

# Comunicación con el síntoma

## Terapia energética psico-corporal

Por: Vivienne Rauber- Decoppet, Susenbergstr. 11, CH -8044 Zürich  
Congreso Internacional de Hipnosis de Meersburg y Quito

Me alegra poderles exponer mi método de Terapia Energética Psico-Corporal. La desarrollé para facilitar a mis estudiantes fuera de mi país Suiza el estudio de una síntesis de trabajo energético y de psicología. Soy psicóloga, graduada en la visualización catatímica de Leuner y enseñante de digitopuntura Jin Shin Do y de digitopuntura Process Acupressure. Desde el 1986 enseñé la Process Acupressure de Aminah Rahem, USA, una síntesis de digitopuntura y de psicología transpersonal, en Suiza, Austria, Alemania, Italia y Sudamérica.

Los alumnos que participaron en mis grupos de capacitación -sobre todo en Sudamérica donde sólo pude dictar clases, en el mejor de los casos, una vez por año- tuvieron dificultad de seguir practicando y de asimilar lo aprendido en mi ausencia. Ésta fue una de las razones que me incitó a seguir buscando otras formas terapéuticas holísticas que fueran no sólo más sencillas sino también muy potentes en cuanto al trabajo corporal y al respaldo psicológico de acompañamiento.

En mis dos libros, con Audio-CD's acompañantes: "Mi cuerpo me llama: Respiración curativa y Visualización", y "Reiki y Visualización" enseñé como trabajar con un síntoma corporal o con un problema personal o de pareja en un nivel inconsciente, de tal manera que el problema se resuelve y que el síntoma corporal desaparece por ya ser superfluo.

La terapia energética psico-corporal está basada en el concepto de que el ser humano es una unidad conformada por cuerpo, mente y espíritu y que el síntoma (éste puede ser un dolor físico o un problema psíquico) contiene un mensaje, que como nuestro aliado nos quiere hacer cambiar aquello que nos impide vivir realmente como nos corresponde y haciendo esto ser felices y sanos. Pero ¿Cómo hacemos para entrar en comunicación con nuestro síntoma? ¿Cómo podemos entender su mensaje o comunicarnos con el síntoma de tal manera que nos hable en imágenes simbólicas del alma y que pueda suceder una curación holística aunque no sepamos por qué sucede?

La Terapia Energetica Psico-Corporal consiste en un tratamiento energético muy sencillo que actúa a través de la respiración paralela sobre nuestro cuerpo energético sutil (emocional y mental) y busca crear un campo energético más fuerte, claro y organizado que de por sí ya produce efectos curativos. Lo vamos a experimentar luego. Además, la terapia energética psico-corporal **combina la respiración paralela con una técnica de visualización innovativa.**

El primer paso es la **visualización del síntoma** (del síntoma corporal o del problema). Les cito el caso de mi paciente Paula que me vino a ver por sus problemas matrimoniales: O

estaban muy distantes y callados o se reñían. Al hacer el amor se sentía violada. Al pensar en una de estas ocasiones, sintió mucha rabia y también soledad. Cuando le pregunté en que parte del cuerpo lo sentía, me enseñó su estómago y me dijo que ya desde hace rato le dolía el estómago. Le hice sentir más el estómago y describir el dolor y hacer venir una imagen. Vio un dragón que lanzaba fuego y le daba mucho miedo.

Como segundo paso **se extrae del cuerpo** y del campo energético **esta representación simbólica del problema** y se la coloca a aproximadamente a uno o dos metros de distancia. Entonces, aplicando la respiración paralela, **se respira a través** de esta imagen con la respiración paralela para lograr un campo energético más claro, fuerte y organizado en la representación simbólica del síntoma. Es así como, en la mayoría de los casos, la imagen se transforma espontáneamente en algo más positivo. Mientras mi paciente Paula hizo pasar la respiración paralela a través de la imagen delante de ella, el dragón se hizo cada vez más pequeño hasta convertirse en una lagartija verde que saltó a su mano y comenzó a lamerla.

Para que el paciente pueda interiorizar este cambio positivo realizado simbólicamente en la imagen, deberá como tercer paso reintegrar y **enraizar en su cuerpo la imagen** ya modificada, sirviéndose de la respiración paralela. Así se **internaliza el cambio** positivo

- **en el cuerpo mental**, en el sistema inconsciente de creencias personales adoptadas inconscientemente desde nuestra niñez
- en el cuerpo **emocional** de manera que el sentimiento negativo que acompaña el mensaje de base pueda cambiar a un sentimiento positivo
- y esto provoca un **comportamiento** cambiado, del cual resulta otra vez una
- **reacción** cambiada del alrededor

Con mi paciente Paula no comenté ni interpreté su imagen cambiada, solo se la hice dibujar. Por ser vacaciones volví a verla solo después de un mes. Vino sonriendo diciéndome que no sabía que milagro había sucedido, pero que su marido había cambiado por completo, que era mucho más cariñoso, se interesaba por lo que ella hacía y que la relación había cambiado por completo. Y casi con vergüenza me dijo, que habían tenido como una luna de miel en la cama, que su marido había iniciado a hacer el amor con mucha ternura, como le gustaba a ella y que esto le había ayudado a gozar hasta llegar a un bellissimo orgasmo, como no lo había tenido nunca con su marido. Me alegré mucho con ella sin darle la interpretación que yo les quiero dar ahora:

**El mensaje de base** de Paula, recordado desde su infancia en su cuerpo mental era: "**Nadie me quiere**" y **cambió a:** "**me lamen, me aman**"

El **sentimiento** que acompañaba desde la infancia este mensaje era **rabia** y tristeza mezclada, y pudo cambiar a **amor** (como me aman, yo también puedo amar).

El **comportamiento** era de distancia y **disputa** y pudo cambiarlo a un comportamiento **cariñoso** del cual la paciente no se dio cuenta. Solo vio que su marido como por milagro había comenzado a ser más cariñoso con ella.

Antes de hacerles experimentar esta técnica de visualización quisiera citarles a **Milton Erickson**, el famoso Hipnoterapeuta Norteamericano que ya escribió en 1979 en "Hypnotherapy":

Milton Erickson, 1979 en "Hypnotherapy":

**"La medicina psicosomática moderna defiende el principio de que los síntomas son formas de comunicación..."**

“Los síntomas son una **expresión del hemisferio cerebral derecho** (el menos dominante), que está vinculado más estrechamente con los procesos emocionales y con la imagen del cuerpo y es responsable de la formación de los síntomas psicosomáticos. Estos síntomas son una forma de expresión dentro del lenguaje del hemisferio derecho. Nuestro uso de un lenguaje mitopoético podría ser un medio de comunicación directa con el hemisferio derecho en su propio lenguaje...”

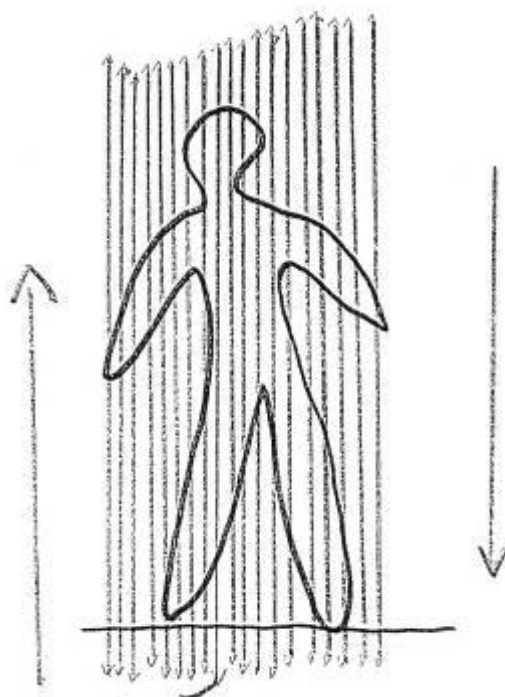
"Mientras que el hemisferio izquierdo (el más dominante) procesa en primer término, las comunicaciones verbales de carácter intelectual, el hemisferio derecho procesa impresiones de naturaleza óptico-espacial, quinesésica, o de imágenes..." "El inconsciente accede directamente a esta mitad cerebral derecha y resuelve allí mismo el problema. La toma de conciencia, una cualidad del hemisferio cerebral izquierdo (más dominante), no es indispensable". (Erickson y Rossi p.181-186)

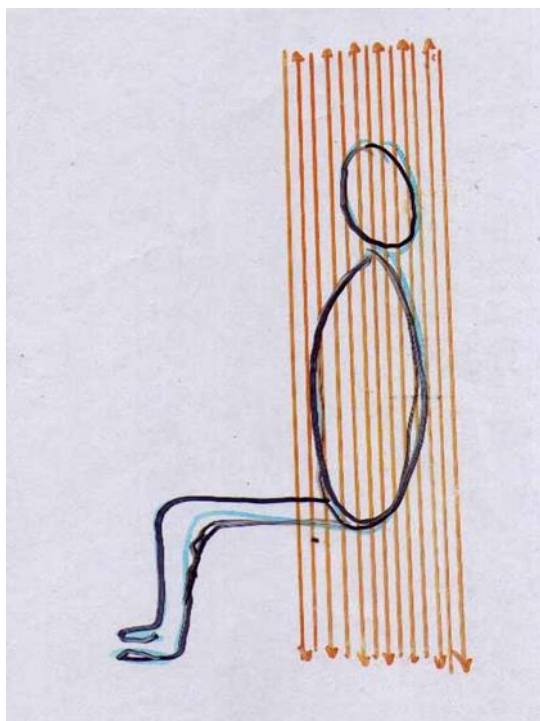
Quisiera ahora hacerles experimentar la parte energética de la Terapia Energética Psicocorporal, la Respiración paralela, antes de añadir la visualización:

## Respiración paralela

A través de este ejercicio podemos lograr un campo energético más claro, organizado y fuerte en nuestros cuerpos etérico, emocional, mental y espiritual, que se penetran entre sí. Cuando nuestro campo energético es fuerte y está en orden, estamos corporal y psíquicamente saludables.

Este ejercicio lo aprendí del médico Dr. Fritz Smith USA, originador del Zero Balancing, una terapia energética corporal. En sus cursos él lo enseña como el ejercicio del "*parallel reathing*"





**Por favor, toma asiento para realizar este ejercicio:**

Imagínate que inhalas a través de la cabeza y de los hombros y dejas que la respiración fluya hacia abajo a través de muchos canales imaginarios de respiración que corren paralelamente a lo largo de tu cuerpo: a través de la cabeza y de los hombros, del torso y de los brazos y al llegar a la pelvis, con la exhalación conduces el aire fuera del cuerpo...

Ahora inhala por la pelvis y deja que tu respiración fluya hacia arriba por muchos canales imaginarios de respiración atravesando todo tu torso y al exhalar deja que el aire salga por la cabeza y los hombros...

Vuelve a inhalar por la cabeza y los hombros y siente como la respiración fluye hacia abajo a lo largo de todo tu cuerpo por muchos canales de respiración paralelos hasta que sale de tu cuerpo...

Y ahora inhala y deja fluir la respiración hacia arriba a lo largo de todo tu cuerpo hasta que el aire vuelva a salir por la cabeza y los hombros...

Inhala a través de la cabeza y de los hombros y siente como la respiración fluye de forma descendente por muchos canales paralelos a lo largo de todo el cuerpo...

**Ahora respira de otra forma:**

Inhala a través de la pelvis y deja que la respiración fluya hacia arriba y hacia afuera...

Y al exhalar deja que la respiración penetre por la cabeza y los hombros y que fluya hacia abajo por todo el cuerpo y luego hacia afuera...

**Inhala y siente como fluye hacia arriba la respiración y al exhalar siente como la respiración fluye hacia abajo...**

Inhala... y exhala...

Continúa con este ejercicio siguiendo tu propio ritmo respiratorio durante 5 minutos.

Esta es la manera como Fritz Smith enseñaba la respiración paralela. Yo prefiero hacerlo acostada para incluir también las piernas y los pies. Mi propuesta es la siguiente: inhalar por los pies y dejar fluir la respiración hacia arriba por muchos canales paralelos a lo largo de todo el cuerpo y dejarla salir por la cabeza y los hombros. Con la exhalación se deja que la respiración penetre por la cabeza y los hombros y que fluya hacia abajo por muchos canales paralelos a lo largo de todo el cuerpo hasta que vuelve a salir por los pies.

Si el ritmo del ejercicio te resulta demasiado rápido como para poder sentir realmente la respiración, puedes inhalar por los pies y dejar que la respiración ascienda tan sólo hasta donde alcances y al momento de exhalar, puedes conducir la respiración hacia arriba y dejarla salir por los hombros y la cabeza. Luego, puedes volver a inhalar por la cabeza y los hombros y dejar que la respiración fluya hacia abajo hasta que sientas la necesidad de exhalar y al hacerlo dejas que la respiración descienda y luego la dejas salir por las piernas y los pies.

Fíjate a cuál de estas dos opciones te adaptas mejor para que la apliques en el futuro.

Este ejercicio es en sí muy eficaz, pero su validez se intensifica considerablemente con la visualización que haremos a continuación. Sin embargo, antes de proseguir quisiera explicar el porqué de la eficacia de este ejercicio energético.

## Cuerpo energético (capas de las auras)

Según Barbara Brennan nosotros tenemos 7 cuerpos energéticos que se penetran entre sí y que se expanden más allá de nuestro cuerpo físico (aura). Cada una de estas 7 capas tiene una apariencia diferente y cumple una función propia y específica.

La primera capa corresponde al cuerpo físico y a sus emociones. Aquí se registran todos los síntomas y dolores corporales y se dice que es en esta capa donde están los meridianos que al hacer una autopsia del cuerpo físico no se logran encontrar. A este nivel se lo conoce generalmente como el **cuerpo etérico** o también **cuerpo vital**, este último es el nombre que utiliza la pareja de médicos alemanes, Raimar y Ulrike Banis, quienes en 1998 crearon un aparato para medir la energía de los diferentes cuerpos energéticos. Dicho de manera sencilla, cada capa corresponde a un chakra, aunque no debemos olvidar que los chakras penetran todas las capas energéticas equilibrando su energía. El **cuerpo etérico** corresponde al **primer chakra** o chakra raíz.

En la segunda capa, en el **cuerpo emocional**, guardamos todos nuestros sentimientos, también los “**sentimientos preferidos**” (como se los suele llamar en el análisis transaccional), es decir todos nuestros sentimientos negativos y recurrentes que surgieron de traumas en la niñez, así por ejemplo, el sentirse solo o culpable. Podemos imaginar al cuerpo emocional como el vehículo de los sentimientos. Este corresponde al **segundo chakra**.

En la tercera capa, en el **cuerpo mental**, recordamos todos nuestros “**mensajes básicos**”, es decir las conclusiones que sacamos de nuestras experiencias durante la niñez, como por ejemplo: “soy tonto”, “nadie me quiere”, etc., ejerciendo una influencia tan grande en nuestro comportamiento que es así como nuestras creencias o mensajes siempre vuelven a ratificarse. Nos podemos imaginar al cuerpo mental como **formas de pensamiento**, como un vehículo de nuestras ideas, expectativas, mensajes básicos o también como el portador de nuestro intelecto y de nuestro pensamiento lineal. Este corresponde al **tercer chakra**.

La cuarta **capa astral** (otros autores sólo describen 4 cuerpos energéticos y a esta cuarta capa le dan el nombre de “cuerpo espiritual), que corresponde al **chakra del corazón**, es el nivel en el cual **amamos** a nuestra pareja pero también a toda la humanidad.

La quinta capa, correspondiente al **chakra de la garganta**, es el nivel en el que **nos unimos con una voluntad superior**, con la voluntad divina.

En el sexto nivel y en el **chakra de la frente** (o el tercer ojo) se ubica, según Brennan, el **amor celestial** que ve a todas las formas de vida como una manifestación divina.

El séptimo nivel y el chakra de la coronilla son los niveles de la conciencia superior, del reconocimiento de nuestra unidad espiritual.

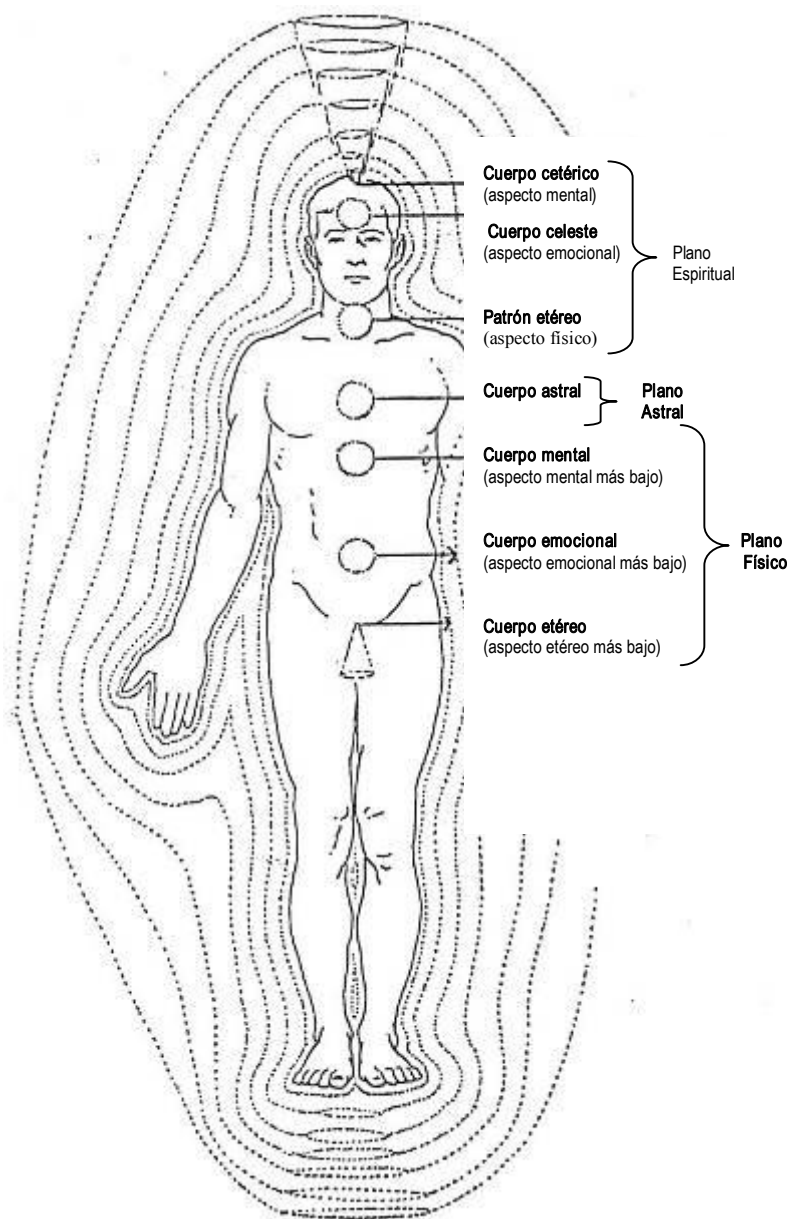


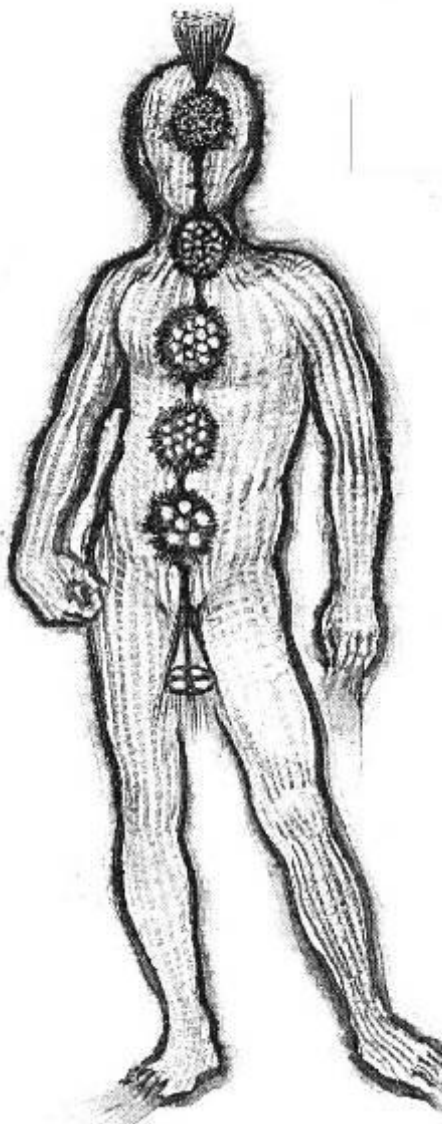
Gráfico tomado de B. Brennan „Trabajo con la luz“, pág. 97

En nuestro **sistema energético** o en nuestros diferentes cuerpos energéticos, existe pues **un lugar especial para nuestras sensaciones corporales, sentimientos, pensamientos y recuerdos.**

Barbara Brennan es clarividente y puede ver cada segundo cuerpo energético como una estructura clara formada por líneas paralelas.

- el cuerpo etérico (vital) con líneas paralelas azules que van desde arriba hacia abajo (compárese gráfico de B. Brennan: Trabajo con la luz),
- el mental con líneas paralelas de color amarillo,
- el espiritual, relacionado con el chakra de la garganta, con líneas paralelas azules
- el espiritual relacionado con el chakra de la coronilla, con líneas que forman celdas de color amarillo dorado.

Compárese el gráfico del cuerpo etérico que aparece en el libro “Manos de luz” de Barbara Brennan.



Con la respiración paralela reestablecemos un campo claro y ordenado en los diferentes cuerpos energéticos que pueden haberse alterado o desequilibrado por problemas o preocupaciones cotidianas. Así es como yo explico los considerables efectos que podemos alcanzar con la respiración paralela.

## Visualización del síntoma y respiración paralela →↵

Continúa con la respiración paralela...

Inhala y deja que la respiración fluya hacia arriba a través del cuerpo... exhala y deja que la respiración fluya hacia abajo...

Inhala sintiendo como asciende la respiración... y exhala sintiendo como desciende la respiración...

Percibe si **la respiración paralela está pasando por todas partes...**

¿O notas que hay partes por donde no fluye libremente la respiración?

Talvez percibes ciertas partes en tu cuerpo por donde la respiración no corre fluidamente. Elige una de estas partes...

Concéntrate en ella. Quizá sientes el deseo de respirar sólo a través de esta parte...

Pon atención y trata de percibir con toda claridad de qué manera la respiración no fluye libremente...

- ¿Tu cuerpo está absorbiendo el flujo energético de la respiración?
- ¿La irradiación o flujo energético sólo está fluyendo en parte?
- ¿El flujo respiratorio sí está pasando pero de manera obstruida y cada cierto tiempo se vuelve a estancar?
- ¿Algo bloquea al flujo energético sin dejarlo pasar?
- ¿El flujo respiratorio evita cierta parte del cuerpo se separa y pasa lejos de ella volviéndose a unir más adelante?
- ¿Sólo pasan las irradiaciones respiratorias que vienen desde arriba o sólo aquellas que fluyen desde abajo?

Percibe con toda exactitud de qué manera la respiración paralela no fluye por esta parte del cuerpo...

Descríbetelo a ti mismo en palabras...

Luego anótalo y dibújalo en un papel...

### Dejar venir una imagen

Continúa con la respiración paralela...

Observa y siente por dónde no pasa libremente el flujo respiratorio...

¿Es por una parte de tu cuerpo que generalmente te causa problemas?

¿Tienes en esta parte un síntoma corporal?

De no ser así y si prefieres trabajar con un síntoma corporal actual, deja fluir la respiración paralela a través del síntoma y percibe de qué manera tu respiración no puede atravesar el síntoma... descríbelo en palabras...

Vuelve a percibir con toda claridad de qué manera no puede avanzar el flujo energético...

Y ahora permite que surja una **imagen** que simbolice esta situación..., o cualquier imagen..., acepta la primera que aparezca aunque aparentemente no tenga mucha relación ni sentido...

Deja que la imagen se vuelva muy clara..., muy visible..., muy colorida...

Obsérvala hasta que puedas dibujarla...

Dibújala.



## Colocar la imagen frente a si mismo

Continúa con la respiración paralela...  
Concéntrate nuevamente en tu imagen...  
Llévala ahora al **cuerpo y sácala hasta tu campo energético...**  
Colócala a unos dos metros fuera y frente de ti...  
Cuando la tengas frente a ti, deja que la imagen se vuelva muy clara y precisa...

Ahora haz que la **respiración paralela atraviese la imagen que está frente a ti**, que pase sólo a través de la imagen...  
Inhala por la imagen... y exhala por la imagen..  
Observa la imagen mientras ves como el flujo energético se mueve de abajo hacia arriba y de arriba hacia abajo...  
Observa si se produce algún **cambio** en la imagen...

Tómate el espacio y tiempo necesarios para que se puedan producir cambios en la imagen...

Sigue respirando a través de la imagen, respira de abajo hacia arriba al inhalar... y de arriba hacia abajo al exhalar... y observa la imagen.

## Reintegrar en el cuerpo la imagen modificada

Si la imagen no fue modificada o si fue objeto de ciertos cambios que no son de tu agrado, déjala afuera y continúa con la respiración paralela a través de ella; sigue haciéndolo también durante los siguientes días hasta que se produzcan cambios en la imagen...

Pero si la imagen **ya fue modificada a tu agrado**, puedes **reintegrarla** al cuerpo, al mismo lugar de donde la sacaste...

Regresa ahora con la respiración paralela a tu propio cuerpo...  
Inhala y exhala a través de tu propio cuerpo...  
y observa la parte del cuerpo que ahora está vacía sin la imagen de antes o que ahora está llena con una nueva imagen...  
Inhala... y exhala...  
Percibe como fluye ahora la respiración por esta parte del cuerpo...  
Percibe si ahora el flujo respiratorio reacciona de forma diferente...  
Luego puedes volver con toda tranquilidad al aquí y al ahora, moviendo las manos y los pies, respirando profundamente, estirando tus extremidades y todo tu cuerpo como lo haces al despertar y al abrir los ojos estarás ya completamente de regreso...  
Escribe y dibuja todo lo que acabas de experimentar...

Quizá tuviste la oportunidad de experimentar cómo se modificó la imagen, notando por ejemplo como una figura que antes te atemorizaba se fue volviendo más pequeña y amigable. ¿Por qué sucede de esta manera?

## ¿Cómo podemos explicar el efecto curativo de este procedimiento?

Nuestro punto de partida es una visión holística del ser humano que incluye el cuerpo, la mente y el espíritu, es decir el enfoque de la medicina china y de casi todas las antiguas culturas, pero también de la psicología transpersonal. Esta sostiene que un síntoma corporal (que en la respiración paralela se presenta como un bloqueo) es un mensaje de nuestra inteligencia interior que nos quiere prevenir y que dice: “¡Te has alejado de tu verdadero camino personal, en realidad no estás siendo **tú mismo**. Haz el cambio necesario. Vuelve a ti!”

La imagen que aparece durante la visualización del síntoma es un símbolo para el aliado que en realidad busca ser el síntoma. Un aliado que desea ayudarnos a reencontrarnos con nosotros mismos, con todos nuestros dones y potenciales.

Normalmente no solemos percibir a nuestros síntomas (nuestro dolor de estómago, de cabeza, etc.) como un amigo o aliado, sino que nos sentimos víctimas inocentes de estos males que nos aquejan y hacen sufrir.

Coloquemos ahora el símbolo de este síntoma, la imagen que visualizamos, frente a nosotros, fuera de nuestro campo energético. Coloquemos al presunto agresor que nos victimiza frente a nosotros. Desde cierta distancia lo podremos observar mejor.

Las irradiaciones de luz que hacemos fluir a través de nuestra respiración en la imagen que está frente a nosotros, logran fortalecer, organizar y clarificar el campo energético de este símbolo, y el presunto agresor se puede convertir en un amigo y auxiliar bienintencionado, que en realidad siempre fue y que recién ahora podemos reconocerlo como un nuevo aliado.

Cuando reintegramos el símbolo del síntoma (convertido ahora en una imagen positiva y de nuestro gusto) en el cuerpo y lo enraizamos allí con nuestra respiración, estamos aceptando - de manera simbólica - el mensaje del síntoma que ahora puede producir cambios a nivel del subconciente. Estas modificaciones a nivel del subconciente se manifiestan luego también en nuestro comportamiento.

Una vez que hemos aceptado el mensaje del síntoma (aunque solo suceda de manera simbólica a través de la imagen visualizada, cuyo contenido no comprendemos) y después de transformar lo que obstaculizaba nuestro camino (aún si la transformación sólo tuvo lugar en la visualización que por lo general no entendemos), a nivel subconciente pueden modificarse viejos mensajes básicos y consecuentemente también antiguos comportamientos. Una vez que ya hemos “escuchado” el mensaje de nuestro síntoma y si hemos modificado ya algo en nuestras costumbres, el síntoma se volverá superfluo y desaparecerá.

## El caso de Paula

Cuando realicé por primera vez este ejercicio con una paciente, ambas nos sorprendimos muy positivamente por los cambios que se produjeron en su vida práctica después de realizar la visualización. La razón principal por la que Paula buscó mi ayuda fueron sus dolores estomacales, pero no pasó mucho tiempo para que ella empezara a contarme sobre los problemas que tenía con su esposo.

Paula vio en su estómago un monstruo verde, un dragón que lanzaba fuego. Al retirarlo del cuerpo, colocarlo frente a sí y respirar las irradiaciones energéticas a través del monstruo, éste se convirtió en una lagartija verde que saltó a su mano y empezó a lamerla. Como esta nueva imagen sí le gustó a Paula, ella la reintegró a su estómago e hizo fluir las irradiaciones respiratorias nuevamente a través del cuerpo.

Después de un mes me contó que la relación con su esposo se había vuelto más tierna y cariñosa.

Aquí podemos interpretar lo siguiente (lo cual nunca hago con mis pacientes, salvo si ellos quieren expresar sus propias ideas): El dolor de estómago quería decirle a Paula que algo le “pesaba en el estómago”, que ella tenía que cambiar algo en su vida. Al concentrarse en el dolor de estómago, apareció la imagen simbólica de su problema: un monstruo.

Podríamos sentirnos tentados a interpretar que la paciente veía a su marido como un monstruo o que ella misma se comportaba con él como un monstruo. Al sacar fuera de su cuerpo y de su campo energético al monstruo y al crear con el flujo respiratorio un campo más claro y ordenado, el monstruo pudo transformarse y convertirse en una lagartija que le lamía la mano, en el amigo y aliado que el síntoma quería ser.

Al reintegrar la imagen modificada de la lagartija en el cuerpo y luego de enraizarla allí con la respiración paralela, esta transformación también se pudo manifestar en sus pensamientos y sentimientos (en el cuerpo mental y en el emocional) y Paula pudo ver a su esposo y verse a sí misma ya no como un monstruo, sino como una lagartija que cariñosamente lamía la mano.

Supongo que Paula siente ahora que “le lamen la mano” con más cariño, que la aceptan y que también la aman más, pudiendo ella ahora también cambiar su actitud hacia su esposo. Sin darse cuenta ella empezó a comportarse de manera más cariñosa y tierna con su marido, lo cual a su vez modificó el comportamiento del esposo.

## Otros campos de aplicación

Con el trabajo psico-corporal energético se pueden tratar problemas (laborales, psíquicos, de pareja), pidiendo al paciente que cuente lo que le sucede y que luego perciba cómo se va sintiendo al hacerlo. Luego le preguntamos en qué parte del cuerpo percibe esa emoción. De esta manera hemos llevado el problema a un síntoma corporal y continuamos la terapia con este síntoma.

El trabajo psico-corporal energético también puede aplicarse con sueños. Luego de que el paciente ha contado su sueño, le preguntamos qué parte o qué figura del sueño fue la que más lo impresionó. Luego se le pide volver a percibir el sentimiento que esta parte o figura le provoca. A continuación le pedimos que perciba en qué parte del cuerpo se ubica dicha emoción. Después de haber identificado también al sueño con un síntoma corporal se sigue el tratamiento como con un síntoma.

## Cuadro Sinóptico: Terapia energética psico-corporal

- **Establecer vínculos entre los problemas o sueños con emociones o síntomas corporales:**  
(Contar el problema, ¿cómo te sientes al hacerlo...?)  
(Contar el sueño, ¿cuál fue la parte que más te impactó, sentimiento...?)
- **¿Cómo te sientes? Emoción.**
- **¿Dónde lo sientes en el cuerpo? Descríbelo.**
- **Respiración paralela.** Sentir y describir de qué manera la respiración no fluye libremente por esta parte del cuerpo.
- **Imagen**
- **Colocar la a la izquierda frente a uno mismo,** respirar el flujo o irradiaciones energéticas a través de la imagen → ↓↑
- **Si se modifica la imagen de manera positiva, reintegrarla al cuerpo** ↙↓↑
- **¿Cómo será todo ahora que ya no existe el problema?**
- **Deja que surja una imagen**
- **Colocar la imagen diagonalmente, a la derecha frente a sí mismo,** respirar las irradiaciones energéticas a través de la imagen. → ↓↑
- **Enraizar la imagen del futuro en todo el cuerpo con la respiración paralela** ↙↓↑