



COLEGIO DE PSICOTERAPEUTAS
ERICKSONIANOS DE MÉXICO A.C.

16° Edición

BOLETÍN INFOR MATIVO

16 de junio de 2026

FRASE DEL MES

Según Judy Singer, la **neurodiversidad** propone que las diferencias neurológicas forman parte de la diversidad humana y no deben considerarse necesariamente déficits.

Judy Singer, conocida por haber popularizado el concepto de neurodiversidad en la década de 1990.



AVANCES DE PROYECTOS



MESA DIRECTIVA

Presidenta

Dra. Cecilia Fabre

Vicepresidente

Dr. Gabriel Labastida

Tesorera

Dra. Alejandra Muñozcano Villaseñor

Secretaria

Dra. María Elena Castro

Primera vocal

Dra. Veronica Ortega Loyo

Segunda Vocal

Dr. Claudio Borjón Zárate

Tercera Vocal

Dr. Gilberto Robles



COMITÉ EDITORIAL

Dr. Gabriel Labastida López

Dra. María Elena Castro

COMITÉ DE RELACIONES INTERNACIONALES

Dr. Gabriel Labastida

Dra. Cecilia Fabre

COMITÉ DE DISEÑO Y MARKETING

Dr. Jorge Castañeda

Dra. Cecilia Fabre



COMITÉ DE ACTUALIZACIÓN

Integrantes



**Mtra. Alejandra
Muñozcano Villaseñor
(Coordinadora)**



**Dra. Verónica Loyo
Ortega**



**Dra. Teresa Robles
Uribe (Miembro
Honorario)**

Objetivo

Promover la actualización continua y el intercambio académico entre los afiliados.

Logros Enero – Junio 2026

Acciones realizadas

- Definimos puntajes para la certificación bianual.
- Establecimos lineamientos para ponentes afiliados.
- Lanzamos la convocatoria para talleres de actualización.
- Dialogamos con ponentes para alinear las propuestas académicas.
- Integramos temas, ponentes y calendario semestral.



Logros Enero – Junio 2026

- Criterios claros para certificación y participación.
- Mayor oportunidad de compartir experiencia profesional.
- Oferta académica alineada a las necesidades del Colegio.

Próximos pasos (Julio – Diciembre 2026)

- Dar seguimiento al programa semestral de actualización.
- Incrementar la participación de afiliados como ponentes.
- Evaluar satisfacción e impacto de las actividades académicas.
- Continuar fortaleciendo los criterios de certificación y actualización profesional.
- Promover la participación de nuevos miembros en las actividades del Colegio

COMITÉ DE INVESTIGACIÓN

Integrantes



**Dra. Maria Elena
Castro Sariñana**



Dr. Giberto Robles



Beneficios para los afiliados

Se propone una metodología para investigar autohipnosis en distintas poblaciones, con base en un trabajo realizado por Maria Elena Castro y presentado en una sesión del comité de actualización: Metodología de investigación cualitativa y cuantitativa para implementar autohipnosis comunitaria en diferentes poblaciones, incluyendo jóvenes, psicólogos, maestros, padres y cuidadores. Enfoque de grupos focales para identificar necesidades comunitarias y construir trances personalizados usando el lenguaje y símbolos de la comunidad, con seguimiento a través de plataformas digitales. Los participantes Verónica Ortega, Ana Lilia Valderrama y Alejandra Muñoz Cano sugirieron aplicar esta metodología con psicólogos escolares, cuidadores de personas con discapacidades, y población psiquiátrica, destacando los beneficios neurocientíficos del enfoque. Se propone crear un protocolo de investigación para el Colegio que permita desarrollar evidencia sobre hipnosis comunitaria aplicada a diferentes sectores de la población.

Próximos pasos (Julio – Diciembre 2026)

Elaborar un protocolo de investigación y hacer una convocatoria a todos los miembros del Colegio para participar



COMITÉ DE GALARDONES

Integrantes



Dr. Gabriel Labastida



Dra. Cecilia Fabre

Logros Enero – Junio 2026

Acciones realizadas

- Se establecieron lineamientos y metodología para las postulaciones y se estableció la fecha para llevar a cabo una actividad presencial y entregar el galardón en 2027/2028
- Como parte de las actividades mensuales se llevo a cabo un **taller de actualización impartido por la Dra. Robles.**



PRÓXIMOS EVENTOS





LÍDERES MUNDIALES
EN **HIPNOSIS VII**®

14° CONGRESO INTERNACIONAL
CENTRO ERICKSONIANO DE MÉXICO

ON LINE



09 - 11 abril, 2027
April 09 - 11, 2027

¡**Precio especial** de
lanzamiento ya disponible!



CENTRO ERICKSONIANO
DE MÉXICO, A.C.
un lugar de encuentro...®



Invitado especial 2027
Enayat Shahidi



 ONLINE

VERANO CLÍNICO DE HIPNOSIS ERICKSONIANA

Inicia 04 Julio 2026

(Opciones entre semana y fines de semana.
Pregunta por los horarios disponibles.)



CENTRO ERICKSONIANO
DE MÉXICO, A.C.
un lugar de encuentro...

(+52) 55 4448 76 04 / (+52) 998 388 3610

¡CUPO LIMITADO!



RESUMEN TALLER DE ACTUALIZACIÓN

“Inteligencia Espiritual”

Teresa Robles

Antes de comenzar, quiero decirles que yo creo que no podemos conocer la REALIDAD tal como es mientras estemos en este cuerpo. La historia de la humanidad es una historia de tratar de explicarnos la vida y el mundo creando conceptos y teorías que tienen que cambiarse o abandonarse cuando dejan explicarnos lo que necesitamos. Las ideas que escribo a continuación y todo lo que hablaré en el seminario a mí me hace sentido; me permite entenderme, entender lo que me pasa en la vida y actuar.

Para mí, la Inteligencia Espiritual es una forma de estar en el mundo, así como una forma de construir el mundo. Se ha definido de maneras diferentes.

Definiciones

El Dr. Victor Frankl, menciona la idea de un inconsciente espiritual, funda así la Logoterapia que propone el cuidado espiritual como parte del cuidado psicológico del ser humano.



La autorrealización como cúspide de la famosa pirámide o jerarquía de las necesidades humanas de Abraham Maslow, es para este autor, un estado espiritual en el que el individuo emana creatividad

es feliz, tolerante, tiene un propósito y una misión de ayudar a los demás a alcanzar ese estado de sabiduría y beatitud. A través de su satisfacción encuentra un sentido a la vida.

Ambos son precursores de la definición de la Inteligencias Espiritual.

En 1999 Gardner, creador del concepto de Inteligencias Múltiples, propuso como una de ellas la Existencial o Trascendente definiéndola como “la capacidad de situarse a sí mismo con respecto al cosmos, así como la capacidad de situarse a sí mismo con respecto a los rasgos existenciales de la condición humana como el significado de la vida y de la muerte, la capacidad de vivir profundas experiencias como el amor a otra persona o la inmersión en un trabajo de arte”.

Fueron los doctores Danah Zohar y Ian Marshall en el 2000, quienes utilizaron por primera vez el término Inteligencia Espiritual. Proponen que sus bases neurológicas se encuentran en el tercer sistema neuronal del cerebro, con oscilaciones neurales sincrónicas que unifican datos. La Inteligencia Espiritual unifica, integra y tiene el potencial de transformar procesos intelectuales y emocionales. Facilita el diálogo entre la razón y la emoción, entre la mente y el cuerpo, proporcionando un punto de apoyo para el crecimiento y la transformación del Ser.

La definen como la inteligencia que permite a los seres humanos ser creativos, cambiar las reglas y alterar las situaciones, jugar con los límites, lidiar con cuestiones del bien y del mal, de la vida y la muerte, poniendo las situaciones e incluso la vida y la muerte en un contexto más amplio, más rico y significativo, haciendo conscientes a las personas de tener problemas existenciales y les permite resolverlos, o al menos, encontrar la paz sobre ellos. En algún momento, estos autores proponen que la Inteligencia Espiritual es la Conciencia. (Zohar & Marshall, 2000)

Yo coincido en esencia con todos ellos. Para mi, la Inteligencia emocional es la capacidad de producir y manejar adecuadamente experiencias anómalas, de construir sincronicidades y de saberse y sentirse parte de todos los todos a los que pertenecemos y actuar en consecuencia, lo que deriva en la empatía, la compasión y el respeto por todo y todos, que la persona enfrente sus problemas existenciales y tenga una vocación de servicio.



La persona que tiene Inteligencia Espiritual es un líder natural que transmite paz y transforma con su presencia.

Experiencias anómalas

El término 'anómalo' deriva del griego 'anomalos' que significa irregular, desigual, inusual. Aunque las experiencias anómalas (EA's) pueden ser comunes y experimentadas por un importante número de personas, se llaman así porque sugieren un tipo de interacción entre los organismos y su medio ambiente que parece contradecir la construcción espacio-temporal y energética que sostiene el paradigma científico convencional occidental. Las más frecuentes son:

- sinestesia, unir dos canales de percepción por ejemplo ver la música con colores o formas mientras se escucha
- sueños lúcidos, reconocer que estamos soñando y actuar dentro del sueño conscientemente, incluso modificándolo o saliendo de él
- "alucinaciones", percibir presencias de otras dimensiones o de personas que ya dejaron su cuerpo, ya sea visualmente o escuchando, o ver en el aura de las personas
- canalizaciones de una presencia que escribe o habla a través de la persona
- experiencias místicas, una emoción de arrobamiento que desborda, generalmente unida a una experiencia de fusión con otro ser, u otra persona (como en algunos encuentros eróticos), o una divinidad, o el universo como un todo. Existen otras experiencias místicas como los estigmas y los ayunos milagrosos que, como van contra el bienestar de la persona, yo no sé si provienen del contacto de frecuencias de muy alta vibración , pero a mi no me parecen saludables.
- remisión espontánea de síntomas físico o enfermedades
- experiencias fuera del cuerpo
- experiencias de vidas pasadas
- experiencias cercanas a la muerte

Todos tenemos en potencia estas capacidades que generalmente se bloquean con la educación o no se desarrollan. Y por supuesto, como en el caso de cualquier habilidad, unas personas tienen mayor facilidad para unas que para otras.

Es muy importante hacer un diagnóstico diferencial para saber si son experiencias anómalas o patológicas. El uso de alcohol y de sustancias tóxicas las hacen aparecer en forma patológica y irrespetuosa, ligada con energías oscuras.



Podemos preguntar: ¿la persona que las vive tiene coherencia en su vida?, ¿aparecen ligadas a una vivencia de bienestar o paz?, ¿está la persona totalmente consciente?, ¿tiene el control voluntario del inicio y el curso de la experiencia? Si no fuera así ¿es porque no las entiende o le dan miedo? Puede ser que no produzcan paz porque existe la creencia de que son algo negativo y la persona se siente amenazada por ellas. Pero se puede aprender a manejarlas saludablemente.

Frecuentemente aparecen junto con patologías o mezcladas con ellas. Por eso, para vivirlas saludablemente, ES INDISPENSABLE que la persona tenga salud física y mental. Que cuide su cuerpo para que esté en buenas condiciones, comiendo adecuadamente, durmiendo suficiente, libre de tóxicos y haciendo algo de ejercicio. No es casualidad que las crisis psicóticas aparezcan con frecuencia cuando la persona ha pasado muchas horas sin dormir y sin comer. Y las alucinaciones, aparezcan con el consumo de sustancias. Es indispensable también que desarrolle su inteligencia emocional, es decir que sepa reconocer sus emociones y las de los demás y manejarlas adecuadamente.

Para ayudar a distinguir las experiencias patológicas de las no patológicas, (Moreira-Almeida & y Cardeña, 2011), propusieron ocho criterios:

1. Ausencia de sufrimiento psicológico,
2. Ausencia de impedimentos sociales y ocupacionales,
3. La experiencia vivida es corta, ocasional y no involuntaria,
4. Una actitud de discernimiento acerca de la experiencia,
5. Compatibilidad con alguna tradición religiosa,
6. Ausencia de comorbilidad psiquiátrica,
7. Control sobre la experiencia,
8. La experiencia promueve crecimiento personal.

¿Qué es la Sabiduría Universal?

La física cuántica propone que el universo es como un holograma, es decir y la proyección de algo. Y en un holograma la información del todo se encuentra en cada una de sus partes. Yo soy una parte del universo, por lo tanto toda la información del universo estaba dentro de mí. La misma que en el sol, la luna y las estrellas. Yo llamo a toda la información del universo adentro de mí Sabiduría Universal y para mí, es la Fuerza Creadora del Universo y por lo tanto todopoderosa. Puedo verla también como mi Parte Divina, mi Esencia, mi unión con él TODO.



Me parece que la Inteligencia Espiritual es una de sus manifestaciones. La Sabiduría Universal funciona así. En este seminario vamos a aprender a trabajar con ella.

Construir sincronicidades, es decir crear la realidad

Volvamos al Universo como un holograma: Es la representación de algo. Somos materia-energía consciente. Como energía consciente creamos la realidad, proyectándola y la percibimos como materia.

De esta manera construimos la realidad. Jung acuñó el término sincronicidad para referirse al hecho de que se daban al mismo tiempo en evento en el plano mental y un evento en el plano material. Pero él consideraba que ninguno era la causa del otro.

La Física Cuántica propone que el evento en el plano mental es la causa del evento en el plano material. Nosotros construimos la realidad. La construimos a través de la intención y del deseo, imaginando y dejando actuar a nuestra parte energía consciente, sin forzar ni predeterminar ni el cómo ni el cuándo. Y sincronicidades se dan a través de los caminos menos lógicos, más inesperados.

Sabernos parte de todos los todos a los que pertenecemos

Si hacemos conciencia de esto, sabemos que si lastimamos a cualquier otra parte de ese todo, nos estamos haciendo mal a nosotros mismos. Si sabemos que somos parte de todos los todos a los que pertenecemos, creamos la empatía, compasión y la vocación de servicio hacia cada una de sus partes.

No existe una única manera de desarrollar y tener Inteligencia Espiritual. Cada uno la desarrolla y vive su estilo.

LA HIPNOSIS, entendida como una técnica que nos hace imaginar ES UNA HERRAMIENTA IMPORTANTÍSIMA PARA DESARROLLAR ESTAS EXPERIENCIAS Y APRENDER A MANEJARLAS

Yo estoy convencida de que A TRAVÉS DE LA IMAGINACIÓN TOCAMOS OTRAS REALIDADES, ENTRAMOS A ELLAS. Y si lo hacemos además a través de la Sabiduría Universal, tenemos una protección absoluta y seguimos el buen camino.



Bibliografía

Cardeña, E., & Carlson, E. (2011). Acute Stress Disorder revisited. *Annual Review of Clinical Psychology* 7, 245-267.

Cardeña, E., Lynn, S. J., & Krippner, S. (2000). *Varieties of anomalous experience. Examining the Scientific Evidence*. Primera Edition. EEUU: APA.

Cardeña, E., Lynn, S. J., & Krippner, S. (2014). *Varieties of anomalous experience. Examining the Scientific Evidence*. Second Edition. EEUU: APA.

Frankl, V. E. (1991). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Editorial Herder Barcelona.

Gardner, H. (2007). *La inteligencia reformulada: Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Barcelona: Paidós .

Zohar, D., & Marshall, I. (2000). *Spiritual Intelligence: The Ultimate Intelligence*. EEUU: Bloomsbury.



LA METÁFORA DEL MES

“Armonía sin uniformidad”

Confucio sostenía que la diversidad es compatible con la armonía; no es necesario que todos sean iguales para vivir bien juntos. Para Platón las personas son diferentes por naturaleza y una sociedad justa organiza esas diferencias para el bien común.

Aristóteles afirmaba que la diversidad es natural y puede enriquecer a la comunidad.

Hoy, muchas personas encuentran especialmente cercana la idea confuciana de la armonía sin uniformidad para pensar la diversidad cultural, personal y, en algunos casos, la neurodiversidad. Basta mirar cualquier jardín, cualquier océano, la bóveda celeste, para darnos cuenta de la riqueza de la variedad. La diversidad existe, ES. Al mismo tiempo, la particularidad, el brillo de la mirada o las huellas de tu mano son únicos e irrepetibles ...

La naturaleza y el tiempo dan testimonio de ello.

Gabriel Labastida



NANOTRANCE

Entre la Identidad y el Síntoma

A veces una persona llega creyendo que es su síntoma.
Y quizá mientras lees estas palabras puedas recordar que una cosa es aquello que te ocurre... y otra muy distinta quién eres.
Porque una persona puede experimentar dolor sin convertirse en dolor.
Puede experimentar miedo sin convertirse en miedo.
Puede experimentar agotamiento sin convertirse en agotamiento.
Y tal vez tu Sabiduría Universal ya sabe que detrás de cada etiqueta existe algo mucho más grande.
Algo que ha permanecido intacto.
Algo que estuvo ahí antes del síntoma.
Y que seguirá ahí cuando ya no sea necesario.
Quizá hoy no necesitas descubrirlo completamente.
Quizá basta con comenzar a recordarlo.
Para Trastornos Neurológicos Funcionales
Y mientras estás observando tu respiración...
Tal vez te resulte cómodo permitir que tu atención descanse por un momento sobre aquello que tu cuerpo sabe hacer sin que tengas que pensarlo.
Tu corazón late.
Tus pulmones respiran.
Miles de procesos ocurren en este instante sin esfuerzo, automáticamente.
Y quizá de la misma manera...
Existan conexiones dentro de tu sistema nervioso que están aprendiendo.
Reorganizando.
Explorando nuevas posibilidades.
Porque el cerebro no deja de aprender.
Y tal vez algunas partes que durante mucho tiempo utilizaron una estrategia determinada para protegerte...
Puedan ir descubriendo, poco a poco, otras maneras de hacerlo.
No porque alguien las obligue.
Sino porque aprender es parte de su naturaleza.



Para Personas Neurodivergentes

Y quizá algunas personas han pasado años intentando funcionar como los demás.
Pensar como los demás.
Aprender como los demás.
Organizarse como los demás.
Y quizá eso sea parecido a pedirle a un árbol que florezca como una flor.
O a una flor que crezca como un árbol.
Y mientras observas tu propia manera de estar en el mundo...
tal vez alguna parte de ti pueda recordar algo.
La diferencia no siempre necesita corregirse.
A veces solamente necesita comprenderse.
Y cuando algo se comprende...
muchas veces comienza a florecer.

Para el Sistema Nervioso que Está Cansado

Quizá puedas darte cuenta de que tu sistema nervioso lleva toda una vida intentando ayudarte.
A veces acelerando.
A veces deteniéndose.
A veces protegiendo.
A veces exagerando.
Pero siempre intentando algo.
Y quizá no necesites cambiarlo todo hoy.
Tal vez baste con permitir que alguna parte de él descubra...
que existen maneras más suaves...
de hacer el mismo trabajo.
Y mientras respiras...
quizá puedas agradecer a esas partes que han trabajado tan duro.
Y permitirles descubrir que existen formas más suaves de cumplir la misma función.



El Llamado Amable del Síntoma (Inspirado en Teresa Robles)

Y quizá exista una diferencia entre luchar contra un síntoma...
y escucharlo.

Porque cuando alguien lucha, generalmente intenta callar algo.

Y cuando alguien escucha...

Aparece la posibilidad de comprender.

Quizá tu síntoma no llegó para castigarte.

Quizá llegó para mostrar algo.

Tal vez una necesidad olvidada.

Tal vez una emoción pendiente.

Tal vez una parte de ti que llevaba demasiado tiempo esperando atención.

Y no necesitas descubrirlo todo hoy.

Basta con permitir la posibilidad de que aquello que parecía un enemigo...
pueda convertirse lentamente en un maestro.

Alejandra Muñozcano Villaseñor

Presentamos la lectura del mes escrita por Alejandra Muñozcano Villaseñor. El tema formó parte del café que tuvo a su cargo Alejandra y despertó gran interés entre los asistentes

ALEJANDRA MUÑOZCANO VILLASEÑOR



LA LECTURA DEL MES

Entre la Identidad y el Síntoma: Neurociencias, Hipnosis Ericksoniana y la Sabiduría del Sistema Nervioso

"No trabajamos para eliminar síntomas. Trabajamos para que la persona ya no necesite producirlos."

Uno de los mayores desafíos para quienes acompañamos procesos terapéuticos aparece cuando el sufrimiento no encaja en ninguna explicación suficientemente clara.

Son esos casos que transitan entre la neurología y la psiquiatría.

Entre el cuerpo y la emoción.

Entre lo que los estudios muestran y lo que la persona vive.

Pacientes que han recorrido hospitales, especialistas y diagnósticos durante años. Personas que llegan cansadas de buscar respuestas y, al mismo tiempo, incapaces de dejar de buscarlas.

Hace algunos meses llegó a consulta un joven de 22 años.

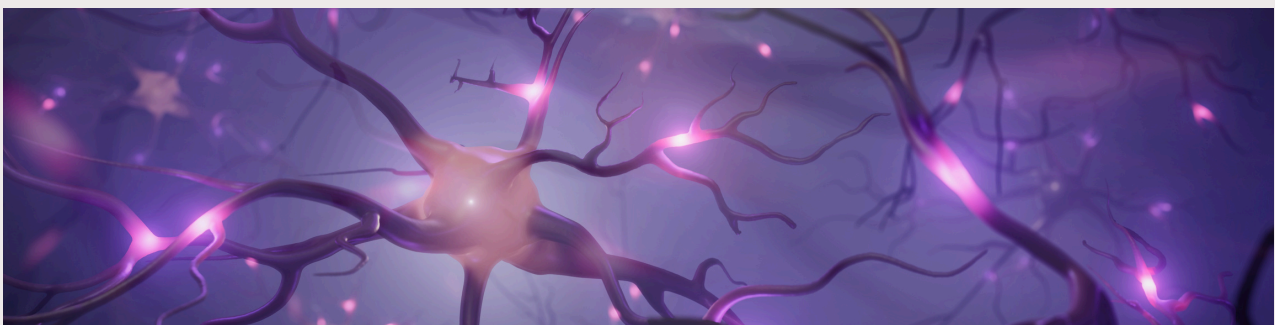
Lo llamaré Daniel para proteger su identidad.

Durante más de seis años había vivido episodios de pérdida de voz, inmovilidad corporal, agotamiento extremo y parálisis que podían durar desde algunos segundos hasta cuarenta y ocho horas. Había pasado por neurología, psiquiatría, medicina interna y múltiples evaluaciones clínicas. Su familia se encontraba agotada. Él también.

Sin embargo, lo que más llamó mi atención no fueron los síntomas.

Fue la forma en que hablaba de ellos.

Daniel no llegaba confundido.



Llegaba convencido.

Había investigado enfermedades neurológicas, autoinmunes, psiquiátricas y funcionales. Conocía los síntomas, las manifestaciones clínicas y los criterios diagnósticos con una precisión sorprendente. Había explorado más de veinte diagnósticos posibles intentando encontrar una explicación que diera sentido a su experiencia.

Nada encajaba completamente.

Pero todo coincidía parcialmente.

Y quizás esa es una de las experiencias más difíciles de sostener para cualquier ser humano.

No saber qué ocurre.

No encontrar una respuesta definitiva.

No sentir seguridad dentro del propio cuerpo.

Es entonces cuando surge una pregunta que atraviesa tanto a pacientes como a profesionales:

¿Qué hacemos cuando el cuerpo dice algo que los estudios no encuentran?

Durante mucho tiempo la respuesta predominante fue buscar más pruebas, más diagnósticos o más explicaciones.

Sin embargo, desde la psicoterapia ericksoniana existe otra posibilidad.

Tal vez el síntoma no sea solamente un problema.

Tal vez sea también una forma de comunicación.

Una manera en la que el sistema nervioso intenta expresar algo que todavía no encuentra palabras suficientes para ser dicho.

Milton Erickson nos enseñó a mirar más allá de la patología.

Nos invitó a descubrir la función, el propósito y la intención positiva que muchas veces permanece escondida detrás de aquello que parece disfuncional.

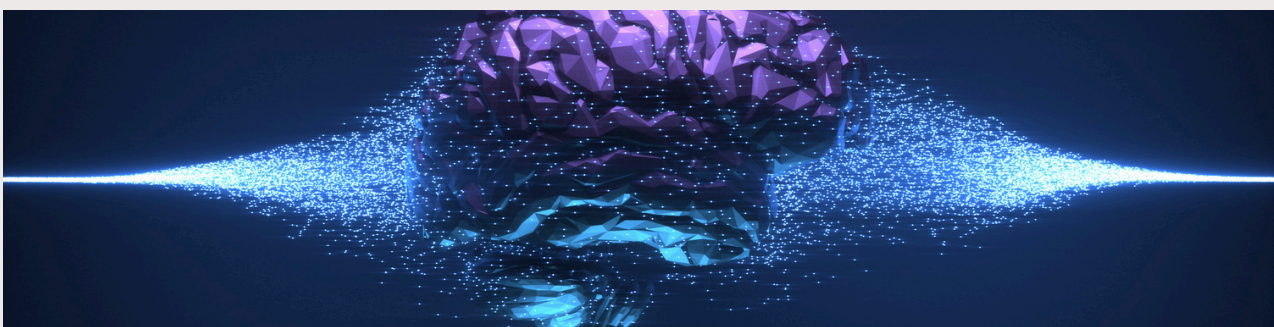
Teresa Robles nos recordó que el síntoma puede convertirse en un llamado amable.

Una invitación a escuchar algo que ha permanecido demasiado tiempo sin ser atendido.

Desde esta perspectiva, la pregunta cambia.

Ya no es:

¿Qué tiene esta persona?



Ahora es:

¿Qué intenta resolver este síntoma?

Poco a poco comenzaron a aparecer elementos que iban más allá del diagnóstico.

Una historia de exigencia.

Una identidad profundamente vinculada al rendimiento.

El peso de la comparación.

El miedo al fracaso.

La sensación constante de no ser suficiente.

La interrupción abrupta de una etapa importante de desarrollo durante la adolescencia.

Y entonces apareció una posibilidad diferente.

Tal vez el cuerpo estaba intentando expresar algo que emocionalmente ya no podía sostenerse.

Las neurociencias comenzaron a ofrecernos una lente particularmente útil para comprender este fenómeno.

Hoy sabemos que el cerebro no separa emoción, identidad, memoria y supervivencia.

Cuando una experiencia resulta demasiado intensa, demasiado amenazante o demasiado dolorosa para ser integrada, el sistema nervioso organiza respuestas destinadas a proteger a la persona.

Algunas veces aparece la lucha.

Otras la huida.

Y en ocasiones emerge la inmovilización.

Lo que en neurociencias conocemos como respuesta de congelamiento.

Desde afuera puede parecer desconcertante.

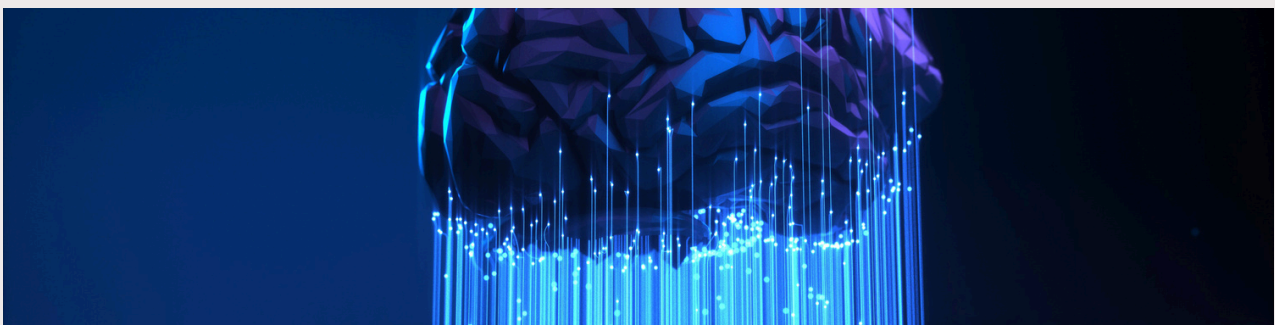
Pero desde la lógica biológica tiene sentido.

Cuando luchar no funciona y huir tampoco parece posible, la inmovilización puede convertirse en una estrategia extrema de supervivencia.

No necesariamente consciente.

No necesariamente elegida.

Pero profundamente humana.



Por primera vez Daniel comenzó a mirar sus síntomas desde otro lugar.

Dejó de preguntarse:

"¿Qué está mal conmigo?"

Y comenzó a preguntarse:

"¿Qué intenta hacer mi sistema nervioso por mí?"

Ese cambio de pregunta transformó el proceso terapéutico.

Y aquí apareció algo que considero fundamental.

Muchas veces los terapeutas intentamos disminuir la racionalización de nuestros pacientes.

En este caso hicimos exactamente lo contrario.

La utilizamos.

Daniel necesitaba entender.

Analizar.

Investigar.

Comprender.

Pensar era más seguro que sentir.

Entonces no luchamos contra su necesidad de explicación.

Trabajamos con ella.

Las neurociencias se convirtieron en un puente terapéutico.

Mientras aprendía sobre neuroplasticidad, amígdala, regulación autonómica, teoría polivagal y funcionamiento cerebral, algo comenzó a cambiar.

Su mente racional encontraba coherencia.

Y simultáneamente, su sistema nervioso comenzaba a sentirse más seguro.

Erickson decía que debíamos utilizar todo aquello que el paciente trae consigo.

Eso hicimos.

La misma mente que durante años había investigado enfermedades comenzó a investigar regulación.

El mismo hiperfoco que antes alimentaba el miedo comenzó a convertirse en un recurso para la recuperación.

No destruimos el recurso.

Lo utilizamos.

Y aquí la hipnosis desempeñó un papel fundamental.



No utilizamos la hipnosis para convencerlo de que no tenía nada.

No utilizamos la hipnosis para eliminar síntomas.

La utilizamos para generar flexibilidad.

Para disminuir la lucha interna.

Para crear un espacio donde el sistema nervioso pudiera explorar nuevas posibilidades.

Durante trance comenzamos a hablar en un lenguaje que combinaba neurociencias e hipnosis.

"Quizá alguna parte de tu cerebro aún no sabe que ya sobreviviste."

"Tal vez ciertas estructuras pueden aprender nuevas maneras de protegerte."

"Quizá la pausa ya no necesita durar tanto tiempo."

No hablábamos literalmente con neuronas.

Hablábamos con significados.

Con experiencias.

Con patrones profundamente arraigados de supervivencia.

Y algo extraordinario comenzó a ocurrir.

La parálisis empezó a reorganizarse.

Los episodios disminuyeron.

La duración se redujo.

Algunas veces aparecían mientras dormía.

Otras podían esperar hasta terminar una actividad importante.

Como si el sistema nervioso estuviera descubriendo formas menos costosas de cumplir la misma función.

Y quizá esa fue una de las lecciones más importantes de todo el proceso.

No luchamos contra el síntoma.

Escuchamos al síntoma.

No intentamos derrotarlo.

Intentamos comprenderlo.

Porque incluso cuando genera sufrimiento, muchas veces el síntoma contiene información valiosa sobre las necesidades del sistema.

Quizá intenta proteger.

Quizá intenta regular.



Quizá intenta detener una exigencia que se ha vuelto insostenible.

Quizá intenta preservar una identidad amenazada.

Quizá intenta pedir ayuda de la única manera que conoce.

Actualmente Daniel ha retomado proyectos académicos, ha reducido significativamente la búsqueda constante de diagnósticos y ha desarrollado una relación mucho más amable con su cuerpo.

Sin embargo, más allá de los cambios clínicos, hay algo que considero aún más importante.

Ya no necesita definirse por el síntoma.

Y quizá ahí se encuentra la verdadera diferencia entre identidad y sufrimiento.

Porque cuando una persona deja de ser su diagnóstico, comienza a recuperar la posibilidad de ser ella misma.

Tal vez esa sea una de las contribuciones más valiosas de la psicoterapia ericksoniana y de las neurociencias contemporáneas.

Recordarnos que detrás de cada síntoma existe una historia.

Detrás de cada conducta existe una necesidad.

Y detrás de cada intento de supervivencia existe una persona esperando ser escuchada.

Y que, muchas veces, aquello que parecía un enemigo termina revelándose como lo que siempre fue:

un intento profundamente humano de sobrevivir.

Alejandra Muñozcano Villaseñor





COLEGIO DE PSICOTERAPEUTAS
ERICKSONIANOS DE MÉXICO A.C.