

Entrevista con John Hartung PsyD

por Lic. César López Gómez

Tenemos que pensar en cuál puede ser la parte energética que explique “el porqué” hay una perturbación a nivel neurofisiológico.

Se supone que hay un estado de alerta en la amígdala, que por algún motivo no se transfiere al hipocampo y no entra a la memoria narrativa. Ya sabemos que hay algo energético que se ha descubierto, que es la onda cerebral delta, theta u otra frecuencia.

Ahora ya estamos hablando de energía, porque estamos hablando de ondas que se miden en el cerebro. Esa es la primera respuesta energética. Hay ondas cerebrales que se siguen utilizando, que deberían terminar o parar. Por algún motivo no paran, no terminan. Entonces, energéticamente hay ondas cerebrales sobreactivadas o compulsivas que no se detienen. Esa es la primera respuesta.

En este módulo de Psicotrauma estamos aprendiendo cómo las terapias psicoenergéticas son realmente impresionantes en el tratamiento. Antes de ahondar en el tema, nos gustaría que explicaras lo siguiente:

¿Cómo podríamos ver los psicólogos clínicos qué sucede a nivel energético con una persona que sobrevive a un trauma?

Empezamos con lo más elemental que son los síntomas: la persona está en un estado de alerta y muestra conducta de evitación. Por ejemplo, evita el lugar donde ocurrió el trauma. En la conducta

se pueden observar algunas respuestas.

Generalmente, empezamos con lo más obvio y después vamos a la parte que apoya o mantiene esa conducta que está a nivel emocional y sentimental. Aquí podemos ver cambios

en la sangre, en lo bioquímico, que se pueden interpretar como ansiedad o rabia, por ejemplo.

La energía es lo más fundamental, entonces después nos preguntamos si hay alguna parte neurofisiológica que esté sosteniendo la conducta. ¿Qué es lo que está sustentando la parte fisiológica? Aquí hablamos más a nivel celular, más a nivel energético. Para hablar de la energía tenemos primero que estar seguros de que hay algo más obvio, que se supone está mantenido por lo energético.

Si no hay nada en la conducta no vamos a responder a la pregunta todavía. Pero si

No se puede hablar de energía sin hablar de todo lo demás: la energía aislada del resto no tiene sentido.

hay conductas y hay algo neurofisiológico, entonces podemos pensar ¿Cuál puede ser la parte energética que también está implicada?

Ahora sí voy a responder a tu pregunta: Estamos hablando de un estado de alerta que ya no es apropiado.

Esa onda es un tipo de energía que se mide con aparatos comunes. ¿Por qué es energía? Porque se sabe que tiene su forma de onda. Pero también se sabe que cada onda puede convertirse en una sustancia material, es decir que a veces es una onda, a veces es una sustancia material. Se está modificando constantemente. Ahora podemos entrar al próximo nivel de respuesta que es, ¿cómo podemos hablar de energía, si a veces no es energía, sino algo material? Entonces, para hablar de energía, no podemos hablar simplemente de energía en forma de ondas, porque sabemos que se están modificando todo el tiempo, es ondulante.

Surge la pregunta ¿es una onda o es una sustancia material? Son las dos cosas. Estamos hablando de lo sutil: ondas, y también de algo tangible: lo denso. Podemos, entonces, hablar de ambas pero solamente en teoría, ya que sabemos que en la realidad se modifica continuamente.

Einstein habló de paquetes de energía. Nos podemos preguntar: ¿es un paquete

de energía o es una onda? Es las dos cosas. Nos encontramos con algo muy interesante: energía, paquetes de energía, ondas, materia, mente, cuerpo; es decir, no podemos hablar de energía sin hablar de resto, porque no hay diferencias. Las diferencias son solamente semánticas. En realidad, todo lo que da energía tiene que existir a nivel químico, biológico, bioprotónico, conductual y observable, por lo que la respuesta a tu pregunta incluye todo.

Si hablamos solo de ondas estamos hablando simplemente de un aspecto de la respuesta, porque la onda no existe sin todo el resto.

Para la psicología contemporánea y académica puede resultar muy difícil toda esta explicación actual del trauma y el tratamiento desde el punto de vista energético. Aunque ya hay mucha validez científica, es información que aún no llega a nuestros currículos académicos. Podría de inmediato irse la academia a pensar que son temas "New Age", porque efectivamente empieza a hablarse en este movimiento de todo esto intangible, pero que se puede sentir y funciona.

¿Cómo crees que la Psicología se favorece de esto?

Es importante tratar de responder creando un contexto holístico. Si hablamos solo de energía, la gente puede confundirse y pensar que estamos hablando de una energía aislada del resto de la persona. Eso es imposible, pero da la pauta para que la gente nos critique diciendo que estamos hablando de algo que no tiene que ver con lo que hacen o tal vez que no existe. Sin embargo, la energía no existe separada de las creencias, de los neurotransmisores, de la conducta, de sentimientos, emociones y todo el resto que es más obvio. Estamos

hablando simplemente de cómo entrar por otras ventanas al mismo lugar. No estamos en contra de lo que hacen los terapeutas cognitivos y también usamos las palabras. Por ejemplo, en el curso de hoy estábamos hablando de energía: Le pedí a la alumna mientras trabajaba que dijera: "pido perdón". Esas son palabras. Generalmente diríamos que tiene que ver con terapia cognitiva, donde se usan palabras. Se parece a lo que hacen los terapeutas cognitivos, no hay diferencias, no hay conflicto. Cuando hablamos de energía, no hablamos de algo inventado, no se puede hablar de energía sin hablar de todo lo demás: la energía aislada del resto no tiene sentido.

Nos referimos a la persona en forma holística y siempre tenemos que insistir en que la energía que estamos observando no se puede tratar separada de lo que hacen todos los demás terapeutas, sin importar su enfoque. Lo que lo que nos interesa

más es medir el impacto, la eficiencia y la estabilidad de lo que hacemos, para ver cuál sería el mejor camino en un caso con determinada persona. No nos interesa dar la impresión de que lo que hacemos es esotérico o es diferente: todo es la misma realidad. En conclusión, a una persona con una orientación cognitiva la voy a invitar a considerar lo que yo hago, a que trate de verlo con mente abierta, con escepticismo pero curiosidad. Le puedo pedir que trate de no imponer sus reglas, simplemente observar lo que hay como buen científico. Dejar que aparezca lo que hay. No voy a criticar lo que hace esa persona y espero que esa persona también considere lo que hago yo en forma abierta, nada más. No estamos en conflicto ni en competencia.

Tampoco estamos en el mismo camino, estamos en caminos diferentes. El cerebro fue fabricado en forma de redundancia: hay tantas formas de hacer la misma cosa con varias partes del cerebro. Por ejemplo, si el área de Broca se daña podemos usar otra parte del cerebro para crear el área de Broca, porque hay tantas posibilidades dentro del mismo cerebro. Estamos hablando de lo mismo aquí. Hay tantos caminos para llegar al mismo punto: por medio de energía, de cogniciones, de interpretaciones, de danza, de teatro, de inyecciones. Todos son caminos paralelos. Es muy importante hablar de lo que nos une y no de lo que nos separa.

El cerebro fue fabricado en forma de redundancia: hay tantas formas de hacer la misma cosa con varias partes del cerebro.



de acción. Se trata de una forma de conductismo que explica el desarrollo de ansiedad. Ninguna otra terapia ha identificado el mecanismo de acción. Es decir que, con excepción de esa terapia, no sabemos por qué funcionan.

Como no sabemos el porqué, es necesario empezar con la pregunta ¿funciona o no? Nos vemos obligados a estudiar más. **Por ejemplo, si hay muchas terapias tradicionales, métodos de sanación, intervenciones o ritos que no se han estudiado, empezamos con esa primera pregunta: ¿funciona o no?**

Yo creo que hay que estudiar más la causa-efecto de muchas terapias. Hay muchos psicólogos que hacen cosas que deben producir efectos pero no se han estudiado todavía. Existen, aproximadamente, tres mil tipos de terapia que no se han estudiado por suficiente tiempo. Tenemos mucho que hacer todavía.

Solo después de responder a la primera pregunta ¿funciona o no?, podemos preguntar ¿por qué?, es decir, investigar el mecanismo de acción.

Hablando de terapias de energía, hay muchas que no funcionan. Por otro lado, algunas parecen funcionar, aunque hay pocas que se han investigado. Por ejemplo, la terapia de energía TFT, ¿funciona o no? Es una pregunta empírica. Hay un estudio de una hora donde se trataron personas con fobia social con esta terapia, pero apenas hemos empezado a estudiar TFT. Todavía no sabemos si funciona, si funciona bien, o si es solamente bajo

ciertas condiciones. Por eso no podemos preguntar ¿y por qué funciona?

Generalmente, los terapeutas que usan psicoterapias como TAPAS o TAT no se interesan en explicarlo porque creen en el tratamiento o porque tienen casos que han mejorado, sin darse cuenta de que todos los demás mejoraron también sin esta terapia.

Tenemos una combinación entre la eficacia y el mecanismo. El impacto de placebo, que es muy importante: el placebo es eficacia que no se explica todavía. Sin embargo, es sumamente importante, al igual que la sanación natural. ¿Cómo funciona una persona sin necesitar psicoterapia? ¿Cómo es que uno sana simplemente por el deseo de sanarse? ¿Cómo es que uno se sana simplemente porque pasa el tiempo? Son preguntas que no hemos investigado, estamos muy primitivos en toda esta cuestión. Sabemos muy poco de lo que hay, por eso cuando se habla de terapias justificadas empíricamente, no estamos en ese nivel todavía. Hablamos de una eficacia muy pobre: 50%, el poder de placebo o un tamaño de efecto muy bajo, de 0.8. Si el tratamiento produce un beneficio tan humilde, tan mediocre, me da mucha ansiedad. Estamos buscando sanación al 100% y si no llegamos por lo menos a 95%, es mejor ni siquiera hablar. El problema es que hay gente todavía hablando de un tamaño de efecto de 0.8 como si fuera suficiente. El estudio que mencioné antes tuvo un efecto de 1.5 después de una hora. Pero 1.5 no es suficiente.

En Norteamérica se habla un tamaño de efecto 3, no de 2, no de 1.5, y obviamente no de 0.8. No obstante, hay muchos

terapeutas contentos con un cambio mínimo. Un terapeuta contento no se expone a conocer nuevas terapias. Por eso es necesario hacer ciencia.

Lo mejor para los terapeutas conductistas y cognitivos es buscar otros mecanismos, ya que la ciencia no los apoya.

Es importante entonces demostrar que debo demostrarlo de forma sustentada. Otros profesionales de la salud nos han indicado que lo importante al día de hoy es la integración del tratamiento y no que el paciente se adapte al

tratamiento que yo uso como terapeuta. Se trata de adecuar los tratamientos al paciente, porque puede ser que lo que funciona para una persona no funciona para otra.

¿Cuáles son las terapias que mejores resultados te han dado en tu experiencia como terapeuta?

Esto depende de la persona. Pero para darte una respuesta, como promedio, te diría que Tapas TAT, porque es fácil de aprender, de enseñar y puede aplicarse en cualquier momento. El problema es que no se ha estudiado y es posible que estemos aplicando Tapas con ciertos problemas, sin ser una terapia óptima. Es posible que sea la terapia óptima para algunas personas. Sin embargo, tú estás hablando nada más de cómo centrarnos en el cliente, cómo responder a la necesidad del cliente sin no imponer nada. No estamos hablando de imponer la idea de que hay que hacer 24 movimientos con cada persona, por ejemplo, enseñar a cada cliente a pensar mejor, tocar a cada persona en los puntos meridianos. Debemos tener herramientas para responder a las necesidades de esa persona bajo esas condiciones, con esos síntomas. Si no funciona, debemos tener más opciones.

¿Qué otras terapias tenemos como buenas opciones? Terapia cognitiva, EMDR, psicoanálisis, medicamento, ejercicio, Yoga, teatro, danza, etc. No voy a usar todo con la persona. Por ejemplo, tengo un cliente ahora, víctima de Ku Klux Klan, que está respondiendo muy despacio. Por eso lo refiero a mis colegas que usan aparatos:

lo que estamos haciendo es una gran cantidad de terapias y todavía no he encontrado la mejor herramienta. Sí va mejorando, pero despacio, sigo buscando porque mis estándares son muy altos. Quiero que esta persona duerma mejor y se proteja en la vida cotidiana donde hay muchos estresores, cosas que todavía no las puede hacer. No estoy contento con los resultados. Este es el único cliente que me queda aún sin responder y por eso es el cliente que me preocupa ahora. Todavía no he encontrado la ventana óptima para esta persona, ni la herramienta. Estoy usando todo lo que conozco, mi cliente ha recibido tratamiento de dos personas más que trabajan en forma muy esotérica: una de ellas maneja el campo bioenergético y la otra habla con los ángeles.

Aquí en Guatemala no hay mucha información sobre todas estas terapias y de todo este campo de energía sutil. ¿Podrías recomendar bibliografía o lugares donde la gente pueda informarse más?

Primero te puedo recomendar el artículo escrito por James Lanes. Si este artículo causa curiosidad de saber más, hay muchísima información. En este caso hay varios artículos míos que acabamos de escribir sobre TFT. Luego se pueden buscar los libros de Sheldon, de Pope o de Oshman. Esta es gente que ha investigado todo esto a nivel cuántico, pero es posible que la gente que ha estudiado Psicología

no entienda lo cuántico. No van a comprender tal vez una explicación sobre el salto cuántico. Por eso recomiendo empezar con artículos e ir avanzando según el propio nivel de interés y apertura.

Además de investigar, ¿qué podemos hacer los psicólogos a nivel personal, como prácticas personales?

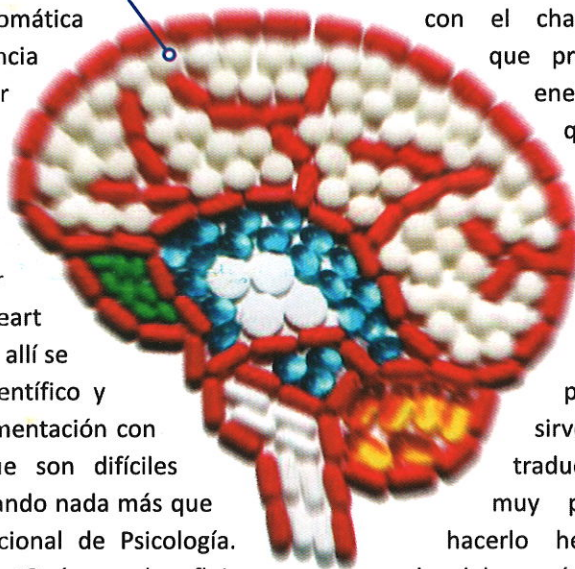
Lo que hacemos nosotros es empezar con pasos pequeños hasta llegar a terapias innovadoras. Durante este curso de Psicotrauma, aprendimos respiración, Tapas o TAT, terapia con meridianos, experiencia somática y coherencia cardíaca. Dar un paso más grande sería estudiar coherencia cardíaca por medio de "Heart Math", porque allí se combina lo científico y la bio-retroalimentación con respuestas que son difíciles de explicar usando nada más que la parte tradicional de Psicología.

Por ejemplo: ¿Qué es el reflejo respiratorio?, ¿cómo es que funciona el corazón?, ¿cómo es que la respiración puede manejar y determinar el latido del corazón?, ¿cómo podemos medirlo? Esto nos lleva al campo energético ¿cómo es posible?, ¿qué significa?

Para mí es muy importante el estudio de Candace Pert sobre los seis centros energéticos: habla con sustento científico sobre dónde están y dónde se encuentran los receptores de neuropéptidos. Ambos coinciden. Aquí estamos ya en el segundo paso con sustento científico.

Puedes notar que estamos entrando a hablar del uso de los chakras, por medio de sitios receptores de neuropéptidos.

El placebo es eficaz que no se explica todavía



Nos podemos preguntar ¿cómo es posible que en culturas antiguas, como en India, hayan encontrado estos centros sin tener aparatos? Entramos a un campo hipotético.

Los hindúes no dicen que hay cinco sentidos, ellos creen que hay 12 sentidos, a través de los cuales podemos recibir la información del entorno. No estamos comprobando esa teoría, solo estamos diciendo que tal vez Pert descubrió algo que tiene que ver con cómo explicar las adicciones, por ejemplo.

Volvemos a la pregunta que hice antes: ¿cómo llegaron a los mismos centros sin tener los aparatos de hoy? Parece que hay 12 posibilidades. Además tenemos la intuición de que tiene que ver, probablemente, con el chakra del corazón

con el chakra del corazón, que produce un campo energético más grande

que los demás centros, por lo que es otra forma de comunicación.

No podemos hablar solamente del cerebro, porque la razón nos sirve para discutir o traducir, pero produce

muy poca energía. Al

hacerlo hemos perdido el poder del corazón, la intuición y los demás sentidos. Actualmente se han

publicado libros muy interesantes, por ejemplo sobre el uso de luces de colores como tratamiento para estimular los centros, y que a la vez estimulan a las dendritas y así modificar las emociones en el cuerpo. Esto es rechazado por la comunidad tradicional; sin embargo, se están redescubriendo cosas que han existido durante siglos. El tratamiento funciona, ¿es placebo? Sabemos que el placebo produce solamente 30% de beneficio. ¿Qué es lo que sucede entonces? Dejo a ustedes la tarea de responder. Ψ