

¿QUÉ SABEMOS, EN REALIDAD, SOBRE LA HIPNOSIS?

Tomás Andrés Tripero

El concepto *hipnotismo* fue utilizado en su origen por, el médico y cirujano de Manchester, James **Braid** (1795-1860). Escribió un solo libro publicado en 1843: *Neurypnology: or the rationale of nervous Sleep*, en el que se acuñaba este conocido término por vez primera.

Se describía así *un estado experimentalmente alterado de conciencia- similar al sueño pero, atención, no igual- que se producía como resultado de una concentración mental intensa y prolongada de los ojos sobre un objeto brillante en movimiento y a poca distancia de la mirada; mientras el paciente se encontraba seducido y sugestionado por la palabra del hipnotizador, con absoluta exclusión de todo lo demás.*

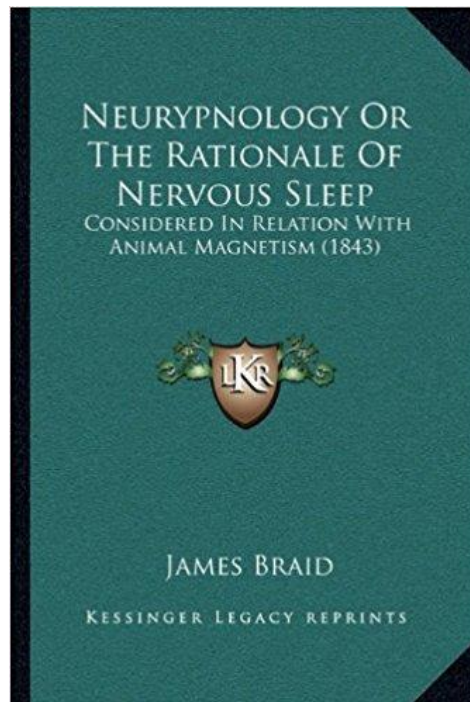
Según **Braid**, la extrema fijación ocular, la **hiperestimulación de los músculos del ojo**, ocasiona en sus correspondientes zonas de influencia cerebral, un estado de fatiga que contribuye a crear una *situación de magnetismo* en el que el sujeto entra en un *trance psicológico de carácter hipnótico*. Fenómeno al que, en un principio, designó como "**neurohipnotismo**".

Parece que el hipnotismo, aunque desconozcamos todavía muchas de sus claves y la esencia de su significado, no es un *fenómeno paranormal*, *sí algo de lo que todavía nos queda mucho por descubrir y saber*. ¿Podría haber, por sólo citar una de las muchas interrogantes, inducción regresiva auto-hipnótica que haga vivir al sujeto experiencias del pasado, como muy reales y vívidas, en cualquier circunstancia o especialmente en determinadas enfermedades cerebrales degenerativas? (Tipo Alzheimer)

El caso es que en situaciones de normalidad, es posible que se induzca - bajo esta influencia- cierta **estimulación de las capacidades normales** del ser humano: ya sea en el *campo de la discriminación sensorio-perceptiva, la tonicidad muscular y la resistencia a la fatiga, el recuerdo y la posibilidad de acceder - mediante regresión inducida- a vivencias de la infancia, la memoria, el rendimiento intelectual o el aprendizaje*. De hecho ya se proponen "*cursos de aprendizaje*" - del inglés, por ejemplo - bajo influencia hipnótica. Yo nos lo haría.

Incluso se experimenta con la **anestesia** o **analgesia hipnótica** como un medio para evitar el dolor. Probablemente estos pasos puedan obtener buenos resultados en el futuro, cuando sepamos más de qué es lo que realmente sucede con nuestra percepción de la sensibilidad, nuestro cerebro y nuestra conciencia cuando nos encontramos sometidos a este tipo de estimulaciones. Hoy por hoy sólo se trata de hipótesis relativamente probadas.

Lo que sí parece estar comprobado es que **el grado de susceptibilidad hipnótica** no es el mismo para todas las personas y, en contra de ciertos prejuicios, no hay pruebas experimentales concluyentes que nos permitan afirmar que las mujeres sean más fáciles



de hipnotizar que los hombres. Eso sí, conviene siempre que la hipnosis se realice en un entorno clínico y, si es posible, mejor con testigos. No olvidemos que mediante la hipnosis podemos llegar a dominar totalmente la voluntad de la persona sometida a esta experiencia.

Dado que el hipnotismo es un fenómeno eminentemente psicológico, hay personas que presentan un grado alto de susceptibilidad, las más emotivas, y otras, las más escépticas, uno mucho menor. También **la predisposición** juega un papel importante ya que cuenta mucho el deseo auténtico de cooperación con el terapeuta o el hipnotizador. Sin empatía parece que raramente lo conseguiríamos.

No cabe duda de que las **neurociencias** van a aportarnos próximamente datos espectaculares sobre esta frontera de la ciencia. Lo que podemos decir, hasta ahora, es que, **en los estudios experimentales sobre los ritmos eléctricos del cerebro**, se demuestra que el *electroencefalograma (EEG)* realizado en situación de hipnosis no guarda relación alguna con los estados oníricos (del sueño) conocidos, sino - más bien - con los registros electrofisiológicos del estado de vigilia. Los músculos, por ejemplo, no se relajan como en los diferentes ciclos del sueño ordinario, y la persona en este estado no se deja caer algo que sostenga con la mano. El misterio sigue abierto, la investigación también.