el fondo. Hay que ver cada cuadro clínico con su simbolismo y su carácter como expresión manifiesta de problemas psíquicos no resueltos. Con un poquito de paciencia y observación sobre sí mismo, cada uno podrá ir recogiendo información para reconocer los síntomas que nos aquejan y el significado psicológico del mismo.

Este tema no es difícil de entender. Pero tampoco es trivial ni simple como para echarle un simple vistazo y luego seguir fumando un cigarrillo y ennegreciendo nuestros pulmones embotando nuestros sentidos con el alcohol con el que a veces mitigamos nuestras miserias y angustias o miedos existenciales. Esta visión de la enfermedad y su relación con lo psicológico no es contemplada por la medicina oficial, por lo tanto lo dejaremos en una simple información que la persona interesada tendrá que investigar por sí mismo la realidad o no de cuanto aquí escribo.

Si eres estimado lector, de los que prefieren caminar y experimentar por ti mismo en lugar de quedarte sentado e indolente ante tu

salud física y mental, esto cuanto escribo te interesa. Así es que ya somos dos por lo menos los que compartimos parte del viaje... no te molestes demasiado en convencer a otros de todo esto, no pierdas el tiempo con especulaciones gratuitas, "el que busca la luz no tiene tiempo para perder el tiempo con teorías o especulaciones estupidas que a nada conducen".

Corren en estos tiempos en que vivimos una idea y visión casi idílica de ensalzamiento de los poderosos milagros y avances que la medicina realiza sobre la enfermedad. Con cierta regularidad los medios de comunicación, radio, prensa y televisión se hacen eco de algún adelanto médico, o de que tal o cual laboratorio farmacológico está a punto de descubrir la fórmula química para vencer el sida o cualquier otro proceso vírico que devasta a parte de la población mundial. Mucha gente rinde pleitesía ante la ciencia médica que se presenta casi como omnipotente y única capaz de curar. Pero hay mucha gente también que desconfía de tal eficiencia y poder para curar sólo a base de fármacos y fórmulas químicas.

Son esa clase de personas que en su fuero interno saben que somos algo más que un cuerpo y una mente racional, tenemos una dimensión consustancial a nuestra naturaleza psíquico-física, eso que somos se le denomina dentro de la cuarta corriente del pensamiento psicológico como "Lo transpersonal", es decir, más allá de nuestra dimensión física y mental, lo que nos trasciende a nosotros mismos en cuanto a nuestro pequeño y limitado ego. Es por eso que en las últimas décadas hay un auge notable de la gente que vuelve sus ojos hacia antiguas ciencias curativas y de sanación. La llamada medicina natural, esos métodos antiguos que nuestros mayores conocían y usaban en infinidad de trastornos y enfermedades. Mucha de esta gente tiene razón en criticar y desconfiar de la archicientífica medicina académica. Prácticamente todos los fármacos y medicinas que se usan tienen efectos secundarios, algunos muy graves a nada

que el médico se equivoque o nosotros nos excedamos en su uso. Mutación de los síntomas y sobre todo falta de humanidad, es una medicina deshumanizada! ¿Quién es capaz de negarlo?, Y si es así, ¿Puede ser medicina en el sentido más auténtico de la palabra? Somos apenas un número y el médico apenas tiene cinco minutos o poco más para atendernos. Y otro aspecto; los costos de tal sistema médico son exorbitados y ruinosos para cualquier país. Probablemente tales costos ruinosos para la economía nacional se podrían reducir en gran medida con otra mentalidad.

## Terapia psicológica

Gran parte de las enfermedades que la gente sufre tienen un componente psíquico, con la debida terapéutica psicológica no haría falta tanto fármaco y cirugía para curar y sanar aliviando de tanto sufrimiento inútil al paciente. Si atendemos la parte que verdaderamente está enferma: el alma humana, el cuerpo cura por sí solo. Esta crítica que pretende ser constructiva y no destructiva, se basa en un sentimiento difuso o intuitivo de que algo está fallando y de que el camino emprendido por la medicina oficial, no nos conduce a la erradicación verdadera de la enfermedad en general, y de algunos problemas en particular. Hay mucho caos y confusión, unos propugnan medicinas alternativas, otros sistemas socializados como solución, hay quien asegura que hay que sustituir la quimioterapia por procedimientos naturales, fitoterapia y vegetales, la homeopatía, acupuntura china, la energética, tipo Reyki y sistemas energéticos fisiológicos parecidos, estos otros sistemas extra-académicos ofrecen una gran diversidad de tratamientos combinados, además de tener una visión más holística e integradora de la naturaleza humana. Consideran al ser humano como una totalidad, una entidad física-psicológica. Yo me atrevería a decir que el ser humano es un ser bio-psico-socio-espiritual. Es decir, tiene un componente físico-biológico, otro mental y psíquico, otro social y por supuesto su relación con la naturaleza, la humanidad, el cosmos, dios... desde esta perspectiva, la medicina académica solo llega apenas a lo físico y un poquito a lo psíquico tal vez. No atiende al todo del ser de la persona. Sólo la parte, el ser completo se diluye, no existe para el médico. La medicina está súper especializada, un análisis para el riñón, otro para el hígado otro para el corazón. Hay especialistas en función de las diversas partes u órganos de la persona siendo que todo se relaciona con todo. Yo creo que en toda enfermedad o trastorno físico inmediatamente debería entrar en conjunción terapéutica el médico y el psicoterapeuta. La típica analítica que se suele realizar, de sangre, orina, etc., proporciona un conocimiento del detalle minucioso y preciso pero repito, el todo integral de lo que es una persona se diluye. ¿A quién trata entonces el médico? ¿A un hígado... un páncreas o riñones? Qué bien puede conocer nuestro médico nuestra artrosis, o nuestras almorranas pero al ser humano que las sufre es un perfecto desconocido para él.