

INTRODUCCIÓN A LA HIPNOSIS REGRESIVA

La hipnosis es la ciencia más práctica de nuestra era, penetra en nuestra vida diaria y nos confiere ventajas que no pueden ser adquiridas a través de ningún otro medio. Su práctica ya no es un mero pasatiempo para divertir y causar sensacionalismo. Los científicos la consideran como un poder natural que durante eras se ha mantenido dormido, pero que está, aparentemente, destinado a realizar una parte activa en el bienestar y desarrollo de futuras generaciones.

El estudio de la hipnosis se dirige a sondear los misterios ocultos de la magia y los milagros humanos, y hacerlos materia de un conocimiento absoluto. Sus posibilidades son prácticamente ilimitadas y están entrelazadas con cada fase de la vida. El éxito de muchas empresas y negocios se ha logrado gracias a las técnicas de hipnosis.

La mente subconsciente recibe y actúa sobre sugerencias positivas y creativas, lo mismo y tan de buena gana como lo hace con las ideas negativas y destructivas. Según creces, desde la infancia hasta la edad de adulto, tu mente consciente se vuelve más fuerte y actúa como un censor aceptando o rechazando sugerencias antes de que pasen al subconsciente.

La mente consciente continúa actuando como censor durante toda tu vida, y es ella la que debe ponerse a "dormir" bajo la hipnosis para que las sugerencias puedan alcanzar el subconsciente y actúen sobre él.



Proceso de regresión Hipnótica, Madrid 2004

Tu mente consciente tiene una memoria de experiencias limitada, pero existe una memoria muchísimo más completa en el subconsciente. Los hipnólogos ponen frecuentemente a dormir la mente consciente del paciente para poder recuperar las experiencias de la niñez. De la misma forma, los hipnólogos pueden obtener información del subconsciente o implantar sugerencias en él. Lo principal es superar la censura de la mente consciente.

Muchos adultos han permitido que entren demasiadas sugerencias negativas en el subconsciente, y por lo tanto tienen miedos, complejos de inferioridad y otras distorsiones. Para poder tener la actitud que necesitas, para tener éxito en la vida, tienes que hacer gran esfuerzo para permitir que sólo las sugerencias positivas pasen a través de la mente consciente.

La esencia y la base de la hipnosis regresiva, en la forma de hipnoterapia, es poder comprender y asimilar mejor el presente.

CONTENIDO

Introducción a la hipnosis	
Regresiva	1
Breve Historia de la hipnosis	4
Patologías a tratar con	
Hipnosis	11
Técnicas y Niveles	12
Carta del Director	13
Introducción a la PNL	14
Patologías a tratar con PNL	16
Técnicas y niveles en PNL	17
Catálogo de Materiales	19
Precios de cursos	20

Durante el proceso, se trata de investigar y averiguar por medios y trances hipnóticos si alguna, o muchas, de las situaciones que hemos vivido en el pasado, ya sea en nuestra infancia o en otras vidas, siguen condicionando nuestra vida en el presente actual, en diferentes formas.

La Alianza de Hipnosis y PNL es pionera en España en la Hipnosis Regresiva. Introdujimos esta forma de terapia en España en 1994 y hemos invitado a personas de renombre mundial en este ámbito como el Dr. Brian Weiss, con quien presentamos por primera vez a los medios de comunicación españoles esta terapia hace ya 11 años.

Nos hemos formado también con personajes como el Dr. Rossi, conocido mundialmente por sus obras sobre Hipnoterapia y Regresiones; Gil Boyne, Presidente de la Sociedad de Hipnosis Norteamericana e hipnólogo de los actores de Hollywood; Wilfred Proudfoot, Presidente de la Sociedad de Hipnosis de Inglaterra, y Jaqueline Hitchcock, entre otros prestigiosos profesionales de la Hipnosis Regresiva.

En los diferentes procesos de hipnosis regresiva que usamos para tratar a nuestros pacientes incluimos también técnicas de otros profesionales, como Ormond McGill, experto en hipnosis con técnicas orientales.

La Alianza de Hipnosis y PNL ofrece también cursos de Hipnoterapia, Hipnosis Regresiva y Programación Neuro-Lingüística. En nuestros cursos de hipnosis y regresiones, especialmente interactivos, participan los alumnos con el instructor para enriquecerse mutuamente con las diversas experiencias de unos y de otros.

No requiere años de estudio convertirse en un hipnólogo, porque afortunadamente la hipnosis es una técnica natural que posee prácticamente todo el mundo y que puede ser desarrollada por cualquiera que se dedique a su estudio con paciencia y la energía necesaria para el desarrollo de los talentos naturales.

El estudio de la hipnosis te enseña a que primero te **CONCENTRES** en lo que estás haciendo, excluyendo todo lo demás, como lo haces cuando, por ejemplo, meditas en el flujo del aliento (excluyendo todo lo demás) en la meditación **VIPASSANA**. Hacerlo te da total confianza en ti mismo, ya estés frente a 10 o a 10,000 personas. Te enseña lo absurdo que es aceptar cualquier sugestión de fracaso y te da la habilidad de permanecer calmado y relajado sin importar lo tensa que sea la situación.

En otras palabras, con la práctica de la hipnosis aprendes a mantener siempre tus emociones bajo tu control absoluto. La hipnosis te da una comprensión maravillosa sobre la naturaleza humana y te muestra



Sesión de terapia



Antonio Moraga, Presidente de la Alianza Española de Hipnosis y PNL con Wilfred Proudfoot, Presidente del British Council of Hypnotist Examiners

cómo alcanzar una autoconfianza y maestría muy superior a la inmensa mayoría de la gente con la que entras en contacto.

Es un maravilloso sentimiento saber que por primera vez en tu vida has conseguido la autoconfianza y la habilidad para poder ayudar a otro ser humano, a través de tu propia confianza, y del poder de la sugestión hipnótica. Una vez que hayas comprendido el enorme poder que tienen las sugerencias, tanto positiva como negativamente, nunca más te permitirás a ti mismo aceptar una sugerencia negativa tuya o de otra persona. Por ejemplo, un pensamiento con miedo crea temblor nervioso o sudores excesivos del cuerpo y de las manos y la tirantez de todos los nervios y músculos.

Un pensamiento positivo, sin embargo, crea una mente lúcida y confiada, la habilidad de pensar con rapidez, unos nervios relajados y también una vida plena y feliz.



La Línea del Tiempo

Sólo entonces, teniéndote a ti mismo bajo control, puedes ayudar a otros a que se autocontrolen. Todo se reduce a esto: todos los logros, la salud y la felicidad son la recompensa y el resultado de sugerencias constructivas y positivas. Los sentimientos de inferioridad, fracaso, enfermedad e incluso la muerte pueden ser el resultado de sugerencias negativas y destructivas. Así que sigue dándote a ti mismo sugerencias positivas de fuerza, poder, éxito, salud radiante, felicidad, paz, serenidad, amor y amistad.

Sugerencias positivas y saludables como estas, pondrán en marcha en ti fuerzas creativas y poderes, que puede que no sepas que tienes, fuerzas que pueden elevarte a una cúspide de bienestar, autoconfianza y felicidad interior.

La recompensa es muy alta para aquellos que persisten en el estudio de la hipnosis porque su ciencia ha otorgado a sus practicantes un poder que parece casi superhumano.

La hipnosis sorprende a cualquiera que contempla sus hechos indiscutibles y sus maravillosas manifestaciones. Deshece la teoría de jueces, filósofos y teólogos, y estremece la fe de los científicos materiales en sus opiniones preconcebidas. Suplanta al médico, al cirujano, y cura a los afligidos y deformes. Rompe las cadenas de los hábitos destructivos y desmoralizantes. Conforta a las personas tristes y trae paz mental a aquellos confundidos ante las perplejidades de la vida. Consigue abolir períodos y extender la distancia del tiempo. Hace que el cojo vuelva a andar y da fortaleza al débil. Suelta la lengua a los tartamudos y da gran autoconfianza a los tímidos sociales.

El reconocimiento de la hipnosis como carrera comenzó en el año 1977 en Estados Unidos cuando el departamento de trabajo sostuvo una serie de conferencias públicas que expusieron la necesidad de

definir el título de "Master en Hipnosis e Hipnoterapeuta" como títulos de operaciones legales, que luego fue publicada en la cuarta edición del Diccionario de Títulos Ocupacionales. La hipnoterapia como carrera se enseña ahora en escuelas estatales aprobadas dentro de los temas profesionales y vocacionales, que son operados exclusivamente en el sector privado en USA.

La Alianza Española de Hipnosis y P.N.L., fundada en España en 1981 por su actual Presidente, el Dr. Antonio Moraga C.M.H., C.HYP., tiene una larga tradición de enseñanza de cursos de Practitioner y Master en Hipnosis, Hipnoterapia y Regresiones, al igual que de Practitioner y Master en Programación Neuro-Lingüística. Para más información acerca de fechas de cursos, consulte el calendario al final de este boletín, y la sección técnicas y niveles para una descripción detallada del contenido de cada curso.



Antonio Moraga, al fondo, con un grupo de alumnos del curso de Hipnosis y Regresiones en México D.F.

BREVE HISTORIA DE LA HIPNOSIS REGRESIVA

En realidad nadie sabe con certeza dónde ni cuándo comenzaron a utilizarse por primera vez las regresiones hipnóticas; sin embargo hay grandes referencias a muchas civilizaciones antiguas, comenzando por la Lemuria y la Atlántida, según nos cuenta Edgar Cayce (también conocido como el profeta durmiente), que ya utilizaban, creían y practicaban diferentes estados alterados de conciencia o estados de trance en los que las personas podían alcanzar experiencias y vivencias de las vidas pasadas, la muerte, los espacios entre la vida y la muerte y diversos descubrimientos sobre la historia antigua de la humanidad.

En estos estados de trance se conseguía información que sería prácticamente imposible de conseguir a través de la lógica y la razón, en un estado plenamente consciente. Sabemos por ejemplo que desde que tenemos conocimientos históricos escritos ha habido pueblos, sobretodo orientales, como los hindúes y tibetanos, que ya hacen referencias a poder recordar vidas pasadas a través de estos procesos hipnóticos, o bien a través de viajes astrales que, en un estado cercano a la supraconsciencia, les llevaban a recordar los momentos pasados tanto positivos como negativos con extrema nitidez.

En un estado alterado de conciencia, Cayce podía recuperar experiencias, suyas y de otras personas, en continentes perdidos como la Lemuria y la Atlántida, y también en el antiguo Egipto. También hay muchas referencias a que el Buda histórico, Gautama Siddharta, hablaba del hecho de recordar las vidas pasadas y

trascender el karma que estas vidas dejaban en la vida presente.

En la Grecia de los tiempos de Pitágoras, se veneraba al dios Hipnos, "dios del sueño" y sus muchas aventuras y avatares en los cambios que produjo en la vida de los mortales, favoreciendo especialmente a aquellos que lo veneraban con experiencias placenteras de trance tanto durante la vigilia como durante el sueño. A aquellos que lo veneraban se les creía con capacidades especiales para poder influir en la mente de los demás, y muchas de las personas a las que se creía en contacto con el dios se les atribuía gran fuerza de voluntad y unos recursos a los que pocas personas podían acceder, tanto de conocimientos del pasado como del futuro. Dentro de las Escuelas de Misterios de Grecia, durante la Edad de Oro griega, el dios tuvo gran aceptación y relevancia.



Fragmento de un mosaico del Dios griego Hipnos en Delfos

París, en los años precedentes a la Revolución Francesa, era una fuente de

maravillas científicas. Era el origen de argumentos innovadores y entusiasmo por el avance científico. Sin embargo, nada igualaba en esa época a las curaciones virtuosas del Dr. Franz Anton Mesmer.



Dr. Franz Anton Mesmer

La fraternidad médica de París, detestaba a este extranjero, de Viena, con su nueva y brillante teoría del "magnetismo animal". Sin embargo, parisinos de todas las clases sociales abarrotaban el salón de su "curandero - milagroso". La habitación en la que se reunían estaba ricamente adornada y cargada de espejos colgados por doquier.

La congregación se sentaba apiñada alrededor de un extraño aparato conocido como "baguet", un tubo de roble que contenía agua con limaduras de plomo y un buen número de frascos llenos con la llamada "agua magnetizada". Del "baguet" salía un cierto número de varillas de hierro y cordeles metálicos que los pacientes se ponían alrededor de las partes afectadas de su cuerpo. De fondo sonaba una música suave y melodiosa,



El célebre « baguet » de Mesmer

producida por instrumentos de viento acompañados con la célebre armónica de cristal de Mesmer.

Gradualmente la música iba acelerando su ritmo, y los pacientes gritaban o se desmayaban por la excitación. En la cúspide de la sesión entraba Mesmer como una figura dominante con atuendos hechos de seda púrpura. Iba de paciente en paciente, mirándolos fijamente con su penetrante mirada y tocándolos con su elegante varita de hierro. La mayoría entraba en un trance. Cuando volvían a la conciencia, muchos estaban curados.

Narraciones contemporáneas nos hablan de sanaciones de migrañas, asma, parálisis, ceguera, sordera, depresiones y una gran variedad de desórdenes internos. Una de las personas

que relató su curación fue Chevalier de Haussay, un mayor de infantería.

Había sufrido años de mala salud, que comenzó con una helada que le afectó en Hannover, seguido de fiebre maligna que contrajo en la Martinica. Cuando fue a ver a Mesmer, tenía vértigo, hablaba con dificultad, reía sin motivo y sufría continuos temblores. El tratamiento de Mesmer le produjo una serie de estremecimientos y reajustes: "el hielo salía de mis muslos, seguido de un gran calor y sudoraciones fétidas", como él dijo: "ahora después de cuatro meses estoy totalmente curado".

MESMER Y LOS IMANES

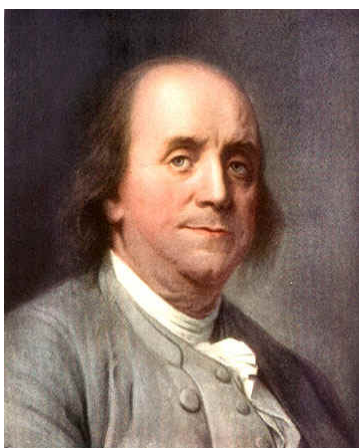
Mesmer creía que realizaba estas curaciones comunicando una forma de sanación energética y magnética a sus

pacientes. En aquellos días el magnetismo era un fenómeno desconcertante, como lo eran la electricidad y muchas otras maravillas que ahora tomamos por garantizadas. Pero algunos científicos estaban comenzando a pensar en ello en términos de una fuerza energética universal que afecta el agua, las plantas, los animales y las personas. En su tesis, escrita en Viena, veinte años antes, Mesmer argumentaba que el sol y las estrellas, podían influir sobre los seres humanos a través de un fluido energético magnético que llenaba todo el universo con su energía. Si el flujo de este fluido en el cuerpo se disturbaba (el campo etérico de la energía vital) el resultado era la enfermedad. La salud sólo podía restaurarse restableciendo este flujo.

En sus comienzos en Viena, Mesmer tocaba a sus pacientes con imanes, pero gradualmente descubrió que podía prescindir de ellos. Durante bastante tiempo los reemplazó, pasándoles "energía" con sus propias manos. Finalmente descubrió que podía crear un "rapport" o conexión energética interna mirándolos intensamente a los ojos. También podía transferir energía "prana" con su aliento a las partes enfermas y curarlas (ver técnicas de Usui Sensei, manual de 2º de Reiki Japonés. "Técnicas del aliento y de la mirada") Luego concluyó que ciertas personas como él podían concentrar el flujo de la "energía magnética universal" y hacer que fluyera a otras personas de diferentes formas. El llamó a este poder energético "magnetismo animal".

En 1784, Luis XVI, el famoso "Rey Sol" desde Versalles, estableció una comisión para examinar las afirmaciones y postulados de Mesmer. Sus asignado en Francia, y un cierto Dr. Josep Gillotin que más tarde

alcanzó la inmortalidad como inventor de una "máquina indolora de cortar cabezas" (la guillotina), en los tiempos de la Revolución. La comisión investigó los tubos magnéticos de Mesmer y bebió de los vasos de agua magnetizada (nos recuerda al agua tratada con Reiki para la curación)



reacciones de pacientes individuales al magnetismo energético. Le sorprendió que algunos estaban "excesivamente agitados", mientras que "otros estaban profundamente serenos". porque *"todos los pacientes estaban bajo la influencia del mismo magnetizador"*.



Franklin y Guillotin, miembros de la comisión que investigó el trabajo de Mesmer por orden de Luis XVI

El veredicto no unánime fue, sin embargo, que sus instrumentos no servían - una conclusión que no sorprende, ya que "se olvidaron" de tener en cuenta la parte esencial del tratamiento: la presencia del Dr. Mesmer.

Ni Mesmer ni sus críticos jamás comprendieron el verdadero significado de su sistema. La comisión informó desdeñosamente, que la *"imaginación jugaba una gran parte en los efectos sanadores producidos por la energía del magnetismo animal"*. Nunca consideraron qué excitaba esa "imaginación" ni cómo se hacía.

Jean Silvain (quien llegó a ser alcalde de París durante el reinado de Napoleón) era un miembro de aquella comisión que no era contrario a la técnica. Baille, comentó las diferentes

Tanto Baille, como Mesmer, pensaron en la fuerza energética como algo que podía pasar presumiblemente en iguales cantidades de una persona a otra. No se dieron cuenta de que el mesmerismo, como luego se llamaría, era un poder energético intangible del espíritu.

Mesmer vivió hasta 1815 y continuó creyendo hasta su muerte en su fluido energético magnético. Las implicaciones de su trabajo fueron desarrolladas por otros. Mikao Usui descubriría el Reiki 107 años después, y se extendería en los siguientes siglos el uso de la hipnoterapia y el Reiki por todo el mundo. Ambos contienen técnicas que ya utilizaba Mesmer en el siglo XVIII. (Ver en los manuales de 2º y 3º el uso de los símbolos de Reiki con afirmaciones del subconsciente y el uso combinado de ambas técnicas,

Reiki e hipnoterapia, en la sanación.)

BAJO EL OLMO MAGNETIZADO

Dos aristócratas franceses fueron los primeros en observar que un paciente "mesmerizado" obedecía las instrucciones del "mesmerizador". El marqués de Puy Segur y su hermano, el conde Masime, se convirtieron en "mesmerizadores" entusiastas en París. Cuando volvieron a su residencia veraniega en Buzancy, cerca de Soissons, se propusieron curar a los paisanos locales. Magnetizaron un gran olmo en el pueblo, y colgaron cordeles metálicos de sus ramas. Bajo este "árbol misterioso", escribiría un testigo presencial, se habían colocado *"diversos bancos de piedra. Los enfermos se sentaban en ellos y ataban el cordel alrededor de las partes de sus cuerpos que estaban enfermas. Entonces comenzaban las sesiones. Los pacientes se tocaban las manos los unos a los otros (como en los círculos de energía Reiki), y de esta forma el fluido energético magnético circulaba de un modo libre..."*

En este ambiente tan natural no había ninguna de las crisis emocionales que ocurrían en el salón de Mesmer. Sin embargo, hubo un logro que los hermanos Puy Segur no habían anticipado. Un paisano de 23 años, Víctor Race, vino a tratarse por una inflamación de los pulmones. *"Cuál sería mi sorpresa - escribiría más tarde el marqués - de ver que al final de unos pocos minutos este hombre cayó dormido en mis brazos, lánguidamente y sin ningún signo de dolor, ni ninguna convulsión. Continué la magnetización y él comenzó a temblar y hablar en voz alta de sus problemas. Como parecía perturbado, le detuve e intenté inspirarle con cosas más*

alegres. Esto fue muy fácil de hacer, y rápidamente mostró todos los signos de estar muy alegre, dando saltitos en la silla y tarareando una canción que le hice repetir en voz alta. El próximo día no podía recordar nuestro encuentro de la tarde anterior, pero me dijo que jamás se había sentido mejor".

de su maestro. Evidentemente, pensó Puy Segur, la forma en que funcionaba el fluido magnético debía ser a través de la mente de la persona y por el poder de la sugestión. Víctor demostró otra sorprendente habilidad. Cuando estaba "mesmerizado" podía diagnosticar las enfermedades de

Puy Segur enseñó a Phineas P. Quimby, quien a su vez enseñó a Mary Baker Eddy, la fundadora de la Ciencia Crística. En 1920 un abad portugués, el abad Faria, llegó a la conclusión de que los fluidos magnéticos, si existían de alguna forma, jugaban un papel poco relevante en las curaciones. En su práctica sanadora de París, donde hizo un uso extensivo del "mesmerismo", se dio cuenta que el factor esencial para el éxito era una actitud receptiva por parte del paciente. Esto ayudó hasta un cierto punto. Permitted dejar a un lado los cordeles metálicos y los árboles magnetizados. No obstante, la ciencia no estaba cerca de encontrar lo que provocaba que un paciente fuera receptivo a las sugerencias de su "mesmerizador". El abad sólo tenía que decirles a sus pacientes que se durmieran e inmediatamente se dormían.

MÁS FENÓMENOS

Otro fenómeno que creó muchos interrogantes y que fue descubierto en esta época es lo que ahora se llama sugestión post-hipnóticas.

Esto ocurre cuando una persona hipnotizada es instruida para realizar una cierta tarea en un momento determinado y tras recibir una señal determinada, incluso mucho después de haber despertado del trance. Por ejemplo: a un sujeto se le dice que se inclinará y se quitará sus zapatos cuando el "mesmerizador" se suene la nariz por segunda vez. Una vez fuera del trance ya no recuerda las instrucciones, y media hora después el "mesmerizador" se suena la nariz dos veces. De inmediato, el sujeto se siente incómodo, cambia los pies de posición, mira el suelo y finalmente, incapaz de soportar una tensión interna mucho más tiempo, se inclina y



El "olmo magnetizado" que se usaba en terapias al aire libre

El marqués "mesmerizó" a Víctor de nuevo. Normalmente éste era un orador tímido y lento, pero habló con total libertad y de una forma muy inteligible mientras estaba en trance. También se levantó y dio una vuelta obedeciendo las órdenes

sus compañeros enfermos atados alrededor del árbol y sugerir el tratamiento correcto.

Rápidamente otros círculos "mesméricos" en Francia estaban demostrando similares poderes de clarividencia. Un discípulo de

se quita los zapatos. Algunas veces, llegará al extremo ingenioso de dar explicaciones por esta extraña acción, tal como explicar que ha sentido un fuerte picor en los dedos de ambos pies.



Marqués de Puy Segur

Un "mesmerizador" - o hipnólogo, como se les llamó más tarde -, también puede alterar el poder de percepción de un sujeto. A una persona, bajo trance hipnótico, se le puede dar un libro y luego decirse que no tiene nada en sus manos, que no podrá verlo ni sentirlo. Por alguna razón, aún desconocida, toda su conciencia queda cerrada a este hecho. Su mente también aceptará información engañosa. Para dar un ejemplo popular: el sujeto hipnotizado masticará una patata cruda con toda evidencia de disfrutar lo que se le ha dicho que es una manzana madura.

Otras partes del sistema nervioso del cuerpo también son afectadas por la sugestión hipnótica. A un sujeto se le dice que va a tocársele con un hierro al rojo vivo. Cuando se le coloca un hierro frío su piel le hace reaccionar y gritar de dolor, y lo que es más interesante aún, se forma una ampolla donde se tocó la piel.

Esta interrupción de la percepción sensorial normal fue la siguiente hazaña que desarrolló el "mesmerismo". Desafortunadamente, para los protagonistas esto ocurrió en Inglaterra, donde la mayoría de los médicos practicantes tenían aún más resistencia a estas experiencias no-ortodoxas que sus colegas franceses.

John Elliotson fue el primer inglés en hacer uso del estetoscopio, por ejemplo, y la tomaron con él por esto. Uno de los médicos le dijo que para qué usaba ese "hocus pocus", ya que no iba a adelantar nada con la curación.

No obstante, la hipnosis está ganando de nuevo un gran reconocimiento como una técnica legítima y efectiva de sanación.

RECIENTES APLICACIONES CLÍNICAS

Elliottson fue virtualmente el fundador de la Universidad Colegiada Hospitalicia de Londres, y el primer hospital que se coordinó con un colegio médico para dar a los alumnos la oportunidad de investigación clínica de la hipnosis.

Después de contemplar una demostración mesmérica en 1837, se dio cuenta inmediatamente de que aquí por fin estaba la respuesta al eterno problema del dolor en la cirugía. Comenzó a mesmerizar a sus propios pacientes, y realizó amputaciones de los muslos, brazos, piernas y pechos indoloramente, durante un trance mesmérico.



Representación de una "mesmerización", como se conocía a la hipnosis en la época posterior a Mesmer



John Elliotson

Antiguos colegas suyos que observaron estas operaciones, tercamente aseveraron que los pacientes debían haber sido entrenados para no expresar el dolor.

El cirujano escocés John Esdaile fue más afortunado que Elliotson en esto, ya que realizó sus primeros experimentos mesméricos en la India, mientras era un agregado del hospital nativo en Hooghy.

Su éxito con las amputaciones fue tan impresionante que en 1846, el gobierno de Bengala le puso a cargo de un pequeño hospital en Calcuta, renombrado "Hospital Mesmérico". Antes de que se retirara de la India, cinco años después había realizado miles de operaciones indoloras para quitar grandes tumores de escroto. Esta era una enfermedad bastante común en la India de aquella época, pero quitarlos se consideraba tan peligroso que pocos cirujanos lo intentaron. Uno de los tumores que quitó Esdaile pesaba 103 libras y era tan pesado como el cuerpo entero del paciente. Para realizar la operación, el tumor tuvo que ser sostenido a través de una soga y una polea sobre una viga.

Esdaile estaba convencido que el mesmerismo funcionaba debido al fluido energético magnético que podía ser transferido de una persona a otra. Sin embargo, James Braid, otro escocés contemporáneo suyo, estaba convencido de que el trance mesmérico era un puro fenómeno subjetivo. Decía: *"al sujeto no se le pone a dormir; él se duerme"*. Braid introdujo un nuevo término, neurohipnotismo o "nervios dormidos", lo que él describió como "una condición peculiar del sistema nervioso producida por medios artificiales". Para abreviarlo, el nombre se redujo al que usamos hoy en día: hipnotismo, que viene de la palabra griega "hipnos", que quiere decir sueño.

El concepto del inconsciente no existía en la época de Braid, pero él se la ingenió para demostrar lo que él llamaba "conciencia dual" de la mente. Mientras sus pacientes estaban bajo hipnosis él les enseñaba fragmentos de lenguas extranjeras. Ellos olvidaban estas palabras extranjeras cuando estaban despiertos, pero las

recordaban de nuevo cuando eran hipnotizados.

Esdaile y Braid fueron desafortunados en que justo en aquellos tiempos se descubrieron el éter y el cloroformo.

Los médicos se agarraron inmediatamente a estos agentes físicos de anestesia, como algo cuya acción podían comprender. La hipnosis, que no podían o rehuían comprender, podía ser ignorada de esta forma. Si Braid no hubiera preparado un documento de su trabajo y lo hubiera enviado a un colega en París poco antes de su muerte en 1860, su trabajo hubiera muerto con él. De todos modos, se mantuvo oculto en Inglaterra durante 30 años.

HIPNOSIS GRATIS

El colega parisino de Braid leyó sus documentos a la Academia Francesa en 1860. En la audiencia había un sencillo y trabajador doctor pueblerino, destinado a ser el pionero de la hipnoterapia, se llamaba Ambroise-Auguste Liébeault.



Braid realizando una terapia de hipnosis

Después de escuchar atentamente a las teorías de Braid volvió a su hogar en Nancy, donde añadió la hipnosis a sus tratamientos de los pueblerinos locales. Era un hombre en el que confiaban sus pacientes y sabía cómo persuadirlos para que cooperaran con él.

"Si deseas que te trate con drogas...", les decía, "... lo haré, pero tendrás que pagarme como antes. Sin embargo, si me permites que te hipnotice, lo haré gratis".



Liébeault (2do. desde la derecha) en su clínica en Nancy con los pacientes a los que hipnotizaba gratuitamente

Un testigo ocular informó que su clínica, siempre atestada, consistía en dos habitaciones en un rincón de su jardín. El colocaba al paciente en un sillón cómodo, le pedía que cerrara los ojos y luego le sugería que se estaba durmiendo. *"Tus ojos se están poniendo pesados, tus miembros se sienten anestesiados y te estás volviendo más y más soñoliento..."*. Esta forma de inducir la hipnosis es esencialmente la misma que hoy se practica. Cuando sus pacientes estaban hipnotizados, él se dio cuenta que podía

sugerirles que desaparecieran muchos de sus desórdenes nerviosos.

Liébeault escribió un libro sobre sus casos en 1866, y se dice que sólo se vendió una copia. Fue casi 20 años después que su trabajo se conoció generalizadamente fuera de Nancy.

Fue descubierto en 1882 por Hippolyte Bernheim, un doctor con reputación nacional que había oído que Liébeault había

curado un caso de ciática en el que él mismo había trabajado en vano durante 6 meses. Bernheim fue a Nancy, preparado para exponer a Liébeault como un charlatán. Le observó trabajando e inmediatamente se convirtió en su discípulo.

Muchos años después Sigmund Freud recordaba la visita que hizo a Nancy como un jovencito. Escribió: "contemplé el espectáculo en movimiento del anciano Liébeault trabajando entre las mujeres pobres y los niños de la clase trabajadora, y

fui el espectador de los asombrosos experimentos de Bernheim sobre sus pacientes hospitalarios, y recibí la impresión más profunda de la posibilidad de que pudiera haber poderosos procesos mentales que no obstante permanecían ocultos a la conciencia del hombre.

Freud había ido a Francia, viajando con compañeros de estudios, bajo la tutela del gran neurólogo Jean Martín Charcot.

A diferencia de Liébeault y Bernheim que buscaban curar a los enfermos, el interés de Charcot se centraba en demostrar fenómenos: en particular el fenómeno del histerismo. Había habido ideas confusas sobre la histeria durante siglos. La mayoría de la gente pensaba que era una situación que sufrían principalmente (casi únicamente) las mujeres, y durante largo tiempo se dijo que estaba causada cuando el útero se separaba y se situaba en otra parte del cuerpo.

El nombre histeria viene de la palabra griega *llystera*, vientre. Quitar un ovario, para curar la histeria era el tratamiento prescrito hasta finales de 1882.

Desde el punto de vista de Charcot, la hipnosis era un estado anormal asociado con la histeria. Estudió sus efectos físicos y neurológicos en 12 pacientes histéricos, todos ellos mujeres.

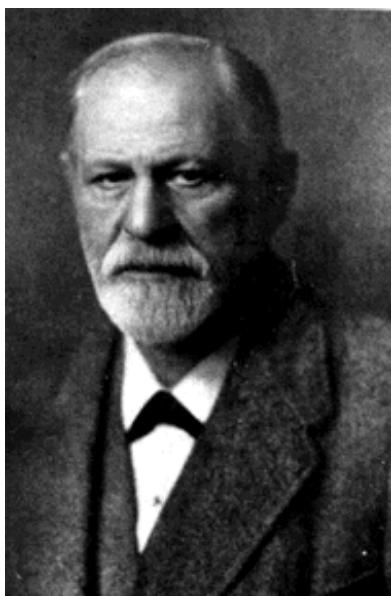
Sus hallazgos tuvieron interés, pero estaban necesariamente limitados al no tener en cuenta otros efectos mentales. Charcot también volvió a introducir los imanes y algunos de sus alumnos consiguieron alcanzar curaciones colocando los pacientes espaldas con espaldas con los histéricos y tratando de transferir las



Jean Martín Charcot

enfermedades del uno al otro a través de la influencia magnética.

Técnicas como éstas inspiraron a Liébeault, quien durante el curso de su larga vida trató no a 12 sino a 12.000 pacientes. También ofendieron a Bernheim, quien mantenía que con raras excepciones, todos los hombres y mujeres histéricos, neuróticos y normales eran susceptibles a ser sugestionados.



Dr. Sigmund Freud

PATOLOGÍAS QUE SE TRATAN CON HIPNOSIS

La hipnosis regresiva está altamente indicada en algunos casos especialmente traumáticos de la niñez o juventud, y en otros que tienen componentes de vidas pasadas para los que, en muchos casos, dos o tres sesiones son más que suficiente para resolver traumas que han durado a veces más de 50 años cuando han tenido su origen en la niñez, y muchísimo más, por su puesto, cuando su origen está en las vidas pasadas.

Los temas que más se tratan con este tipo de terapia constituyen un abanico muy grande de patologías. Entre ellas: las fobias, miedos, violaciones, amnesia, enfermedades con origen kármico, descubrir el origen de las enfermedades, tartamudeo, etc.

También se utilizan las regresiones para descubrir los temas relativos a la reencarnación y al espacio entre vidas, e incluso para progresar en el tiempo y conseguir información que a veces se encuentra en las capas más profundas del subconsciente y del supraconsciente, regresando al útero materno y más atrás en el tiempo.

Los tipos de regresiones más comunes son:

- * Regresión al útero materno
- * Regresión a la infancia
- * Regresión a vidas pasadas
- * Regresión al espacio entre vidas
- * Regresión a un momento determinado de nuestra vida
- * Regresiones buscando un patrón que se repite para alterar la conducta

- * Regresiones buscando relaciones pasadas
- * Regresiones buscando el origen de una enfermedad para curarla
- * Progresiones hacia el futuro, etc.



Regresión hipnótica

El ámbito, pues, de las regresiones es muy amplio y tiene una tradición moderna que se ha desarrollado especialmente en los últimos 50 años, sobretodo en Estados Unidos y en Europa.

Tiene aspectos eminentemente prácticos y esclarecedores, sobre el propósito de la existencia humana y del conocimiento de nosotros mismos, sobretodo en lo que se refiere a nuestro pasado y a nuestra proyección hacia el futuro, creando nuevas personalidades y formas de conducta más adecuadas para nuestra época, gracias a un profundo conocimiento de nuestra vida presente y nuestras vidas pasadas.

TÉCNICAS Y NIVELES EN HIPNOSIS

La Alianza de Hipnosis y PNL ofrece dos niveles de formación en Hipnosis Regresiva: PRACTITIONER y MASTER.

Estos cursos son para la formación de profesionales o neófitos con interés en la sanación, y reúnen estrategias y técnicas de los mejores hipnólogos del mundo- Son eminentemente prácticos y tienen todas sus técnicas editadas en cassette.

El curso de PRACTITIONER de Hipnosis y Regresiones incluye las siguientes técnicas de trabajo:

- * Cómo producir el trance
- * Fenómenos que se producen en el trance
- * Los cuatro estados de la mente
- * La mente consciente e inconsciente
- * Reglas del subconsciente
- * Reglas para formular sugerencias al subconsciente
- * Cómo alcanzar y despertar la mente subconsciente
- * Técnicas de inducción Gestalt
- * Inducciones fraccionales
- * Puntos necesarios para lograr el estado de autohipnosis
- * Visualizaciones
- * Curación y autocuración con hipnosis
- * Regresiones al período prenatal
- * Regresiones a la infancia, a vidas pasadas y al período entre vidas
- * Técnicas fundamentales
- * Mirroring
- * Test con submodalidades
- * Inducción energética con las manos
- * La droga de la elección
- * Submodalidades en trance
- * Conocimiento corporal
- * Indicaciones y contraindicaciones de la terapia regresiva
- * Catalepsia ocular
- * Técnicas de profundización
- * Trabajos con los sueños de Gestalt
- * Zeig trance
- * Catalepsia de párpado y brazo
- * Inducciones fraccionales largas
- * Trayendo a la conciencia total
- * Cómo superar los bloqueos y resistencias al trance
- * Cómo moverse hacia el pasado y el futuro
- * Resolviendo traumas emocionales
- * Las tres fases de la terapia: identificación, desidentificación y transformación con resolución
- * Importancia de revivir la muerte y las vidas pasadas para resolver los traumas
- * Enseñanza entre vidas
- * Consejos y orientaciones prácticas en terapia
- * Asociación y disociación
- * Método de Gil Boyne para autohipnosis
- * Método de regresión curativa de Brian Weiss
- * Inducción de Elman
- * Regresión al nacimiento
- * Resistencias al nacer
- * Traumas infantiles
- * Conexiones kármicas: pasado y presente
- * Preguntas claves durante una regresión
- * Conexiones kármicas con familiares, amigos y pareja
- * El alma gemela.



Antonio Moraga durante uno de los cursos de Hipnosis y Regresiones realizado en Murcia

Carta del Director

Querido amigo/a y lector/a:

En este boletín de introducción a la Hipnosis y Programación Neuro-Lingüística, retomamos una antigua andadura que comenzó a principios de los 90` s con la creación de un centro de terapias que ahora se ha convertido en la Alianza Española de Hipnosis y PNL*.

Mi primera incursión en el mundo de las terapias alternativas y complementarias de hecho la realicé en el apartado de la Hipnosis, y en concreto en la Hipnosis Regresiva, haciendo diversos cursos, cuyos primeros objetivos fueron para mí desarrollar la autoestima y crear la suficiente confianza en mí mismo para comenzar a dar terapias en primer lugar y luego conferencias públicas y cursos.

El primero de estos cursos, lo realicé con una gran terapeuta y maestra de hipnosis, Jackeline Hitchcock en un fin de semana, y creó en mí una gran impresión, lo que me hizo hacer un par de meses después un curso profesional de Hipnosis en Inglaterra con uno de los mejores hipnólogos de Europa, el Presidente de la "British Council of Hypnotist Examiners", Wilfred Proudfoot, quien infundió en mí el entusiasmo que aún mantengo por la Hipnosis, como la maravillosa herramienta que es para producir cambios drásticos y duraderos sobretodo en lo que a la personalidad se refiere.

Con él realicé el Practitioner y el Master tanto en Hipnosis como en PNL, y esto me inspiró a dedicarme posteriormente a ambas disciplinas y artes de comunicación y desarrollo personal.

Posteriormente, e inspirado por los resultados tanto en la práctica personal como terapéutica, viajaría a EEUU, para hacer otros Masters de Hipnosis con dos de sus grandes Maestros, Gerald Klein, Presidente de la Sociedad de Hipnosis de Florida, con quien realicé estos cursos en Fort Lauderdale, y Gil Boyne, el hipnólogo de los actores de Hollywood, y afamado presidente del "American Council of Hypnotist Examiners" en Los Angeles, quien tiene uno de los mayores archivos y uno de los mejores centro sobre Hipnosis que existen hoy en día, siendo además uno de los mayores entusiastas de la hipnoterapia como forma de sanación.



Dr. Antonio Moraga CMH, CHYP
Presidente de la Alianza de
Hipnosis y PNL*

Posteriormente en 1995, tuvimos la oportunidad desde la ya fundada Alianza Española de Reiki de invitar a un curso y varias conferencias al Dr. Brian Weiss, aprovechando el deseo de éste de promocionar en España su libro "Lazos de Amor". Brian Weiss, quien estuvo en 2004 en España, es una de las personas con las que me he formado que más ha hecho por difundir la terapia con hipnosis regresiva, que hoy en día se utiliza en multitud de casos.

Sigo viajando de tanto en tanto a EEUU y a la India donde también me entrené en otros tipos de Hipnosis, aparte de la Ericksoniana, para ampliar la formación e información de nuestros cursos actuales de Practitioner y Master en Hipnosis, Autohipnosis, Hipnosis Regresiva y PNL, que después de los cursos realizados en los últimos años seguiremos ampliando.

Deseando que la práctica de ambas técnicas os aporte todos los recursos y la confianza que ha desarrollado en mi vida, os saluda atentamente.

Antonio Moraga.

Boletín de Hipnosis y PNL

Director y Editor
Dr. Antonio Moraga

Consejo Editorial
Nataly Flores
Ma. Luisa Dávila

**Alianza Española de
Hipnosis y PNL**

C/ Almarza 66 28033 Madrid

Tif.: 902 44 12 44

Telefax: 91 38 38 403

E-mail: amoraga@teleline.es

www.alianzadehipnosisypnl.com

Impresión Cuatrocuatro

© Copyright 2005

Reservados todos los derechos, salvo autorización escrita. Ninguna parte de esta revista puede ser reproducida ni transmitida por ningún medio sin permiso escrito del propietario del Copyright.

***Antonio** es también Presidente de la Alianza Española de Reiki. Doctor en Medicina Alternativa por la Open International University; Trainer en PNL y Master en Hipnosis; Maestro de Reiki en los Sistemas Usui Japonés, Tibetano-Tántrico, Karuna-Prakriti, Reiki Egipcio "Sekhem-Seichim" y Komyo Reiki. Master en Magnified Healing® e Instructor de Viajes Astrales.

INTRODUCCIÓN A LA P.N.L.

Cada causa tiene su efecto. Lo que nos pasa hoy es producto de las "causas" anteriores que conforman la historia de nuestra vida. Nuestra libertad consiste en implantar las causas adecuadas a los efectos que queremos lograr.

La Programación Neuro-Lingüística (P.N.L.), cuyo campo de estudio es la estructura de la experiencia subjetiva, no pretende ser una teoría sino que más bien tiene el status de Modelo.

Podemos definir un **MODELO** como:

"Conjunto de procedimientos cuya utilidad es la medida de su valor".

Esto significa que no planteamos teorías acerca de qué es la personalidad, o qué es el hombre, etc. Cada uno de nosotros puede tener una respuesta distinta a éstas y muchas otras preguntas sobre el ser humano y, sin embargo, cada uno con su idea, puede aplicar las técnicas de la P.N.L. porque funciona como un Modelo científico.

Hasta el día de hoy los científicos siguen buscando la partícula que origina la gravedad o una explicación completa de todos los fenómenos que envuelven la electricidad.

Tenemos muchos más interrogantes en todas las áreas de las ciencias y, aunque reconozcamos nuestra ignorancia, la humanidad ha creado modelos para utilizar la electricidad y hacer que los motores funcionen. Nuestra forma de vida actual sería

imposible sin la electricidad. No hemos esperado a entender qué es la electricidad para generar Modelos que nos permitan utilizarla.

Con la fuerza de la gravedad sucede lo mismo. Generamos Modelos para hacer que nuestros aviones vuelen o para poder llegar hasta otros planetas, y sin embargo seguimos sin saber qué es la gravedad.

La P.N.L. presenta Modelos que son útiles y que ese es su valor, más allá de toda teoría. Y si uno de estos Modelos no funciona, o funciona defectuosamente, podemos probar otro y otro, hasta que encontremos el que mejor se adecua al objetivo que queremos lograr.

La P.N.L. presenta herramientas y técnicas específicas que pueden ser aplicadas para organizar o reorganizar nuestra experiencia con la finalidad de definir y asegurar cualquier resultado conductual propio.

Esto nos permitirá obtener respuestas adecuadas a los objetivos que nos fijemos.

No se trata de técnicas nuevas o extrañas a nuestro comportamiento cotidiano. Se trata de conocer y emplear nuestro propio código de comunicación, pero adecuadamente para conseguir una respuesta positiva en cualquier medio: Personal, profesional y socio humano en cualquier caso.

La P.N.L. es el Arte y la Ciencia de la excelencia personal. Deriva del estudio de cómo algunas personas obtienen resultados sobresalientes en distintos ámbitos de la actividad humana.

Es un Arte porque cada uno da su toque único, personal y de estilo a lo que esté haciendo, y esto nunca se puede expresar con palabras o técnicas.

Es una Ciencia porque hay un método y un proceso para descubrir los Modelos y habilidades que nos permiten pensar y actuar de forma efectiva en el mundo.



Antonio Moraga en una conferencia sobre Hipnosis y PNL

Los Modelos y técnicas de la P.N.L. pueden ser utilizados por cualquier persona, cualquiera que sea su filosofía y creencias.

El propósito de la Programación Neuro-lingüística es ser útil, incrementar las opciones personales y mejorar la Calidad de Vida de quien practique sus técnicas.

Cuántas veces te habrá tocado vivir situaciones en las que, poniendo lo mejor de ti mismo, tratas de llegar con tu mensaje a otra persona y parece que todo es en vano, que ante cada esfuerzo el diálogo se embrolla más y más.

Tal vez también has experimentado la paradoja de sentirte mal en compañía de alguien, a pesar de que aparentemente se trate de un encuentro amable, o la confusión de sentirte atraído por otro que aparenta indiferencia. O quizás alguna vez te preguntaste cómo algunas cosas te "salen bien" y otras te "resultan un desastre".

Mucho se ha escrito, dicho y hecho ante preguntas como éstas y muchas otras más, pero sucede que, en general, estas explicaciones no nos sirven en el momento en que nos encontramos sumergidos en la bruma de una comunicación defectuosa con nosotros mismos y con los demás.

Hace poco más de dos décadas dos hombres curiosos: el doctor en informática y en aquel entonces estudiante de Psicología, Richard Bandler y el lingüista John Grinder, se preguntaron si sería posible

detectar de qué manera se conducían las personas que eran reconocidas por su eficacia y habilidad en los campos de su actuación específica, y si se podría transformar esta información en una herramienta práctica para que pudiera ser aplicada por otra persona en cualquier área.

Animados por esta idea conformaron un equipo multidisciplinario y se pusieron a trabajar durante varios años, filmando y estudiando a los mejores comunicadores del mundo, los que eran excelentes en su profesión en todas las ramas de las Ciencias, las Artes, y los Negocios.

El resultado fue el nacimiento a la Programación Neuro-lingüística (P.N.L.), como un acercamiento nuevo, diferente al arte de la comunicación y el desarrollo de la excelencia personal.

Este nombre tiene el siguiente significado:

Programación: programar es organizar de forma eficiente los componentes de un sistema para lograr el resultado adecuado.

Neuro: todo comportamiento es el resultado de procesos neurológicos.

Lingüística: los procesos neurológicos son expresados mediante un lenguaje verbal y corporal.

Por lo tanto, la Programación Neuro-Lingüística nos permite ordenar los componentes de nuestro pensamiento y organizar nuestra experiencia de tal forma que, a través de

los procesos neurológicos, logremos producir los comportamientos adecuados a los objetivos que queremos alcanzar.

Para utilizar las técnicas y herramientas ideadas por la P.N.L. no tenemos que hacer grandes y tediosas sesiones de aprendizaje ni contratar a costosos expertos. Simplemente bastaría con que reflexionemos sobre la manera en que organizamos nuestro propio comportamiento cotidiano, nuestro código particular de comunicación, y lo ordenemos adecuadamente para lograr los resultados que deseamos en cualquier ámbito: personal,



La PNL, al ordenar nuestros pensamientos produce comportamientos adecuados a los objetivos que perseguimos

Conociendo cómo funciona nuestro pensamiento y de qué manera nos comunicamos con nosotros y con los demás, la P.N.L. permite programar libremente las causas adecuadas a los efectos que perseguimos.

La P.N.L. es un sistema para la comprensión y utilización de la comunicación que produce cambios positivos y crecimiento

personal. Como ciencia aplicada, la P.N.L. ofrece procedimientos específicos para la educación, el entrenamiento, la terapia y los negocios.

La P.N.L. consta de las disciplinas de lingüística, psicología y neurofisiología; y esto la distingue de otros modelos o teorías de comunicación y psicología al aportar al usuario las claves de la comunicación y cambio.

El entrenamiento con P.N.L. ofrece una oportunidad de desarrollar mesurablemente la habilidad de cada uno para identificar con precisión el proceso de pensamiento interno de otras personas, interpretando los patrones específicos de lenguaje y los indicadores no verbales observados.

El valor de la P.N.L. reside en su capacidad de proporcionar al profesional y al cliente opciones conscientes y flexibilidad de conductas en el campo de la motivación, mejoras, toma de decisiones, aprendizaje, comunicación, creatividad y desarrollo emocional.



La PNL ayuda a mejorar la comunicación y con ello nuestro nivel de éxito de todas las áreas de nuestra vida

APLICACIONES TERAPÉUTICAS

- * Ansiedad
- * Estrés
- * Fobias
- * Problemas en las relaciones, divorcio
- * Depresión y falta de confianza
- * Alteraciones en el aprendizaje o en el trabajo,
- * Terapia sexual
- * Insomnio
- * Trastornos alimenticios
- * Problemas de padres e hijos
- * Adicciones: tabaco, etc.
- * Conductas delictivas y hostiles
- * Problemas en la relación jefe empleado
- * Inhibiciones sociales
- * Falta de autoafirmación
- * Ludopatías
- * Crisis vitales
- * Mejora en la calidad de vida.
- * Enfermedades degenerativas

APLICACIONES ORGANIZATIVAS

- * Motivación y persuasión de los colegas
- * Persuasión de directivos, conflictos terminales y conflictos de personalidad
- * Coordinación de encuentros dirigidos a influir en programas y decisiones políticas
- * Preparación de entrevistas, romper resistencias al cambio
- * Establecer sistemas de comunicación claros y convincentes
- * Cambiar actitudes de insensibilidad
- * Preparación y desarrollo de la formación, haciendo efectivas la mejora de las apreciaciones, la selección y la evaluación.

La Programación Neuro-Lingüística incorpora diferentes

áreas de estudio, como cibernética, lingüística, neurología y modelado. Usando el modelado, los co-desarrolladores de la P.N.L., R. Bandler y J. Grinder, fueron capaces de reducir el trabajo de Fritz Perls, Virginia Satir y Milton H. Erickson en patrones específicos.



Milton Erickson

Algunos beneficios de la PNL son:

- Explorar su mundo interior para comprender mejor sus limitaciones y conflictos, y desarrollar áreas y capacidades no aprovechadas que le permitan realizar los cambios deseados.
- Mejorar las relaciones con el entorno inmediato: familia, pareja, entorno laboral, amistades.
- Determinar los sistemas con que las personas reciben, procesan y emiten la información y utilizarlos para enriquecer el mundo propio y el encuentro con otros seres.
- Mejorar la calidad de la información que recibe y emite para facilitar el liderazgo.
- Conectarse con el otro a través de mensajes no verbales, sin necesidad de tener que hacer interpretaciones que oscurecen la comunicación.

- Detectar el "impacto" que su mensaje produce en el otro para reorganizarlo según el objetivo deseado.

TÉCNICAS Y NIVELES EN PNL

El curso de PRACTITIONER incluye las siguientes técnicas de trabajo:

- * Lectura de temperatura
- * Introducción a la P.N.L.
- * ¿Qué es y en qué le ayudará la P.N.L.?
- * Presuposiciones de la P.N.L.
- * Contacto (Rapport)
- * Tarea de la meta persona
- * Estableciendo contacto
- * Cuestionario de la buena forma
- * Acoplar y dirigir
- * El mapa no es el territorio
- * Los principios del modelado
- * Procesos del modelado humano
- * Las palabras: la forma más pobre de comunicación
- * El metamodelo
- * Gramática transformativa
- * Práctica del metamodelo
- * Utilización del metamodelo
- * El campo unificado de la P.N.L.
- * La P.N.L. y la modificación del comportamiento
- * Calibrar
- * Rapport
- * Accesos oculares y visuales
- * Prácticas con acceso ocular
- * Sistemas de estructuración de la experiencia
- * Identificación de los sistemas representativos
- * Logre un buen trabajo en equipo
- * Modalidades representativas
- * Las submodalidades
- * Asociación y disociación
- * Preguntas para seleccionar distinciones de submodalidad
- * Estrategias
- * Control de dolor

- * Ejercicios de exploración visual y auditiva
- * Anclajes
- * Recursos
- * Llevar anclas
- * Explorando submodalidades kinestésicas
- * Despejar un espacio desde la cualidad positiva
- * Apilamiento de anclajes
- * Condiciones para una buena formulación
- * Cómo ayudar a un amigo (y a ti mismo)
- * Curso de terapia
- * La línea de Schiffman
- * Los sistemas representativos en el test Bias
- * Aumentando los canales sensoriales
- * Mejorando la agudeza visual
- * Mejorando la agudeza sensorial
- * Estrategia para seleccionar respuestas
- * Creando un sendero hacia la salud y el bienestar
- * Tratamiento de alergias con la P.N.L.
- * La línea del tiempo
- * Cambio de historia personal
- * Generador de nuevas conductas
- * Integración de partes
- * El patrón de cambio "Swish"
- * Cura rápida de miedos, traumas y fobias

- * Técnica para quitar hábitos
- * Los seis pasos del reencuadre
- * Sinfonía psicológica - Meditación para la salud.

El curso de MASTER incluye las siguientes técnicas de trabajo:

- * Introducción a la P.N.L.
- * Perfil del Master
- * Patrones de la comunicación eficaz
- * Lectura de temperatura
- * Borrador de presuposiciones para P.N.L.
- * Cuestionario de la buena forma
- * Contacto (Rapport)
- * Acoplar y dirigir
- * El mapa no es el territorio
- * Modelo T.O.T.E. para conductas
- * Modelo T.O.T.E. para comunicación
- * Posiciones perceptivas
- * Modelos avanzados para el análisis de objetos
- * El modelo de las 7 Cs
- * Modelo A.M.O.R.E.
- * Componentes del cambio
- * Niveles Neuro-lógicos
- * El campo unificado de la P.N.L.
- * La P.N.L. y la modificación del comportamiento

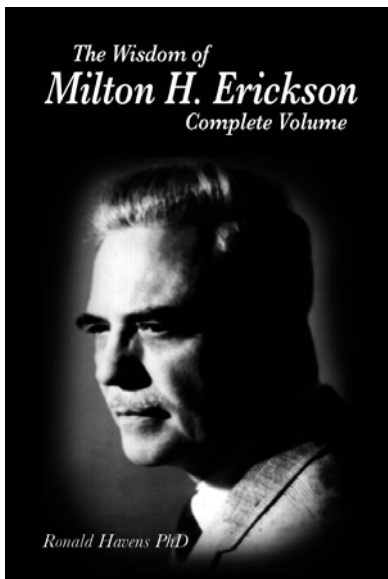


Antonio Moraga después de un curso en Levante



Antonio Moraga y grupo de alumnos después de un curso en México D.F.

- * Las Palabras: la forma más pobre de comunicación
- * El Metamodelo
- * Gramática transformativa
- * Calibrar
- * Rapport
- * Los principios del modelado

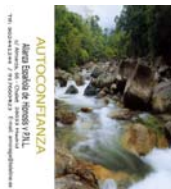
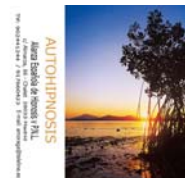


El trabajo de Milton H. Erickson ha sido de gran importancia dentro de la PNL por esto se siguen editando muchos libros acerca de sus investigaciones

- * Modelo tridimensional para la solución de problemas
- * Psicogeografía
- * Patrón de resonancia
- * Accesos oculares y visuales
- * Anclajes
- * Recursos
- * Creando un sendero hacia la salud y el bienestar
- * Creencias
- * Tipos de creencia
- * Integración de creencias conflictivas
- * Submodalidades avanzadas
- * Cambiando fracasos en oportunidades
- * Modelo R.I.O.SI.
- * Técnica de generalización de submodalidades
- * Identificación de los sistemas representativos
- * Metamodelo III
- * Metamodelo IV
- * Estrategias avanzadas para intervenciones
- * Estrategias avanzadas de modelaje
- * Técnicas de cambio con metáforas y cuentos
- * Principios para la construcción de metáforas
- * Cambio de creencias
- * Patrones de Metaprogramas
- * Proceso resumido para la construcción de una metáfora terapéutica
- * Logre un buen trabajo en equipo
- * Condiciones para una buena formulación
- * Estrategia para seleccionar respuestas
- * Las submodalidades
- * Asociación y disociación
- * Preguntas para seleccionar distinciones de submodalidad
- * Estrategias
- * Establecimiento de creencias
- * Tratamiento de alergias con la P.N.L.
- * Reimprinting: Reorganizar un punto en el pasado
- * Los Niveles Neuro-lógicos y su relación con el sistema nervioso
- * Contar la metáfora
- * Cambio de historia personal
- * Integración de partes
- * Los seis pasos del reencuadre desde el Master
- * Sinfonía psicológica - Meditación para la salud.

CATÁLOGO DE MATERIALES

CINTAS DE HIPNOSIS Y AUTOHIPNOSIS (€6 cada una)



IN ENGLISH

- * Getting well from cancer
- * Pain relief
- * Relief from back pain
- * Up from depression
- * Stomach Problems
- * Stop smoking now
- * Stop stuttering
- * Freedom from Allergies
- * Self-Hypnosis Self Confidence
- * Self-Hypnosis Training/Secrets of Self-Discovery
- * Spiritual Protection and Healing/The healing center within yourself
- * Sexual enrichment for men/Self-hypnosis
- * Programming for the hypnotherapist
- * Concentration/Perfect memory and recall
- * Weight control/Self-hypnosis
- * Deep relaxation and restful slumber
- * Ideomotor hypnotic induction
- * The mastery of Self-hypnosis
- * Insomnia
- * 7 levels of communication/Higher-self
- * Heal the cause/Past life regression
- * Self-hypnosis conditioning/Healing with hypnosis
- * Past life regression/Colors

TITULOS EN CASTELLANO

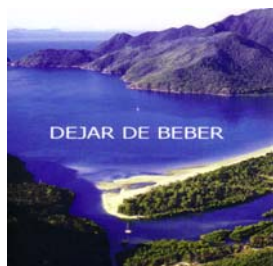
- * Adelgazar
- * Alergias
- * Autoconfianza
- * Autocuración
- * Autohipnosis
- * Concentración
- * Dejar de Beber
- * Dejar de Fumar
- * Depresión
- * Hablando con tu cuerpo
- * Insomnio
- * Mejore su Memoria
- * Mentalidad Positiva
- * Música de Hipnosis y Autohipnosis
- * Regresiones a Vidas Pasadas y a la infancia
- * Relajación
- * Sanación del Cáncer 1 y 2
- * Tensión y Ansiedad
- * Triunfar en la Vida

EN PROYECTO

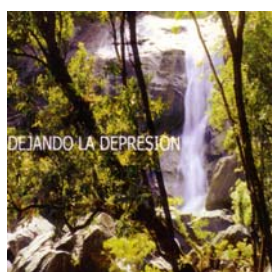
- Contra el dolor
- Dolores de espalda
- Dolores de estómago
- Tartamudeo
- Los 7 niveles de la comunicación
- Secretos del autoconocimiento

Para solicitar tu pedido, puedes llamar al 902441244 o escribirnos a amoraga@teleline.es con al menos una semana de antelación. Los pedidos se harán contra reembolso, añadiendo al total los gastos de envío.

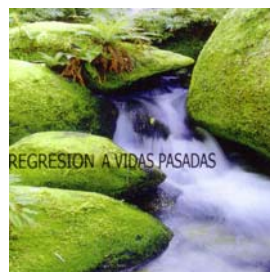
AUDIO CD's (€10 cada uno)



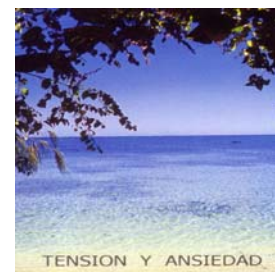
Adelgazar
Alergias
Autocuración
Depresión
Dejar de fumar



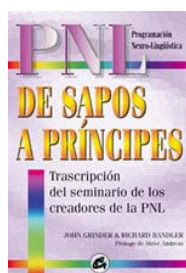
Relajación
Insomnio
Mejore su memoria
Triunfar en la vida
Tensión y ansiedad



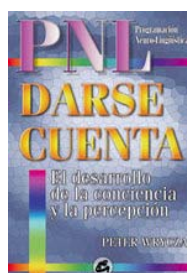
Regresión a la infancia
Regresión a vidas pasadas
Música de hipnosis y autohipnosis
*Dejar de fumar (Portugués)



LIBROS



€18



€20



€18



€20

CURSOS DE HIPNOSIS REGRESIVA Y PNL

HIPNOSIS & REGRESIONES

Nivel Practicante: € 300

Nivel Master: € 400

PNL

Nivel Practicante: € 300

Nivel Master: € 400

Para consultar las fechas de los cursos, puedes consultar el calendario de nuestro Boletín Reiki o la página web: www.alianzadehipnosisypnl.com

Para más información sobre tratamientos, cursos o pedido de materiales puedes llamar al 902 441244 o enviar un e-mail a: amoraga@teleline.es en horario de Lunes a Viernes de 10h00 a 14h00 y de 16h30 a 20h30