

**BRIAN WEISS** PSQUIATRA

# La regresión cura



Brian Weiss no pretende convencer a nadie, simplemente comparte su sabiduría y experiencia con alegría.

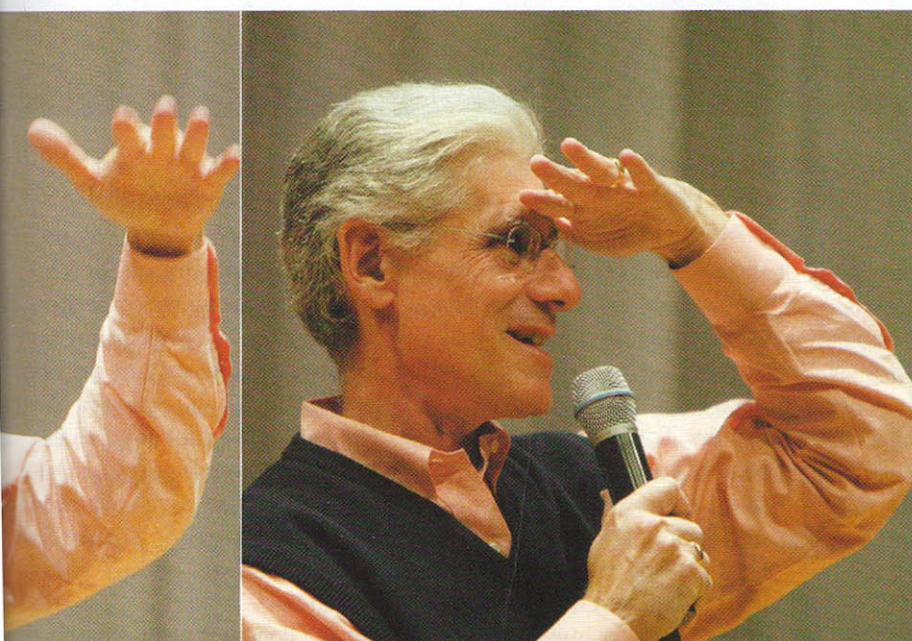
Brian Weiss, en su reciente visita a España, nos habla de la importancia de recuperar nuestras vidas pasadas, para curar los problemas que atormentan nuestros presentes, y de proyectarnos a las futuras, para tomar las decisiones correctas aquí y ahora.

MARÍA JOSÉ ÁLVAREZ

**S**u apariencia es de sabio despistado más que de psiquiatra. Alto, delgado, de pelo cano, sus ojos claros, detrás de sus gafas, sonrían transmitiendo paz y placidez. No hay atisbo de superioridad o altivez; al contrario, en sus gestos, en su forma de hablar, en sus palabras hay una gran humildad. Sin embargo, el doctor Brian Weiss podría perfectamente ser un médico estirado y pomposo, puesto que su currículo

no es para menos. Es presidente honorífico del departamento de Psiquiatría del hospital Mount Sinaí de la ciudad de Miami (Estados Unidos), además de dirigir el Instituto Weiss, en la misma localidad, donde pasa consulta privada y forma a terapeutas en la Terapia Regresiva, técnica de la que es su máximo pionero y es autor de nueve títulos, entre ellos, el reciente *Muchos cuerpos, una misma alma*, presentado en España hace poco.

# porque libera **emociones**



Usted, que se licenció “magna cum laude” en la Universidad de Columbia, era una personalidad en neurofarmacología, química cerebral y Alzheimer y dirigía el departamento de Psiquiatría del hospital Mount Sinaí de Miami. Escéptico hacia todo lo que se saliera de la lógica y la ciencia, de pronto se convierte en pionero de un tipo de terapia insólita hasta entonces. Supongo que debió revolucionar a la comunidad científica para que finalmente, muchos años después, le readmitieran en su puesto de trabajo.

**Aunque en un primer momento le resultaría muy duro...**

Desde luego. Supuso renunciar a mi trabajo, a un sueldo excelente, al prestigio, y me gané las críticas de todos mis compañeros. Pero estaba convencido de que el mundo debía enterarse de que había otros métodos diferentes a los convencionales para resolver conflictos existenciales.

**Un giro de 180 grados que vino de la mano de Catherine...**

Efectivamente, Catherine ■■■

## Claves de la terapia regresiva

**Indicada para:** Bloqueos emocionales, sexuales, depresiones, fobias, dolores físicos inexplicables, enfermedades que afectan al sistema inmunológico y con un componente psicosomático.

**El terapeuta:** Debe ser un psicoterapeuta, psicólogo o psiquiatra, formado en estas técnicas y acreditado.

**Peligros:** Al trabajar con el inconsciente, pueden abrirse puertas que estaban cerradas. Por eso debe hacerse en el marco de una terapia, para que el paciente reciba la ayuda necesaria.

**Contraindicaciones:** Está absolutamente contraindicado en casos de psicosis, esquizofrenia y epilepsia.

**Dónde acudir:** Instituto Español de Terapia Regresiva en Barcelona. Cristina Sanmiguel, psicoterapeuta formada en Estados Unidos con el doctor Brian Weiss. Tel.: 93-793 75 09. [www.regresiones.coms](http://www.regresiones.coms)

## Viaje al futuro

TRAS TRES AÑOS DE INVESTIGACIÓN BRIAN WEISS HA ADOPTADO LA PROGRESIÓN (VIAJES AL FUTURO) COMO UNA HERRAMIENTA QUE CONTRIBUYE, JUNTO A LA REGRESIÓN, A LA COMPLETA SANACIÓN DEL PACIENTE.

El doctor Brian Weiss prefiere hacer la progresión a vidas futuras, porque la progresión a la misma vida puede condicionar enormemente, a no ser que la persona tenga la madurez suficiente para entenderla como una metáfora. Estas progresiones las hace generalmente como broche final de la terapia regresiva, porque después de haber limpiado el pasado suelen encender la esperanza del paciente, se abren al experto. "Podemos adentrarnos en el futuro si lo hacemos con prudencia –explica Weiss–. El futuro puede servirnos de guía; puede retroalimentar el presente para instigarnos ahora a elegir mejor y decidir mejor. Podemos cambiar lo que hacemos hoy en función de lo que nos diga el mañana. Y eso altera nuestros nuevos futuros, los cuales toman una dirección más positiva".



■■■ fue la paciente que cambió mi vida. Presentaba fobias, ataques de pánico paralizantes, depresión y pesadillas. Y además se negaba a ingerir medicación por miedo a la asfixia. Tras casi dos años de terapia convencional y sin ninguna mejora, la sometí a hipnosis para rastrear en su infancia y entonces ella se fue más lejos aún, a una hipotética vida anterior, en la que se reconoció como otra persona y otras circunstancias, que sorprendentemente se relacionaban con los síntomas que presentaba. Pero lo más impactante: su malestar, después de esta sesión y otras similares, empezó a remitir.

¿Puede explicarnos qué es y en qué consiste la terapia regresiva?

La terapia regresiva es un tratamiento que valiéndose de

distintas herramientas como pueden ser la hipnosis, la relajación y la visualización, ayuda al paciente a rastrear en su inconsciente el origen de sus problemas y la manera de resolverlos. Y muchas veces esa raíz se encuentra en existencias anteriores cuyos avatares coinciden con los síntomas que presentan en sus vidas actuales.

¿Podría ponernos algún ejemplo?

Es el caso de una pareja que acudió a mi consulta porque la esposa vivía obsesionada con la idea de que su marido iba a abandonarla. Sin embargo, no había motivo alguno para pensar esto. Acababan de contraer matrimonio y estaban enamorados. Cuando ella regresó a una vida anterior en la que se vio como una mujer embarazada con su actual marido, también como esposo, lo entendió todo. En medio de una invasión, él salió de la casa a defender a su pueblo, dejándola a ella sola unas horas. Fue el tiempo suficiente para que los enemigos tira-

**“En la regresión se libera el hemisferio derecho del cerebro; es decir, el lado de los sentimientos y las sensaciones. Así se accede rápido a los recuerdos”**

## Una experiencia difícil de olvidar



EL PSIQUIATRA LLENÓ LOS FOROS DE MADRID Y BARCELONA CON SUS TALLERES. EN ELLOS PARTICIPÓ LA AUTORA DE ESTE REPORTAJE, QUE VIVIÓ EN LA PRÁCTICA LAS TEORÍAS DE WEISS.

■ Hubo gente que experimentó viajes en el tiempo, otros se durmieron con las luces apagadas y la suave voz del doctor Weiss. Utilizó símbolos del inconsciente colectivo como puertas que se abrían a distintas épocas del pasado. De pronto, estábamos reconociéndonos en un espacio y un tiempo distinto, con un rostro, sexo y circunstancias diferentes. Lo más importante era la conexión entre la vida experimentada y la

actual y el aprendizaje. Volamos hacia el futuro, a partir de 200 años en adelante. Hubo también un ejercicio de sanación de un dolor físico. Weiss invitaba a dialogar con él, para entender sus razones de ser y extinguirlo. El ejercicio de psicometría fue interesante. Los asistentes, por parejas, se prestaban un objeto y relataban las imágenes que les llegaban. Así, un desconocido parecía conocer detalles de tu vida.

ran la puerta, la violaran y la mataran. Así comprendió el sentimiento de abandono.

**Pero, ¿por qué se produce la curación?**

Porque el propio paciente es quien profundiza en su inconsciente, siendo el terapeuta nada más que un guía que le acompaña en su camino, por lo que la terapia se convierte en una herramienta de autosanación. Por otro lado, en una regresión se libera el hemisferio derecho del cerebro; es decir, el lado de los sentimientos y sensaciones, accediéndose más rápidamente

a los recuerdos, que se reviven con gran intensidad emocional. Así, una persona puede percibir los colores, los olores, sentir frío, calor, miedo, dolor, alegría... Pero, al mismo tiempo, se contemplan de una manera consciente, pues el paciente está allí y aquí, viven la historia como si fuera una película, lo que le permite relacionar la situación traumática actual con el origen del problema en el pasado.

**Entonces, la sanación no llega únicamente a través de la comprensión...**

En absoluto. En el ejemplo

citado, la mujer supera su ansiedad no sólo porque comprende, sino porque revive el sentimiento de traición, desamparo y abandono. Es como una catarsis.

**¿Hace falta que se crea en la reencarnación para que funcione esta terapia correctamente?**

No. La creencia o no en el concepto de la reencarnación es un aspecto puramente filosófico que no afecta en nada a los resultados de una regresión. Si por medio de una regresión resuelve una dolencia, ¿importa acaso que lo vivido sea verdad? ■

### Para leer

#### **MUCHAS VIDAS, MUCHOS MAESTROS**

BRIAN WEISS  
EDICIONES. B. 1988.  
4,81 €

Es el primer y más conocido libro del doctor Weiss. Relata el caso de Catherine, la paciente que cambió su vida.

#### **MUCHOS CUERPOS UNA MISMA ALMA**

BRIAN WEISS.  
EDICIONES. B. 2005.  
10,00 €

En este libro desarrolla sus teorías sobre la terapia progresiva y regresiva.