

Fenómenos de la hipnosis:

1. El sujeto hipnotizado es literal: la comunicación o las palabras son las herramientas del hipnotizador al igual que las suturas, las esponjas y los escalpelos son las herramientas del cirujano y cualquier cirujano debe estar familiarizado con las herramientas que utiliza en la cirugía. Entonces, también es lo mismo con el hipnotizador con respecto al uso de palabras y la comunicación de ideas y entendimientos. Comprender lo que le está diciendo a su sujeto y por qué lo está diciendo, tomar nota de sus inflexiones, pausas y palabras y las secuencias, es muy importante para el hipnotizador. Por ejemplo, si tuviera que pedirle que levante su mano derecha, la mayoría de ustedes levantaría el brazo derecho, así como su mano derecha. Sin embargo, si estuviera en un trance hipnótico, solo la mano se levantaría porque eso es lo que pidió: la mano y no el brazo. Entonces el sujeto hipnótico es muy literal. Y esta es, a menudo, una buena manera de averiguar si su sujeto está en un trance profundo pidiéndole que levante la mano derecha. También utilizo esta misma idea para pedirle al sujeto que asienta o niegue con la cabeza en respuesta a la pregunta: ¿Te importa si te hago la pregunta: cómo te llamas? Si responden dándome sus nombres en lugar de asentir "sí" o "no", entonces sé que no están en un trance profundo. Porque si escuchas atentamente la pregunta y respondes directamente a la pregunta: "¿Te importa si te pregunto tu nombre", la respuesta es "sí" o "no". Pero en el estado de vigilia estamos condicionados a responder a las implicaciones conductuales de la pregunta y no literalmente a la pregunta. Entonces debe entender lo que sus sujetos están escuchando.
2. Todos los fenómenos hipnóticos ocurren en la vida cotidiana: el ensueño, la abstracción y la absorción de una idea y el olvido de muchas cosas. Por ejemplo, muchos de ustedes aquí hoy han olvidado temporalmente la sensación de estar sentados en una silla y se han olvidado de sus pies dentro de sus zapatos sobre el piso. Y cuando menciono estas cosas, ahora si pueden sentir su trasero en la silla y sus pies dentro de sus zapatos sobre el piso, pero eran

realmente capaces de sentir sus pies y sus traseros antes de que los mencionara, pero estaban "fuera de su conciencia o de su atención". En su conciencia normal, usted tiene una relación con las realidades externas en las que vive. En la hipnosis, tiene una conciencia canalizada de las cosas que está mucho más concentrada. Por ejemplo, podría pedirle a cada uno de ustedes que se imaginen en su hogar en su habitación favorita y podrían pensarlo, pero también estarían al tanto de dónde están ahora con personas sentadas frente a ustedes, detrás de ustedes, etc. pero, al mismo tiempo, también podrías estar pensando en tu habitación en casa. Pero el sujeto hipnótico en estado de trance, realmente podría estar pensando en su habitación favorita y sentirla, literalmente, ver las paredes y sentir el aire allí y ver las imágenes en la pared. Entonces, el sujeto hipnótico no tiene contacto con las realidades externas. En otras palabras, la marca principal del trance hipnótico es la capacidad de la persona de limitar su pensamiento y sentimiento a su vida conceptual, sus imágenes de memoria, sus recuerdos auditivos e imágenes sensoriales de todo tipo, su vida experiencial más que la poca importancia de esa ventana, o esa luz de la que soy consciente porque estoy consciente ahora y no en un buen estado hipnótico.

3. Trance: ¿Qué es un trance? Un trance es un tipo de estado psicológico de conciencia que puede aprender a reconocer y que difiere del estado de conciencia cotidiano ordinario.
4. Inducción versus estado de trance: no quiero que confunda la inducción de un trance con un estado de trance. Tomé un vuelo en avión desde Chicago a Mazatlán. Mi presencia aquí en esta sala es algo totalmente diferente que se utilizará lo mejor que pueda. El viaje en avión es como la inducción y mi presencia aquí y lo que hago aquí es como la utilización de un estado de trance.
5. Cooperación en hipnosis: para que una hipnosis exitosa sea útil en cualquier situación, la cooperación del sujeto con usted y su cooperación con el sujeto es primordial. No puede inducir una anestesia en el sujeto si en ese momento usted piensa para sí mismo: "No estoy seguro de que esto vaya a funcionar" porque va a transmitir, a través de las entonaciones de su voz, que no funciona, y su sujeto hipnótico va a escuchar la duda en su voz y no

responderá (a la sugestión). Porque el sujeto hipnótico presta más atención a la inflexión que a las simples palabras. Una mujer puede decirle a su amiga: "qué sombrero tan hermoso llevas puesto", y la otra mujer la mira y la quiere matar, porque la inflexión resultó no ser la adecuada.

6. El sujeto es la persona que importa: su orientación debe referirse a su sujeto y no a usted mismo. Lo importante es lo que su sujeto está haciendo y experimentando y preguntándose qué será lo siguiente que pueda hacer. Por ejemplo, ¿le gustaría realmente levitar su mano, cerrar los ojos o asentir con la cabeza? Su orientación debe estar relacionada con su sujeto y no con sus palabras.
7. Rapport (relación): Esa relación especial entre el sujeto y el operador. Se basa en la confianza en el operador para que estén dispuestos a relacionarse con usted y responder a sus ideas. Por lo tanto, la atención del sujeto se dirige hacia el operador y la atención del operador se dirige hacia el sujeto. Y, como resultado de esta relación, el sujeto tiende a no prestar atención a nada en el mundo externo, excepto al operador. Pero reconozca que el sujeto tiene derecho a relacionarse con quien elija. No están obligados a relacionarse únicamente con el operador. Por lo tanto, el sujeto hipnótico puede destacar cualquier cosa en la situación hipnótica, cualquier cosa que quiera incluir. También tiene derecho a excluir todo lo que quiera excluir. Entonces, si estuviera trabajando ahora con alguien, podrían estar al tanto de la Dra. Yolanda y no de Fabiola aquí y de nadie más excepto de mí. Esa relación se puede transferir de una persona a otra. Por lo tanto, podría pedirle a mi sujeto que esté en contacto con Fabiola aquí y entregarle la operación hipnótica.
8. Catalepsia: ese estado especial de tonicidad muscular equilibrada que hace que un sujeto hipnotizado pueda permanecer en una posición incómoda durante un período de tiempo indefinido. Usted puede levantar el brazo de un sujeto y se queda levantado. La catalepsia puede aparecer en trance ligero, trance profundo o trance medio. Y debo mencionar aquí que los diferentes fenómenos hipnóticos no necesariamente pertenecen a ninguna etapa particular de la hipnosis. Podrían estar presentes en la etapa más

ligera del trance y ausente en la etapa más profunda o al revés. Cada sujeto es distinto. La catalepsia no se manifiesta necesariamente solo en la levitación del brazo. Mire los globos oculares y vea qué tipo de movimientos del globo ocular está haciendo su sujeto. Míreles la cara y vea qué tipo de rigidez facial ve. El rostro inexpresivo... esa pérdida de movilidad. Mire la forma en que camina el sujeto hipnótico, el ahorro en los movimientos. Cuando observa a alguien escribir automáticamente en estado de trance y no así el ahorro en los movimientos de la mano. La pérdida de reflejos, la pérdida de la deglución, todo ese tipo de cosas, la falta de respuesta automática. Por ejemplo, si yo estuviera en trance con la Dra. Yolanda y no con Fabiola y Fabiola dijera: "Hola Dave", mi tendencia, en un estado de vigilia normal, sería girar la cabeza con bastante rapidez, mis labios dudarían momentáneamente, mis hombros se moverían, mis globos oculares se moverían para mirar alrededor y todo para encontrar la voz que me llama. Pero el sujeto hipnótico no hace eso porque hay una cierta tonicidad muscular en todo el cuerpo que impide que el sujeto lo haga de inmediato.

9. Retraso de tiempo: sugiérale al sujeto que su mano se levante y que tarde o temprano se levantará más y más alto y luego dará un jaloncito. Usted dice la palabra jalón y unos segundos más tarde se produce el jalón porque hay un lapso de tiempo durante el cual el sujeto digiere, comprende y pone en práctica la idea presentada. Y toma un poco de tiempo para que se de la respuesta. Si yo quisiera que un sujeto tenga una alucinación negativa para la audiencia aquí, yo podría decir: los asistentes han abandonado la sala y somos solo tú y yo. Estamos solos. Luego el sujeto mira a la audiencia y ve a todos, pero si estoy dispuesto a esperar algunos minutos, tal vez cinco o diez, tal vez veinte, mi sujeto podría mirar y decir: "¿A dónde se fueron?" Porque ya ha tenido tiempo para que se den los procesos psico-neurofisiológicos necesarios para bloquear los estímulos visuales presentados por el público. Alucinaciones, tanto positivas como negativas. Positivo, cuando ve algo que no está allí, y negativo, cuando no ve algo que está ahí.
10. Intermodalidad de la experiencia sensorial: cuando induce una alteración visual en su sujeto hipnótico, es muy probable que también altere, sin saberlo, su experiencia auditiva porque la vida

experiencial de cualquier individuo está interconectada. Entonces, si tiene dificultades para provocar alucinaciones visuales, las acelera al provocar alucinaciones auditivas o alteraciones en su experiencia sensorial. Algunos dentistas usan una técnica con niños en la que hacen que miren una pantalla de televisión imaginaria o una ventana con una cortina estampada y vean cosas allí, alucinan cosas allí y desarrollan automáticamente una anestesia dental. Existe interrelación de las modalidades de la experiencia.

11. Amnesia: en la vida cotidiana olvidamos muchas cosas que nos parecen imposibles de olvidar. Por lo tanto, cuando le dice al sujeto hipnótico que puede olvidar esto o aquello, está confiando en la propia experiencia de olvidar cosas en la vida cotidiana. Usted está utilizando la propia capacidad del sujeto para olvidar, la cual usted dirige hacia alguna experiencia o evento. La amnesia puede ser inducida o puede manifestarse espontáneamente. Todos mostramos amnesia. Por ejemplo, usted puede estar teniendo una conversación telefónica con alguien y una persona entra que requiere su atención, usted interrumpe su conversación telefónica, al retomar la conversación telefónica, cuando ya terminó la nueva conversación, al regresar a la conversación telefónica, usted perdió por completo el hilo de la misma: eso es amnesia. La mejor manera de producir una amnesia es distrayendo la atención del sujeto.
12. No todos los fenómenos hipnóticos pueden ser inducidos en cada sujeto: por ejemplo, sería imposible desarrollar alucinaciones de/en color en Milton Erickson porque era daltónico y carecía del fondo experiencial necesario para manifestar colores visuales. Tiene que inducir fenómenos de acuerdo con la capacidad real de cada sujeto individual. El sujeto que es sordo no puede ser inducido a escuchar su melodía favorita porque simplemente no escuchan melodías y nunca lo han hecho. Los sujetos pueden ser inducidos a alucinar voces y cosas comunes de su experiencia.
13. Hipermnesia: relacionado con la amnesia está el fenómeno de la hipermnesia, o sea la capacidad incrementada para recordar. Es sorprendente darse cuenta de cuántos detalles puede recordar un sujeto. Los recuerdos del pasado remoto pueden recordarse con tremendamente precisos detalles y claridad. Sin embargo, tenga

cuidado de no pedirle a su sujeto que recuerde cosas imposibles. Por ejemplo, recuerdos de hace diez años o más, o la memoria de vidas pasadas, que era parte de la cultura popular de la psicología en los Estados Unidos. He tenido personas que me han dicho que fueron inducidas a recordar conversaciones intrauterinas donde escucharon a su padre insistir en que su madre debería abortar, o ese tipo de cosas. Para poder recordar cosas, usted debe tener algún tipo de base conceptual. En el ambiente intrauterino no se tiene lenguaje. No tiene experiencia sensorial, excepto a través de la presión o el sonido de onda mecánica.