

Bio-Regresiones*



¿Qué son las Técnicas Regresivas?

Son un conjunto de técnicas milenarias utilizadas por culturas, tanto orientales como occidentales y avaladas por los avances en la investigación de la ciencia actual, en particular por la psicología humanística, psicología transpersonal, física, biología, medicina, que profundizan en los trasfondos de la mente con una actitud abierta, para trabajar desde un estado ampliado de conciencia y ayudar a las personas en la resolución de sus problemas.

A estas vivencias generadas mediante este método, se les denomina "Regresiones" porque propician "regresar" a las primeras fases del desarrollo cerebral (vida intrauterina, nacimiento e infancia) y en otros casos, a conflictos aún no resueltos generados en "supuestas" vidas pasadas.

¿Cómo actúan?

Este método utiliza una relajación o trance hipnótico leve, guiado por un Terapeuta especializado en Técnicas Regresivas, para conseguir un estado de ondas cerebrales que favorece la libre asociación del inconsciente y un alto grado de emotividad. De esta forma, la persona puede recapitular su pasado, reviviendo los orígenes de los episodios traumáticos no resueltos que han generado los desequilibrios internos, favoreciendo la solución de problemas actuales, mediante el fluir de las emociones retenidas.

¿En qué casos es aconsejable la T.R.

Las Técnicas Regresivas Aplicadas nos proporcionan las claves para conocer el origen de nuestros problemas y permiten en una cantidad razonable de sesiones,

tratar eficazmente trastornos psicológicos tales como depresión, ansiedad, fobias, estrés, disfunciones sexuales, adicciones, obsesiones, etc... y trastornos psicosomáticos alimentarios, del sueño, dermatitis inespecíficas, cefaleas tensionales, colon irritable y otros trastornos digestivos, neuralgias psicógenas, etc... También es útil en enfermedades crónicas y degenerativas como coadyuvante en su tratamiento.

También es muy adecuado el acercamiento a ella para las personas que tienen familiares con algún trastorno de los descritos anteriormente, ya que les permite entender la problemática que se está viviendo a nivel familiar.

Contraindicaciones

Aunque en principio no hay ningún estudio rotundo sobre qué tipo de enfermedades no son aconsejables tratar con este tipo de técnicas, podemos mencionar algunas que, en el caso de tratarse, se realicen con mucho más cuidado o se dejen exclusivamente en manos de médicos o psicólogos y que a su vez tengan muchos años de experiencia en T.R.

- Estados epilépticos
- Estados psicóticos (sobre todo durante una crisis aguda)
- Problemas cardiovasculares.
- Deficiencias mentales.
- Mujeres embarazadas.
- Niños pequeños.

Las regresiones, tanto en esta vida como en supuestas vidas pasadas no son apropiadas para trabajar con niños pequeños ya que todavía se encuentran en una fase donde su hemisferio izquierdo no ha adquirido todavía la madurez necesaria. A estas edades, es conveniente utilizar sólo técnicas de visualización como refuerzo, que resultan muy positivas para ellos, pero no entran en un análisis en profundidad de sus emociones retenidas. Las visualizaciones se enfocan como un juego y en ellas se utilizan personajes de cuentos, dibujos animados, películas... en donde el niño participa activamente y le permite soltar la tensión acumulada.

Idóneamente, la edad más temprana para iniciar una experiencia regresiva sería a partir de la adolescencia

* Texto extraído de la WEB: <http://www.mundoregresiones.com/>

Ver entrevista en <http://www.mundoregresiones.com/regresionesabril2005.htm>