

feb

2008

La consciència en la relació terapèutica

Ma Josep Roca Tugas

--Treball del Master de Terapia Neural i Odontologia Neurofocal.
Barcelona 2008 -- EUI Sant Joan de Déu - Universitat de Barcelona.

Té presència conscient la nostra relació terapèutica?
Sabem realment prestar atenció de forma conscient?
O la nostra Consciència està adormida relacionant-nos només
des del nivell mental?
Més o menys Consciència tots en posem, almenys la que tenim
desenvolupada fins al moment. Es tractaria d'entrenar-nos,
ajudats per les tècniques, a potenciar conscientment la
Intel·ligència superior lligada a la Consciència que som.

Des de fa 4.000 anys, els metges ayurvedas han considerat
l'ésser humà com una unitat de Consciència i per tant
practiquen una medicina basada en ella, utilitzant mitjans
d'escolta del Coneixement interior i d'autogestió psicològica,
amb tècniques d'interiorització, essent la de meditació la més
avançada. En la seva terapèutica de l'ordre parlen de la
relaxació profunda com a base per a la curació física.

Diuen, que en el cos com a unitat de Consciència, interactuen
diferents camps d'energia que podem resumir en nivells físic,
emocional, mental i espiritual. I que la fricció entre aquests
camps és el que genera desequilibri, malaltia. Això ens dóna
una visió més àmplia de la mateixa i de com sanar-nos.

Fricció en el sentit que cada nivell té objectius diferents. Per exemple, pensem en deixar de fumar, però des del nivell emocional ens arriben desitjos de fumar. Aquest conflicte genera bloquejos en el fluir de l'energia. L'aconseguir harmonitzar aquestes friccions del camp psicoemocional perquè aquests nivells treballin a l'uníson, permetrà de nou el lliure flux de l'energia, font del guariment.

També diuen que els trastorns físics, emocionals o mentals, a més de no estar separats, no són entitats amb existència pròpia, sinó que formen part d'algú que a més d'un estil de vida té un món intern, una Consciència. I aquest algú, l'ésser humà en el seu aspecte Consciència, ens ha d'importar molt més que l'entitat nosològica de la pròpia malaltia, ja que és en ell, on resideix el Metge Intern o la Intel·ligència superior lligada a la Consciència, la "Natura Medicatrix", el veritable sanador.

I no es tracta de veure la intel·ligència superior com una cosa merament "mística", ja que és la mateixa intel·ligència que a través del SNV bombeja el cor, secreta hormones, etc. És l'ordre superior, la Voluntat que dóna Vida a la vida del cos, transcendent la ment inferior.

Així, la malaltia no és només el resultat del conflicte entre diferents nivells energètics que deixen d'estar en sintonia amb l'ordre superior, sinó a més a més, de ser inconscients d'això. Posar més Consciència s'iniciarà el procés de sanació.

Sabem que els conflictes normalment es generen en la ment quan està regida per l'emoció, és a dir apassionada. Einstein insistia en el fet que no es pot resoldre cap problema des del mateix nivell de consciència en el qual s'ha creat. Parlava d'una comprensió major a la realitat objectiva. Per tant, els trastorns que origina la ment en el cos no poden ser resolts des de la mateixa.

La ment té coneixements, és a dir, coneix però no sap, ja que conèixer no és saber o tenir saviesa. El coneixement és intel·lectual i la saviesa és profunda, se situa més enllà de la ment, al espai de la Consciència i emergeix gràcies al silenci mental.

Enfocar des d'aquest altre punt de mira, el del coneixement interior, és el que pot resoldre el conflicte.

La veritable salut o la salut en el sentit ampli, va més enllà del físic, resideix en aquest espai intern de l'Ésser humà, d'on sorgeix el saber, la comprensió, el benestar, la pau que transcendeix el malestar físic a través del prendre Consciència, l'adonar-se del perquè dels símptomes.

Així, la medicina ayurveda proposa que a través de la tècnica de concentració mental silenciem a la pròpia ment, l'anomenada ment inferior, la qual pertany a la personalitat, per poder accedir a plans més profunds:

- De la Comprensió que sorgeix del xakra de l'ànima
- De la Intuïció o Intel·ligència creadora que sorgeix del xakra de la ment superior
- De la Saviesa que regeix el xakra de la Consciència-Saviesa
- De la voluntat que dóna vida, que sorgeix del setè xakra.

A l'enfocar des d'aquests altres nivells, sabent per Einstein que l'observació des de la nostra part conscient afecta el comportament de les partícules subatòmiques, podem comprendre els conflictes en prendre consciència d'ells, amb la possibilitat de produir canvis i resoldre'ls.

Hem d'obrir així noves vies, anar més enllà. Potenciar la recuperació del que en medicina anomenem l'ull clínic (atrofiat ara per falta d'ús), que no és més que la intuïció que sorgeix del xakra de la ment superior, un nivell de Consciència més elevat que el de la ment inferior, des del qual podem veure per tant la "realitat del trastorn" amb molta més amplitud de mira.

La Intuïció i la consciència són forces infravalorades per la nostra medicina. Embullats en els coneixements i la tecnologia, ens distraiem tant al món extern creient més real que l'intern, que descuidem la percepció interior perdent el seu poder, que entre altres coses ens ajuda a modificar conductes.

Els pacients que aconsegueixen "curar la seva malaltia" és

perquè han après a estimular la seva sanació. Són uns genis de la connexió cos-Ment-Consciència.

Així, l'art de la terapèutica hauria de tenir més d'actituds que d'aptituds, recuperant la connexió entre el pla subtil de l'actitud lligada a la nostra essència més sàvia, i les accions materials.

Hauria de ser un art que ens ajudi a trobar un sentit a l'existència més de "guarir el cos". L'art d'aprendre a vibrar amb allò que regeix el cor i la ment humanes, la consciència, per tal d'aplicar-des d'aquesta regint les eines mentals i tecnològiques.

La teràpia neural és una tècnica que no dirigeix a l'ésser viu, ja que el ja té el seu propi mecanisme de funcionament, sinó que l'impulsa i amb això afavoreix la autoecoorganització.

Entre d'altres aspectes, la teràpia neural fa aflorar emocions i sentiments ocults. I cada vegada tenim més evidències que en el nucli dels trastorns físics hi ha un conflicte emocional no resolt que distorsiona l'equilibri mental. Reiteracions del conflicte, reediten la fricció del mateix en el si del cos, creant per exemple amigdalitis de repetició, crisis asmàtiques, artràlgies, etc., Que no es resoldran definitivament fins que no aprenguem o compreguem el procés que el motiva.

Per tant, un cop emergides les emocions, ¿com podríem treballar nosaltres a nivell pràctic en consulta?

La meua proposta, és complementar la teràpia neural amb tècniques d'autoconeixement que afavoreixin la interiorització, i per tant, la potenciació de la nostra part conscient en la comprensió psicoemocional. Integrant amb això, la neuralteràpia a la Consciència tant del pacient com del neuralteràpista, com a base de la relació terapèutica.

Propostes per complementar la nostra pràctica terapèutica:

1a - Informar al pacient de:

1r - Que no són només la qualitat de les eines: bisturí, làser, agulles, medicaments químics o tècniques respiratòries o posturals el que determina l'eficàcia d'un tractament.

Que les eines terapèutiques són totes només instruments, que faciliten la intenció d'ajudar del terapeuta i la de guarir-se de qui les rep. Però que el sanador real és el seu propi metge intern, el seu ordre propi, la seva energia lligada a la consciència, a l'Energia Universal.

Concloure que el cos es cura gràcies a les substàncies químiques, és com dir que un cotxe agafa una corba únicament a causa de el seu mecanisme de transmissió. El cos necessita igualment un conductor, la Intel·ligència superior que connecta amb ell a través del SNV. I no ha deixat mai de tenir-encara que no siguem capaços de percebre.

Amb això alliberem al pacient dels seus lligams amb els professionals de la salut i a confiar més en si mateix, en el seu potencial.

2n - Que sanar és restituir la integritat de l'ésser humà, aprenent del trastorn físic-emocional-mental que origina la desharmonia, posant Consciència en això, és a dir "donant-se compte", encara que a vegades no sigui possible la curació.

Això pretén fer referència al nostre "depèn i de vegades", que implica que "se'ns escapen aspectes des de la ment inferior". Així, crec que el "depèn també depèn" del nivell de Consciència o connexió Cos-Ment-Consciència que s'hagi aconseguit desenvolupar i com a conseqüència del grau o capacitat de "autoecoorganización conscient", perquè de forma inconscient ja ens organitzem en rebre l'impuls neuralterapèutic.

3r - Que volem restaurar la condició en la qual la relació humana prevalgui sobre la tecnològica, perquè aquesta sigui un mitjà per a integrar, veritable propòsit de la teràpia, i no un

instrument que separi.

Que la relació "terapeuta-pacient" en ressonància és l'aspecte més important del tractament, l'ànima de tota terapèutica. Ja que és aquesta relació la que pot despertar en cadascú la potència adormida del seu metge intern, la intel·ligència innata de l'ésser humà, deixant actuar lliurement a la intuïció des de la Consciència.

Quan "terapeuta i pacient" es comprenen des d'un nivell de comunicació no verbal, és a dir, des de l'ànima, la relació terapèutica és sanadora encara que la malaltia no desaparegui. Els dos comprenen que aquesta té un propòsit i que paradoxalment és guaridora pel que aporta d'ensenyament. Perquè restableix l'harmonia del diàleg de l'home amb la seva pròpia naturalesa, la qual a l'estar fracturada, s'ha reflectit en el mirall del cos produint "la malaltia".

Que encara que l'atmosfera terapèutica és un complex intercanvi d'informació física, emocional i mental, també ho ha de ser des del que ressona més endins, en el pla espiritual de l'ànima i de la Consciència. Sent això el que farà, del "pacient i del terapeuta" una Unitat, tan real i indissoluble que el pacient es convertirà també en terapeuta, sent així "el que serveix, servit".

4† - Que el terapeuta i les seves eines només són el catalitzador d'un procés de Consciència, d'un despertar intern. I que abans que un científic, un terapeuta és un ésser humà que actua de canal perquè el pacient recuperi el seu poder: el de la seva Consciència.

** Aquests punts d'informació ajudaran al pacient a veure's a si mateix d'una manera més amplia i conèixer el seu potencial de guarir.*

2a - Convidar al pacient que rep teràpia neural:

1r - A tancar els ulls i mantenir-se en silenci, situant-se com un observador passiu. Quan ens disposem com a observador, deixant passar les interpretacions mentals, ja estem situant-nos en l'espai de la Consciència, és a dir, del "adonar-se", sense necessitat que la ment ens expliqui, ens interpreti el que està passant.

Per exemple, en observar el mar, la ment comença a descriure el que està veient. Si ens adonem, podem frenar el verbalisme mental dient-li a la ment: "ja ho estic gaudint, no cal que m'ho expliquis, deixam-ho viure".

Per induir la predominança del nostre nivell conscient, el que observa sense que la ment li ho estigui explicant, hem de silenciar a la pròpia ment i el facilitem a través de la respiració i de la concentració en aquesta.

2n - A observar la seva respiració simple, és a dir vegetativa, durant uns minuts. Imaginant que l'aire entra i surt per les celles, descansant la mirada en aquest xakra sense forçar la vista, com si mirés a la llunyania. Deixant passar els pensaments. Amb això la ment va quedant "com absorbida" a través de la concentració en la respiració, donant pas amb el seu silenci al procés del "adonar-se", és a dir, de Consciència.

En concentrar la ment a l'entrecella estem centrant l'atenció en el lòbul frontal. I com hi ha una màxima que diu que l'energia segueix al pensament, anem creant nous patrons de connexió interneuronal, reestructurant i desenvolupant el nostre cervell en aprendre alguna cosa nova: a concentrar la ment en un únic objecte de concentració, en lloc de deixar-la que vagui dispersa, afavorint així el desenvolupament de la consciència.

L'atenció conscient, l'art de l'observació, és una habilitat que en anar entrenant, com tota nova habilitat en desenvolupament, genera nous circuits cerebrals que produeixen veritables canvis en nosaltres, una nova realitat i modificacions de conducta consegüentment.

3r - Que, en el cas que estigui ansiós, comenci amb la respiració abdominal o diafragmàtica durant uns minuts abans de passar a la respiració vegetativa, amb la intenció de calmar les emocions. Serà aquesta respiració la que posarà en marxa la connexió del sistema nerviós parasimpàtic. Premissa importantíssima per sortir del simpàtic i aconseguir la calma i introspecció necessàries per facilitar el procés de "presa conscient de Consciència", perquè encara inconscientment la nostra Intel·ligència superior seguirà actuant.

En cas que la persona se senti incomoda amb l'exercici, cessar la pràctica.

4t - Que si durant el procés de neuralteràpia afloren sentiments o pensaments no desitjats que pertorben de nou la respiració, deixar que s'alliberin reprenent la respiració abdominal per calmar aquestes emocions. Continuant amb l'actitud d'observador passiu "deixant que es faci", ja que moltes vegades es resoldrà el conflicte només pel simple fet de fer-se conscient d'ell des de la calma.

En definitiva, aquesta tècnica ajuda a "adonar-se" i amb això, a poder transformar els processos emocionals ocults en percebuts i si els comprenem es dóna un salt, un augment del nivell de Consciència, un transmutació, generant-se el procés de sanació.

En física quàntica es parla dels "salts quàntics", com salts d'un nivell de funcionament a un altre superior. Crec que aquest concepte científic podríem equiparar-lo al "salt de Consciència". La curació com a resultat de la força de voluntat, les remissions espontànies i l'efecte placebo, apunten cap a aquest salt.

5è - Que un cop finalitzada la teràpia, segueix uns minuts amb la mateixa actitud d'observar, deixant passar les valoracions mentals, permetent així actuar lliurement al metge intern ja que es faci per tant l'autoorganització malgrat la nostra parcial

inconsciència.

6è - D'una sessió de teràpia neural a una altra, proposar uns minuts diaris de treball de presa de consciència facilitada per la respiració.

** Amb aquests punts es pretén ajudar a aconseguir més autoconsciència, durant i després de la sessió de teràpia neural.*

3a - Convidar al neuralteràpèuta:

1r - A fer simultàniament amb el pacient a la consulta els exercicis de presa de consciència. I a treballar també en solitari com a entrenament personal, per situar cada vegada més des de la presència de la Consciència i menys des de la moltes vegades interferència mental.

2n - Que es disposi conscientment amb la voluntat de no actuar d'actor principal de la teràpia, sinó d'intermediari, és a dir, de canal de l'Energia universal.

3r - A utilitzar la procaïna com a element catalitzador o facilitador. Sabent que serà la "Natura Medicatrix" del pacient, la qual reorganitzarà el trastorn d'una manera o d'una altra, a través del sistema nerviós vegetatiu, canal dels camps energètics del nivell físic, emocional, mental i espiritual.

** Aquests punts fan referència a l'entrenament del neuralteràpèuta en l'art d'estar més present, és a dir estar més des de la Consciència que des de la ment.*

Conclusió:

Crec que la sanació és un art que està més en la consciència com a base de la relació terapèutica, que en la ciència, més en la intuïció i l'observació que en els mitjans materials, siguin els que siguin.

I que no és la teràpia neural o qualsevol altra eina terapèutica les que porten a la sanació, sinó que som Tu i Jo en interrelació Conscient.

Aprendre la tècnica de teràpia neural és important, però si no ens treballem nosaltres mateixos, no avancem. Per a això cal aprendre a través de les tècniques que ho facilitin, a alliberar-se de prejudicis i equilibrar o alinear el pensament-desig amb l'acció, per poder centrar i connectar-se amb un mateix, amb l'altre i amb la Consciència Universal. I a partir d'aquí, enfocar-se en l'altre per ajudar a connectar amb si mateix.

Però una cosa és pensar que estem en el camí adequat com a terapeutes i un altre és creure que aquest és l'únic. Tot són maneres, jo us proposo aquesta sabent que cadascú té la seva en l'ajut a la sanació.

El que sí que és comú per a tots, és que hem d'aprendre i experimentar per complementar i ampliar els nostres conceptes respecte a la terapèutica creant nous patrons de ciència amb més Consciència.

Cadascú ha de fer el seu propi anàlisi per tal d'anar reelaborant el mapa de tant en tant i efectuar els canvis necessaris actuant en conseqüència, per veure el que sempre ha existit però hem descartat, la Consciència de Ser, de ser allò que ens fa veritables éssers humans. La Consciència del canvi, de l'evolució.

Que sigueu feliços.

Ma Josep Roca Tugas