

[Inicio](#) / [Artículos](#) / [Leopoldo Ceballos](#) / Terapia regresiva y terapia de vidas pasadas, ¿cómo funciona?

Terapia regresiva y terapia de vidas pasadas, ¿cómo funciona?



Leopoldo Ceballos

28 Nov 2018 · lectura de 5 minutos



RECOMENDADO

La [terapia de vidas pasadas](#) se engloba dentro de las [terapias regresivas](#), con la salvedad de **no necesitar ningún tipo de hipnosis o inducción**, ya sean de [relajación](#) o de respiración, para revivir las experiencias.

El principio de las terapias regresivas, y también el de la terapia de vidas pasadas, es el **atrapamiento de la energía, del alma o de la consciencia en un momento pasado en el que sufrimos un trauma intenso** o de cierta importancia. Este atrapamiento hace que nuestra consciencia reviva permanente y constantemente ese momento, activando cierta serie de impulsos, emociones o conductas ante situaciones o personas similares.

La terapia de vidas pasadas trabaja sobre los **síntomas** de estos atrapamientos, que suelen ser **físicos** como dolores localizados, presión en el pecho, la garganta o la cabeza, dolor en una pierna, en la espalda, las manos, etc, o se manifiestan como **emociones intensas** como angustia, ansiedad, necesidad de salir corriendo, agresividad, etc. Revivir la situación original, haciendo consciente los elementos que pasaron desapercibidos, ya sean físicos o emocionales, permite sanar el trauma y romper el vínculo que atrapa nuestra consciencia en ese momento.

Ejemplo de funcionamiento de la terapia regresiva y terapia de vidas pasadas

La mejor forma de explicar este fenómeno es con un ejemplo:

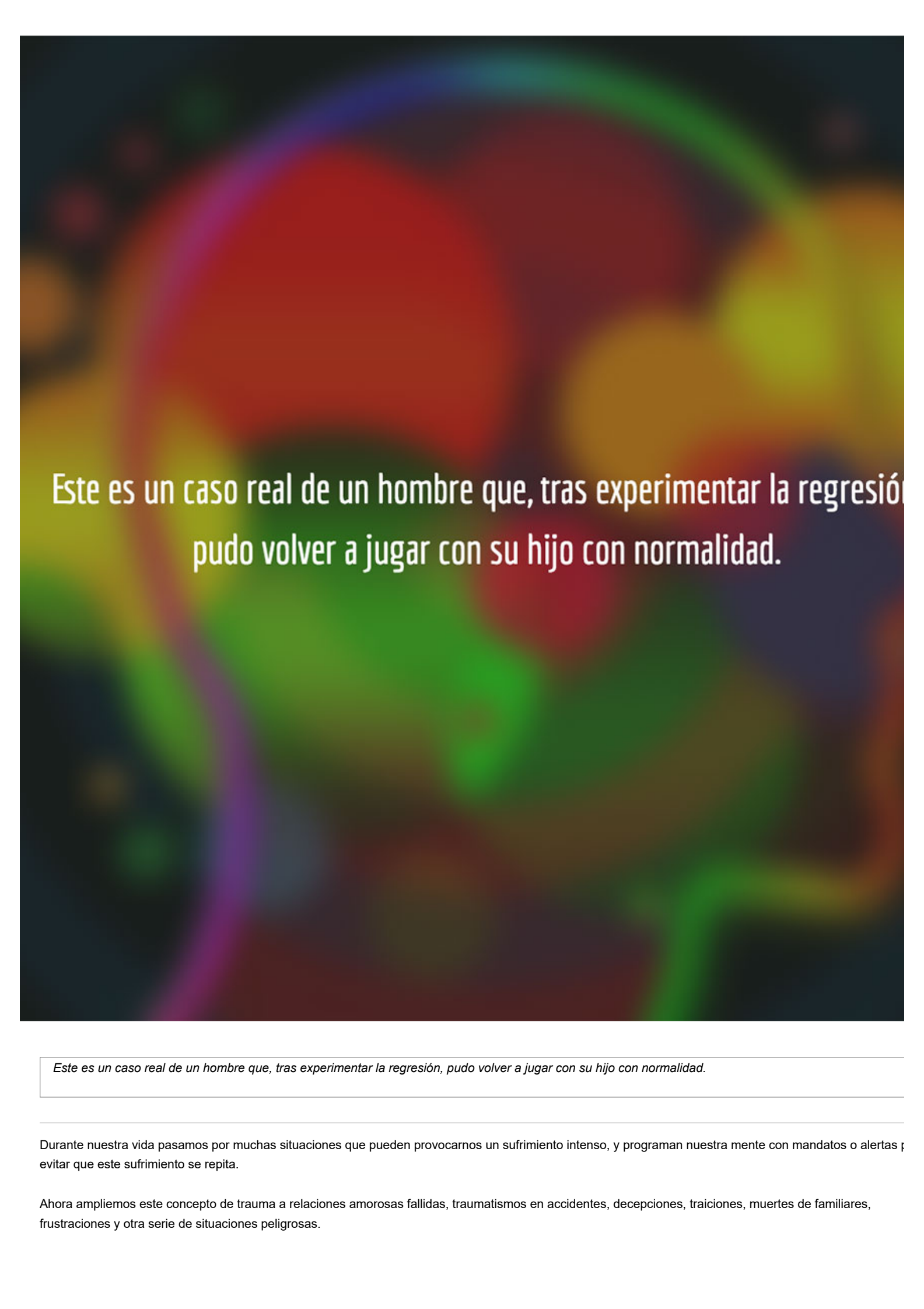
Pongamos que un niño está jugando con su hermana pequeña cuando, en un despiste suyo, ésta se cae y se hace una herida en la frente que sangra abundantemente. La niña es llevada al hospital para que le pongan unos puntos. Mientras, el niño se queda con su abuela sin saber que le está pasando a su hermana, sólo recuerda que está sangrando y que se la han llevado al hospital. También recuerda que su abuelo hace un tiempo fue al hospital y se murió.

Imaginemos por un instante los sentimientos de ese niño, sus emociones de culpa, impotencia, tristeza y frustración. En ese momento, cree que su hermana morir, y la culpa le impide preguntárselo a su abuela. Es importante entender que la intensidad de ese sufrimiento hace que su consciencia permanezca anclada ese momento.

Posteriormente la hermana vuelve con la herida cosida y tapada pero el sentimiento del niño sigue atrapado en el instante en el que se la llevan al hospital y que se va a morir. Cada vez que el niño juegue con su hermana, una parte de su consciencia le recuerda que ésta puede morir, y él tiene el poder o la responsabilidad de evitarlo.

Pasados los años el niño se hace mayor y tiene un hijo sano pero, cuando juega con él, siente un miedo terrible de hacerle daño por acción u omisión. Le vienen a la cabeza imágenes de heridas, mutilaciones, moratones, etc.

Mediante la regresión vuelve al momento en el que está jugando con su hermana pequeña, entendiendo, desde su consciencia de adulto, su papel en la situación. Posteriormente, cuando la hermana es llevada al hospital, se gestionan todas las emociones del niño, y se le muestra lo que ha pasado después, indicándole el momento difícil ya ha pasado y que no tiene porque seguir sintiendo la culpa, la impotencia, la tristeza y la frustración.



Este es un caso real de un hombre que, tras experimentar la regresión, pudo volver a jugar con su hijo con normalidad.

Este es un caso real de un hombre que, tras experimentar la regresión, pudo volver a jugar con su hijo con normalidad.

Durante nuestra vida pasamos por muchas situaciones que pueden provocarnos un sufrimiento intenso, y programan nuestra mente con mandatos o alertas para evitar que este sufrimiento se repita.

Ahora ampliemos este concepto de trauma a relaciones amorosas fallidas, traumatismos en accidentes, decepciones, traiciones, muertes de familiares, frustraciones y otra serie de situaciones peligrosas.

Durante la terapia regresiva pueden aparecer otro tipo de elementos, llamémosles “inesperados”. A veces, un motivo de consulta y un síntoma emocional o físico puede llevar a una persona a revivir una **situación que no reconoce como propia**. Se ve a sí mismo en un cuerpo diferente y en un entorno diferente que no reconoce. La aparición de esas experiencias es la causa de que se denomine **terapia de vidas pasadas**.

En otras ocasiones pueden aparecer **energías o entidades** que parecen externas y en otros elementos tan dispares como colores, sentir que se es una roca, verse en un dibujo animado, etc. Hay que entender que **la realidad del inconsciente es diferente de la realidad de nuestro yo consciente**. Algo pasó en el momento, y nuestro subconsciente lo grabó de una forma u otra.

Cuando accedemos al inconsciente queriendo entender sus reacciones, éste nos muestra su realidad o como percibió la situación. No debemos de cuestionarla, debemos aceptarla y aprender lo que nos quiere enseñar. El proceso es similar a cuando le explicamos a un niño pequeño un concepto complejo. Utilizaremos metáforas, cuentos e historias para que el niño comprenda el concepto sin llegar a definirlo.

Como terapeuta, no pretendo que mis creencias o convicciones afecten a la persona que está en regresión. Tampoco me dejó influir por sus creencias, simplemente dejo que su conocimiento, memoria e imaginación se entremezclan de forma que entienda su verdad y ésta le conduzca a la sanación.

Psicología



ESCRITO POR

Leopoldo Ceballos