

**DR. JOSÉ LUIS CABOULI**

# **TERAPIA DE VIDAS PASADAS**

**UN CAMINO HACIA  
LA LUZ DEL ALMA**

**TÉCNICA Y PRÁCTICA**

**9° EDICIÓN**

 **Ediciones Continente**

¿Hemos vivido otras vidas antes de ésta? ¿Es posible que hoy, en nuestra vida presente, reaccionemos sin saberlo al influjo de antiguas emociones no resueltas?

Muchas personas que atravesaron por la experiencia de regresión, descubrieron que los síntomas y conflictos que las perturbaban desaparecían o se resolvían al revivir escenas de sus vidas anteriores. Por primera vez un médico argentino revela su experiencia clínica con la *Terapia de Vidas Pasadas* y explica, en forma clara y amena, a través de historias reales, la técnica que utiliza en su práctica privada.

***Terapias de Vidas Pasadas*, un libro que ya es un clásico de la psicología transpersonal.**

Graduado en la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires en 1974 el **Dr. José Luis Cabouli** se formó como cirujano en la Escuela Quirúrgica "Enrique y Ricardo Finochietto" del Hospital Rawson especializándose más tarde en cirugía plástica en el Hospital Ramos Mejía. En 1988 abandona el ejercicio de la cirugía para dedicarse exclusivamente al desarrollo de la Terapia de Vidas Pasadas. Desde 1992 dirige el Curso de Formación en esta técnica y ha entrenado profesionales en Argentina, España, México y Venezuela. Entre 2012 y 2016 realiza el dictado del Curso Básico de Terapia de Vidas Pasadas en la Escuela de Graduados de la Asociación Médica Argentina. En la actualidad imparte talleres y cursos de formación en Argentina y España

José Luis Cabouli

# Terapia de vidas pasadas

Un camino hacia la luz del alma

*Técnica y práctica*

 Ediciones Continente

# Índice

Cubierta

Contratapa

Biografía del autor

Portada

Dedicatoria

Acerca de esta edición

Prólogo

Capítulo 1. Voy a ir a las catacumbas

Capítulo II. Memoria y olvido

Capítulo III. Una terapia del alma

¿Qué es la Terapia de Vidas Pasadas?

Capítulo IV. Cómo funciona la TVP

Capítulo V. Un poco de historia

Las experiencias del coronel Albert de Rochas

El nacimiento de la terapia de vidas pasadas

Capítulo VI. Del sueño magnético al estado expandido de conciencia

¿Qué es el sueño magnético?

El estado expandido de conciencia

Capítulo VII. El plan de trabajo

Conceptos básicos

¿Cómo llevo a la persona a revivir el trauma original?  
Regresión propiamente dicha  
El momento más traumático  
Armonización  
Mandatos  
Víctima y victimizador o verdugo  
Algunas precisiones en cuanto al manejo de la  
regresión  
Capítulo VIII. El anciano archivero  
Capítulo IX. El karma  
Capítulo X. La técnica del Samyama  
El miedo de Penélope  
Capítulo XI. Otra variante técnica  
La fobia de Aída  
Capítulo XII. El espacio entre vidas  
La psoriasis de Roberto  
Capítulo XIII. El propósito de vida  
La experiencia de Nadia  
Capítulo XIV. La vida fetal  
Una madre dormida y un oído que no funciona  
La rebeldía de Rosaura  
Capítulo XV. Cómo trabajar situaciones difíciles  
Una vida de tortura  
Capítulo XVI. Reminiscencias del pasado  
La experiencia de Lamartine  
Las ruinas de San Ignacio  
Capítulo XVII. Cómo trabajar los sueños  
La pesadilla de Checha  
Capítulo XVIII. Regresiones como animales  
Criatura acuática, tigre y pantera  
Los mandatos de un conejo  
¿Fue o no fue un conejo?  
Capítulo XIX. El suicidio

Pedro  
Flavia  
Julieta  
Capítulo XX. Cómo trabajar una depresión  
El miedo de Mario  
Capítulo XXI. Reflexiones, indicaciones y  
contraindicaciones  
¿Cuáles son las indicaciones de la TVP?  
Contraindicaciones  
Capítulo XXII. Cierre y despedida  
Quién soy  
Apéndice 1. Charla personal con Morris Netherton  
Algunas recomendaciones de Morris Netherton  
Apéndice II. Otras variantes para inducción  
El túnel detrás de los ojos  
La confesión al anciano archivero  
Apéndice III. Ejercicio del espacio entre vidas antes de  
nacer  
Bibliografía  
Créditos  
Otros títulos de esta editorial

*A mis padres, a mis maestros*



## Acerca de esta edición

El tiempo y la experiencia permiten que podamos entender de una manera diferente lo que ya conocemos. No obstante, no es fácil revisar nuestro propio trabajo y emitir un nuevo concepto de aquéllo que hacemos todos los días. Desde mi primer encuentro con la Terapia de Vidas Pasadas, en 1986, he ido perfeccionando y simplificando la técnica procurando llegar cada vez más profundamente a mí mismo y al alma de mis semejantes. Cuando escribí la versión original de este libro mi experiencia era de un poco más de 1200 regresiones. Ahora ya son más de 3000 las regresiones individuales que llevo realizadas. Ni la TVP ni yo somos los mismos que cuando nos encontramos aquel día de 1986. La técnica básica continúa siendo la misma, pero el enfoque y la comprensión de lo que sucede durante el trabajo son diferentes. Ante la oportunidad de una nueva edición de *Terapia de Vidas Pasadas, técnica y práctica*, decidí introducir algunas correcciones y modificaciones menores en algunos párrafos de algunos capítulos y hacer cirugía mayor en el capítulo correspondiente al plan de trabajo. Es así que el capítulo VII fue modificado totalmente y escrito de nuevo para exponer mi concepto actual de la

TVP y la forma como trabajo en este momento. He agregado además un apéndice en el que encontrarán una charla personal con el Dr. Morris Netherton, creador del término *terapia de vidas pasadas*, donde él relata la forma en la que se inició y cómo desarrolló la TVP. Encontrarán, también en el apéndice, algunas variantes técnicas para la inducción y un ejercicio de regresión al espacio entre vidas antes de nacer.

Hay mucho más para compartir de la experiencia con la TVP, pero eso excede el marco de este libro. Aquí estamos mostrando la técnica básica. Con ella se puede ir en forma segura y precisa hacia lo más profundo de nosotros mismos para sanar nuestra alma.

***José Luis Cabouli***

## Prólogo

Tenía cinco años cuando dije que quería ser médico. Y no había dudas al respecto. Sabía exactamente lo que estaba diciendo.

Alrededor de los ocho, comencé a preguntarme de dónde venía. ¿Quién soy? ¿Quién fui antes de ser José Luis? En mis fantasías pensaba a lo grande. ¿Y si yo fui Cristóbal Colón o San Martín? ¿Cómo había llegado a ser José Luis? ¿Por qué no me acordaba?

Nadie supo jamás de estas inquietudes de mi infancia. En mi familia no se hablaba de estas cosas. Nunca se habló de la reencarnación. Ni siquiera sabía de la existencia de esa palabra. Y sin embargo, tenía la fuerte sensación de haber existido antes, de haber sido siempre yo. ¿De dónde venía esta sensación?

Pasaron algunos años y me olvidé de la cuestión. Hasta que alrededor de los quince, leí el libro de Milton Steinberg *Como una hoja al viento*. La desgarradora búsqueda del rabí Elisha ben Abuya, el hereje, reactualizó en mí la vieja pregunta. ¿De dónde venía? ¿Quién o qué era Dios? ¿Qué era la muerte? ¿Por qué ocurrían tragedias que no tenían

explicación? ¿Por qué un criminal andaba suelto y moría un niño inocente?

Entonces conocí a mi amigo Nicolás Rey y de él escuché por primera vez la palabra *reencarnación*, y todo comenzó a encajar como en un rompecabezas. Y el primer libro que leí fue *Autobiografía de un yogui*, de Paramahansa Yogananda, y después siguió la lectura y el estudio apasionado de Lobsang Rampa, Blavatsky, Leadbeater, Allan Kardec y muchos más. Y me recibí de médico y casi simultáneamente comencé a asistir a una escuela espírita kardeciana, y allí encontré a mi maestra espiritual. Mejor dicho, me reencontré con mi maestra y madre espiritual.

El círculo se cerraba. Ya estaba en el camino. Allí, por espacio de veinte años, aprendí a trabajar con lo que hoy se llaman emergencias espirituales. Aprendí a reconocer las distintas manifestaciones mediúmnicas, como así también a diferenciar los seres de luz de los mistificadores. Adquirí así una gran experiencia que más tarde me sería de inestimable ayuda al trabajar con la Terapia de Vidas Pasadas (TVP).

Mientras tanto, me especialicé en cirugía general primero, y más tarde en cirugía plástica, y comencé a desarrollar la microcirugía como subespecialidad.

Me formé en el viejo Hospital Rawson, en la escuela de Finochietto, bajo la mirada atenta de mi maestro, el doctor Delfín Vilanova, y más tarde con el doctor José Alberto Cerisola. De uno y de otro aprendí el valor de una técnica precisa y detallada paso a paso para el principiante, como así también a planificar con anticipación la estrategia a seguir y el objetivo a alcanzar.

Y cuando todo hacía prever que mi vida estaría por siempre ligada a la cirugía, ocurrió algo imprevisto o tal vez previsto. En 1986 asistí a un seminario de regresión a

vidas pasadas que dictó la doctora María Julia Prieto Peres, de la ciudad de San Pablo. Posteriormente, efectué mi entrenamiento con ella y me sorprendió lo fácil y natural que me resultaba trabajar con la regresión. Como si lo hubiera hecho siempre.

De pronto, me di cuenta de que podía unir el arte de la medicina con el conocimiento esotérico y metafísico que poseía. Podía continuar el acto médico de otra manera.

Durante un tiempo alterné la cirugía con la terapia, hasta que una noche, en el verano del '88, estando de vacaciones en Ostende, tomé la gran decisión.

Estaba en la playa, recostado mirando las estrellas, contactándome conmigo mismo, y casi instantáneamente supe lo que quería hacer. Ahí mismo decidí dejar la cirugía y dedicarme por entero a la Terapia de Vidas Pasadas. Todo lo anterior no había sido más que una preparación para ese gran momento.

El camino estaba trazado; sólo restaba recorrerlo.

***José Luis Cabouli***

*Nota:* Los nombres y datos personales de los pacientes fueron modificados, pero las historias se ajustan fielmente a la realidad. (N. del A.)

# Capítulo 1

## Voy a ir a las catacumbas

***Jueves 23 de mayo de 1991. 11:15 horas***

Aquella mañana, Luisa (54 años), llegó al consultorio un poco antes de lo habitual. Apenas me vio me dijo:

—Descubrí que tengo claustrofobia. Me di cuenta el sábado, cuando salí con unos amigos. Íbamos dos parejas en el auto cuando subieron dos personas más. De pronto, me sentí apretada entre dos personas y me ahogué. Tuve una sensación de muerte y comencé a gritar: “¡Así no viajo!”.

Esto era algo que nunca antes le había ocurrido. Ocasionalmente, experimentaba cierto malestar dentro de ascensores con puertas blindadas, pero esto no le impedía utilizarlos. Antes de comenzar con la regresión, le sugerí que fuera al toilette y entonces susurró:

—Voy a ir a las catacumbas.

Sin saberlo, Luisa ya estaba en regresión. Cuando volvió, le pedí que se acostara sobre la alfombra, que cerrara los ojos y que volviera a la situación del auto, sin

ningún tipo de preparación previa. Luisa venía trabajando con TVP desde hacía un tiempo y le resultaba muy fácil entrar en regresión.

**Terapeuta:** *Muy bien, cierra los ojos. Ahora ... quiero que me relates la situación del auto desde el principio, paso a paso.*

**Luisa:** Llegamos a la casa de mi amiga. Yo estoy sentada en el asiento de atrás con mi marido. Adelante no pueden ir tres, así que los dos suben atrás. Yo le cedo mi lugar a mi amiga, pero con su cuerpo aprieta el mío contra el asiento. Quería moverme, pero no podía porque estaba aprisionada de ambos lados. No me podía mover ni podía respirar. Pensé que me moría.

**T:** *Muy bien, ahora deja salir todo lo que sientas en ese momento.*

**L:** ¡Salgan de acá! ¡Déjenme salir! ¡No puedo respirar! *(Luisa no lo sabe, pero esta reacción no se debe a lo que está sucediendo en el auto, sino a otra realidad, de otro momento, que dejó una impronta emocional muy fuerte, y que está reverberando en el nivel subconsciente de su memoria. La situación en el auto sólo es un eco del pasado.)*

**T:** *Ahora cuento hasta tres, y ve directamente al origen de esta emoción. Uno... dos... tres. ¿Qué está pasando?*

**L:** La gente grita... es una calle de tierra... con puentes... vamos caminando unos detrás de otros... tengo mucho miedo... nos llevan. ¿Adónde nos llevan? ¡Ay! No entiendo bien lo que pasa.

**T:** *Fíjate cómo eres allí. ¿Qué llevas puesto?*

**L:** Tengo el pelo largo, negro. *(En su vida actual es rubia de pelo corto.)* Llevo un abrigo marrón, sin mangas, tipo

túnica o poncho. Tengo unas sandalias con tiras atadas a la pierna y llevo una canasta con frutas.

*T: Eso es. Ahora, sigue adelante. ¿Qué está pasando?*

L: La gente corre y corre. Hay soldados por todas partes... no nos dejan pasar... se los van a llevar a todos... nadie se va a salvar. ¡Ay! Yo también voy a correr, pero adelante hay una barrera de soldados con caballos. No podemos escapar, y de atrás también vienen corriéndonos.

*T: ¿Qué estás sintiendo en esos momentos?*

L: Me ahogo, quiero escapar y no puedo... la gente me arrastra porque los soldados nos empujan.

*T: ¿Cómo son los soldados?*

L: Son enormes, son malos. Tienen un casco y nos llevan por un camino de tierra. Ahora caminamos sin que nos empujen, pero nos guardan de ambos lados de la columna. No hay manera de escapar.

*T: Sigue un poco más.*

L: Llegamos a un lugar donde hay unos túneles. Arriba hay un parque. Tenemos que entrar ahí. Son prisiones, son oscuras... Quiero mirar el sol por última vez... Hay puertas de rejas... Ya no vemos nada más; estamos debajo de la tierra, hablando en un susurro. Esto es la muerte... No podemos respirar. ¡La tierra nos tapa y estamos vivos! ¡Dios! ¡Me falta el aire! *(la misma sensación que en el auto)*. Nos dejan ahí. ¡Qué espanto! Padre nuestro que estás en los cielos, santificado sea tu nombre... *(reza el Padrenuestro)*. ¡Ayúdanos Señor! ¡Ayúdanos a morir en paz! Ven a recoger mi espíritu.

*T: Sigue adelante.*

L: Así, despacito, nos fuimos yendo. El maestro está acá. Yo voy a dejar este lugar. Mi cuerpo se queda y yo me elevo. Es como que el techo se abre y por allá nos vamos. Siento



que salgo de ahí pero hay muchos que no saben que tienen que salir. Tengo que ayudarlos.

*T: Y entonces ¿qué haces?*

L: Me voy al espacio, tengo que pedir que me dejen volver.

*T: Y... ¿cómo vas a volver?*

L: Con otro cuerpo. Tengo que volver a salvarlos. Tengo que volver como soldado para defenderlos.

*T: Ahora quiero que veas, ¿cuál fue el momento más difícil de esta experiencia?*

L: Fueron dos: cuando la gente me apretaba y cuando entramos en ese lugar.

*T. Ve al momento cuando la gente te apretaba y deja salir todo lo que sientas para agotar esa emoción. ¿Qué estás sintiendo?*

L: ¡Me ahogo! ¡Me van a matar! ¡Me aprietan! Es mucha gente encima de mí. *(Las mismas emociones que experimentó en el auto.)*

*T: Ahora ve al episodio bajo tierra.*

L: Eso es entrar en una tumba. Eso es saber que no se sale más. Es despedirse de la luz del sol. Estamos debajo de la tierra. Es la muerte.

*T: Ahora... ya puedes dejar ese cuerpo. Quiero que tomes conciencia de que ya no estás ahí. Nada de eso te pertenece. Ese cuerpo se murió, y al morir ese cuerpo terminaron todas esas sensaciones. Ahora puedes liberarte para siempre de todo eso que ya no te pertenece.*

L: Vino el Maestro y yo me elevo y se abre la tierra y por ahí salgo. Subo como si fuera un globo.

¿Qué es todo esto?

¿Fantasía? ¿Realidad? ¿Dramatización? ¿Hemos vivido otras vidas antes de ésta? ¿Es posible que hoy, en nuestra

vida cotidiana, reaccionemos sin saberlo al influjo de antiguas emociones no resueltas? ¿De qué manera y hasta dónde, nuestras vidas pasadas condicionan nuestra forma de vida actual? ¿Es posible recordar nuestras existencias anteriores? Y si podemos recordar, ¿por qué nos olvidamos?

Al igual que Luisa, muchas personas que atravesaron por esta experiencia, descubrieron que los síntomas y conflictos que los perturbaban desaparecían o se resolvían al revivir escenas de otras vidas.

Como terapeuta, no estoy interesado en probar la existencia de las vidas pasadas. Personalmente no tengo dudas al respecto. De modo que yo parto de la aceptación de la reencarnación como un hecho natural y desde allí ejerzo el acto médico.

Lo que veremos aquí es cómo funciona la Terapia de Vidas Pasadas (TVP). Asistiremos al desarrollo de una técnica clara, precisa y segura, fruto de la experiencia obtenida en más de 1.200 regresiones individuales. Fiel a las enseñanzas de mis maestros, “curar cuando se puede, aliviar a veces, y consolar siempre”, es como abordo mi trabajo con la TVP.

## Capítulo II

# Memoria y olvido

La posibilidad de recordar existencias previas es una facultad inherente del ser humano. En la antigüedad, varios personajes famosos recordaban algunas de sus personalidades anteriores. Tal vez el caso más notable es el de Pitágoras. Diógenes Laercio nos cuenta lo siguiente:

...decía de sí mismo que en otro tiempo había sido Etalides y tenido por hijo de Mercurio; que el mismo Mercurio le tenía dicho que pidiese lo que quisiese, excepto la inmortalidad, y que él le había pedido que vivo y muerto retuviese en la memoria cuanto sucediere. Así que mientras vivió se acordó de todo y después de muerto conservó la misma memoria. Que tiempo después de muerto pasó al cuerpo de Euforbo y fue herido por Menelao. Que siendo Euforbo, dijo había sido en otro tiempo Etalides, y que había recibido de Mercurio en don la transmigración del alma. Que después que murió Euforbo, se pasó su alma a Hermótimo, el cual, queriendo dar fe de ello, entrando en el templo de Apolo, enseñó el escudo que Menelao había consagrado allí, y decía que cuando volvía de Troya consagró a Apolo su escudo y que ya estaba podrido, quedándole sólo la cara de marfil. Que después que murió Hermótimo, se pasó a Pirro, pescador delio, y se acordó de nuevo de todas las cosas, a saber, cómo primero había sido Etalides, después Euforbo, luego Hermótimo y finalmente que después de muerto Pirro, vino a ser Pitágoras y se acordaba de todo cuanto hemos mencionado. <sup>1</sup>

También Ovidio decía haber asistido al sitio de Troya y el emperador Juliano el apóstata afirmaba haber sido Alejandro de Macedonia. Napoleón creía haber sido Carlomagno, tanto que tenía en su poder el talismán que había pertenecido al gran emperador, y el general George Patton, héroe de la Segunda Guerra, recordaba haber combatido contra Ciro, junto a Alejandro Magno.

Estos recuerdos pueden surgir espontáneamente, como ocurre a veces en los niños, o ser despertados por algún impacto emocional o por la visita a algún lugar desconocido y que sorprendentemente resulta familiar. Algunos sueños también pueden ser reminiscencias de vidas pasadas.

Pero, además, la memoria de vidas anteriores puede ser inducida o provocada, y es esta posibilidad lo que permite su uso terapéutico y da origen a la Terapia de Vidas Pasadas (TVP). El mecanismo o la técnica por los cuales se accede a la revivencia del pasado, tanto sea de esta vida, como de una anterior, se denomina *regresión de memoria*.

Seguramente, se preguntarán ustedes: si es posible tener estos recuerdos, ¿por qué el olvido, entonces? *“Es por bondad de la naturaleza que no recordamos nuestros nacimientos anteriores”*, responde Gandhi. La vida sería una carga si arrastráramos todos esos recuerdos. ¿Cuántas veces, en nuestra vida actual, quisiéramos borrar todo y tener la oportunidad de comenzar nuevamente? ¿Podríamos llevar una vida social normal si todos recordáramos nuestras faltas del pasado y conociéramos las de los otros?

Y aquellos que fueron poderosos, ¿no querrían reclamar sus riquezas materiales, sus tierras, o tal vez países enteros, amparados en sus títulos del pasado? El recuerdo de nuestras anteriores personalidades traería graves inconvenientes, pues podría en algunos casos humillarnos

profundamente, y en otros exaltar nuestro orgullo y esclavizar nuestro albedrío.

No en vano, la figura del olvido está presente en todas las culturas, tanto en la hebrea, como entre los griegos o los hindúes. En *La República*, Platón relata que las almas, antes de volver a la vida, se encaminan juntas a la llanura del Leteo. Allí corre el río Ameleto, cuyas aguas no pueden ser recogidas por vasija alguna. Es preciso que todas las almas beban de esta agua cierta cantidad, pero aquéllas que por imprudencia beben más allá de la medida, pierden absolutamente la memoria.

En la tradición hindú, al explicarle a Kali los secretos de la iniciación sexual, Shiva dice: *“La primera iniciación sexual por la que pasan todos los seres, tiene lugar al salir por el yoni<sup>2</sup> de la madre, paso que hace olvidar sus vidas anteriores”*. Durante esta primera iniciación, la madre ofrece a su hijo el mundo entero y borra todos los recuerdos dolorosos del pasado.<sup>3</sup>

Hay otras razones para el olvido. Al entrar en la atmósfera material, el alma atraviesa una barrera energética que disminuye las vibraciones de su conciencia. El río del olvido sería la metáfora de esta barrera. Al completar el proceso de encarnación, el pasaje del estado de energía al estado de materia hace que disminuyan aún más estas vibraciones. El cuerpo físico es un material muy denso, y el alma ya no puede transmitir todas sus sensaciones.

Por otra parte, se ha comprobado que *la ocitocina*, una hormona que regula las contracciones uterinas en el momento del parto, provoca amnesia en animales de laboratorio, y que aun los mejores entrenados no son capaces de realizar sus tareas habituales, luego de ser sometidos a la acción de esta hormona.<sup>4</sup> Se sabe que la

ocitocina liberada por la mujer durante el trabajo de parto pasa a la circulación sanguínea de su hijo. Ésta podría ser otra de las razones físicas para el olvido del pasado.

Esta amnesia es indispensable para poder asumir la nueva personalidad. No sólo se olvidan los hechos de la anterior encarnación, sino también la angustia y la nostalgia que provocan la pérdida de un mundo de luz y de amor como lo es el mundo de la esencia espiritual.

El olvido nos permite recomenzar de cero, en igualdad de condiciones, sin prejuicios. Al nacer, todos iniciamos una nueva vida, una nueva experiencia, una posibilidad de rectificación de nuestros caminos.

*El olvido es la amnistía cósmica.*

Si el olvido es la amnistía cósmica, ¿para qué recordar, entonces?

Aunque no tengamos conciencia de ello, en los bancos de nuestra memoria subconsciente todos tenemos recuerdos de otras encarnaciones que, de una u otra manera, están incidiendo en nuestra vida actual. Y no se trata de recuerdos anecdóticos, sino de registros emocionales muy fuertes que nos están afectando ahora. No recordamos, pero estos registros están presentes en nuestra vida cotidiana, ya sea en nuestro carácter, en nuestras creencias, en nuestras pautas de conducta o en la forma como reaccionamos frente a determinadas situaciones.

De igual manera, no recordamos lo que hemos aprendido y, sin embargo, ese conocimiento se mantiene intacto. El aprendizaje alcanzado en vidas previas se manifiesta a través de aptitudes o habilidades innatas para realizar determinadas actividades o emprender estudios especiales. La facilidad que tienen algunas personas para

entender un idioma que escuchan por primera vez, es señal de que ya han estado en contacto con él en una existencia anterior. Los niños prodigio son el ejemplo clásico. Es como si ellos no hubieran bebido de la copa del olvido. Cicerón decía que la velocidad con que aprenden los niños es una prueba de que los hombres saben casi todo antes de nacer, y Platón afirmaba que el conocimiento fácilmente adquirido es aquel que se ha obtenido en una vida anterior. Aprender es recordar.

Así como el aprendizaje realizado en vidas anteriores se expresa en aptitudes en la vida presente, de la misma manera los traumas del pasado se manifiestan en forma de conflictos emocionales. Cuando estas emociones impiden el libre fluir en esta vida, llegó el momento de recordar, de traer a la conciencia el trauma original para resolver el conflicto en su origen. Es allí cuando entra en escena la Terapia de Vidas Pasadas.

1 *Vidas, opiniones y sentencias de los filósofos más ilustres*, Diógenes Laercio, Perlado Páez, Madrid, 1914, t. 2, libro VIII.

2 Órgano sexual femenino. (N. del A.)

3 *Secretos sexuales*, N. Douglas y P. Slinger, Martínez Roca, Barcelona, 1982.

4 *La vie secreta de l'enfant avant sa naissance*, Thomas Verny, Grasset, París, 1982. Versión en español: *La vida secreta del niño antes de nacer*, Urano, Barcelona, 1988.

## Capítulo III

### Una terapia del alma

#### **¿Qué es la Terapia de Vidas Pasadas?**

Si intentara una definición académica, podría decir que la TVP es una técnica psicoterapéutica transpersonal, entendiendo por este término todas las experiencias de la persona que trascienden el sí mismo para integrarse con la conciencia cósmica, el éxtasis y los estados místicos. Experiencias transpersonales son aquéllas que vivieron los profetas, los apóstoles y los Maestros de Luz como Buda, Moisés, Jesús o Mahoma. La vida de Juana de Arco es una experiencia transpersonal toda ella, al igual que los actos de los chamanes.

Íntimamente, prefiero una definición más simple para la TVP: es una terapia del alma, porque los dolores están en el alma, y es el alma lo que hay que sanar. Es la curación por el espíritu.



Los griegos denominaron *psiqué* al alma, de donde deriva la palabra *psiquis*, y de allí *psicología*. Por consiguiente, cuando hablamos del estudio de la *psiquis*, estamos hablando del estudio del alma y de sus manifestaciones.

Si examináramos por un instante nuestra vida presente, seguramente encontraríamos infinidad de experiencias que nos marcaron profundamente. Una paliza en la infancia, la muerte temprana de un ser querido, quizás la separación de nuestros padres o el alejamiento de uno de ellos, alguna experiencia difícil en la escuela, un amor frustrado o una traición amorosa, la persecución política, el exilio, un accidente grave, quizás una iniciación sexual traumática o, peor, una violación en la infancia y cientos de otros episodios mareantes o dolorosos. Una sola de estas experiencias es suficiente para condicionar la conducta de una persona para toda su vida. Tan solo un incidente de éstos puede convertirse en un trauma.

¿Y qué es un trauma? Simplemente, es el recuerdo de un hecho asociado a una carga emocional. Con el tiempo, el recuerdo desaparece, es olvidado, pero la carga emocional permanece intacta en nuestro subconsciente, y desde allí determina nuestra conducta, nuestra forma de vida y nuestra respuesta frente a situaciones similares. Todo esto puede suceder con apenas un solo incidente de nuestra vida actual.

Ahora bien: sucede que, a lo largo de miles de existencias, hemos atravesado por incontables situaciones mareantes. En cada acontecimiento quedan grabados en nuestra memoria espiritual cada gesto, cada palabra, cada emoción, pensamiento o sensación. No se trata de nuestra memoria física o genética; los investigadores de hoy la

llaman memoria extracerebral. Dos mil años atrás, Plutarco decía que la memoria era una facultad del alma.

En cada nueva existencia, el alma va adquiriendo conocimientos, desarrollando aptitudes, aprendiendo lecciones que en la vida siguiente se convertirán en peldaños para seguir creciendo. Pero, al mismo tiempo, en ese aprendizaje se generan emociones, sensaciones y pensamientos que también quedan grabados profundamente. Un deseo insatisfecho buscará satisfacerse en la vida siguiente. Una experiencia placentera intentará repetirse. Una conducta repetida se convertirá en una tendencia. Una culpa que no se resolvió buscará calmarse mediante el autocastigo. Un dolor no resuelto seguirá arrastrando su pena hasta sanar la herida que quedó abierta. Una experiencia traumática se convertirá en advertencia y su manifestación en la vida cotidiana será un bloqueo, un miedo o la incapacidad para hacer determinadas cosas.

Todavía hoy, nuestro mundo es escenario de la violencia en todas sus formas. Piénsese en el pasado, donde pudimos haber experimentado centenares de muertes violentas; desde el cráneo destruido por la maza de un guerrero primitivo, hasta quemado por la Inquisición, guillotinado durante la Revolución Francesa, enterrado vivo en una mina, ahogado en un naufragio o asfixiado en una cámara de gas. Una sola de estas experiencias es suficiente para generar una fobia, un dolor de cabeza crónico, el temor de hablar en público, de expresar una creencia religiosa o una conducta temerosa y defensiva o, por el contrario, una respuesta agresiva y violenta ante la menor oposición.

Pero, además, estas situaciones se repiten a lo largo de varias vidas, y en cada una de ellas se refuerzan aún más. No siempre fue la muerte el hecho traumático. Al igual que

en nuestra vida presente, ocurrieron miles de incidentes que grabaron a fuego nuestro espíritu. La esclavitud, la tortura, la impotencia frente a una catástrofe, la traición, la mentira, la infidelidad, el abuso de poder, el rechazo y cientos de situaciones donde el dolor psíquico fue mucho más intenso que el físico. Así, el conjunto de emociones no resueltas se proyecta desde la memoria subconsciente, como una sombra sobre cada acto de nuestra vida.

Los antiguos sabios hindúes identificaron estas fuerzas del subconsciente con el nombre de *samskáras* y *vāsanās*, impresiones pasadas y tendencias latentes, respectivamente. Estas impresiones y tendencias son residuos de las experiencias del pasado que quedaron grabados en la memoria del alma, y desde allí condicionan la vida de la mayoría de nosotros. Allí se originan nuestros temores, nuestras creencias, nuestras pautas de conducta, nuestra elección de vida, como así también la aversión o atracción a determinadas personas o lugares. Frente a cada situación de la vida cotidiana que nos conmueve, respondemos sin saberlo de acuerdo con estas fuerzas del subconsciente. Cuando Luisa reacciona en el episodio del auto, se debe a que en otro nivel de su conciencia se reactivaron los *samskáras* o impresiones residuales de su antigua experiencia con los soldados. Antigua para la conciencia cotidiana, pero no para el alma o para la conciencia transpersonal, cósmica y eterna, para la cual el tiempo no existe.

Cuanto más extemporánea, cuanto más insólita y fuera de lugar es una reacción, más probabilidades tiene de tratarse de una emoción originada en un evento de otra vida. La situación de hoy sólo actúa como gatillo, reactivando la memoria emocional del pasado.

Decíamos que para el alma el tiempo no existe. Todo está ahí, al mismo tiempo. Así como podemos recordar episodios de nuestra vida presente instantáneamente, sin necesidad de una secuencia cronológica, de la misma forma están registradas todas las vidas y las experiencias vivenciadas. En realidad, estamos viviendo muchas vidas al mismo tiempo. Mientras vivimos el presente, frente a cada situación, ante cada emoción, nuestra alma está reviviendo, al unísono, el hecho o los hechos donde experimentó por primera o por última vez esa emoción. Reaccionamos en el presente, no de acuerdo con lo que está sucediendo, sino a lo que nuestra alma está reviviendo. Si no podemos vivenciar el aquí y el ahora, si no podemos ser lo que somos, se debe a que el pasado está invadiendo el presente con su carga de fuerzas subconscientes, impidiéndonos ver la situación actual tal como es. Estamos viendo el presente teñido con los colores de los samskáras.

Por medio de la TVP podemos ir al origen de estas impresiones, a la raíz de nuestros dolores. Podemos ir al lugar y el momento preciso donde se generaron estas fuerzas emocionales profundas. Podemos encontrarlas, identificarlas y liberar ahora, en este preciso instante, esa energía atrapada, latente, que está condicionando nuestra vida.

Pero no es suficiente con recordar. Es necesario vivenciar, sentir en el cuerpo el hecho que originó esa emoción. Por eso, la TVP es fundamentalmente vivencial e implica poner el cuerpo y sentir vivamente esas emociones que están latiendo en el alma.

Y no se requiere viajar a ningún lado. Simplemente se trata de traer a la conciencia habitual ese instante, esa emoción que nuestra alma revive continuamente sin que nosotros lo sepamos. Al revivir la situación original

permitimos que esa emoción encuentre salida a través de nuestro cuerpo, experimentando, no sólo las emociones, sino también las sensaciones físicas de esos momentos. El cuerpo, la sensación consciente, actúa como drenaje del alma, limpiando, purificando, liberando por fin esas energías enquistadas. Y entonces se produce el alivio. Súbitamente la comprensión surge en la mente. Ahora entiendo por qué. Y al otro día, o a la semana siguiente, la misma situación ante la cual sentía miedo o angustia, ahora la puedo ver con otros ojos, la puedo ver tal cual es. Sin proponérmelo, respondo en forma diferente. Tal vez ni siquiera me dé cuenta de que pasó algo, porque esa emoción que estaba reprimida, ya no está. No hay nada que elaborar. Sencillamente, actúo en forma libre y espontánea.

Los dolores, las emociones, los samskáras, no están en el cerebro físico. Están en la memoria extracerebral, en el alma, en el espíritu, el cuerpo suprafísico o el cuerpo astral, como se prefiera.

Por eso, la Terapia de Vidas Pasadas es una terapia del alma.

*Nota:* Los conceptos generales de este capítulo fueron publicados anteriormente en la revista *Orientación Vital*, No. 41, junio de 1994. (N. del A.)

## **Capítulo IV**

### **Cómo funciona la TVP**

Por medio de la regresión, la persona revive los hechos traumáticos o significativos no resueltos, grabados y reprimidos en la memoria subconsciente, y cuya carga emocional aún está actuando, causando los disturbios psíquicos, psicósomáticos y de comportamiento.

Durante la regresión, la persona revive los acontecimientos originales, sintiendo en su cuerpo las sensaciones físicas, experimentando las emociones vividas y tomando conciencia de sus pensamientos en esos momentos. Esto es fundamental, porque no basta con recordar. Una regresión no es una regresión efectiva si no se vivencian los hechos del pasado como si se estuviera allí.

Durante este trabajo hay una gran liberación de energía emocional, lo que produce una reestructuración en los distintos niveles de conciencia. La regresión se desarrolla en el plano físico, mental, emocional y espiritual. Se trata de una experiencia personal y directa, donde el terapeuta no interpreta nada. Simplemente actúa como conductor de la experiencia, acompañando y asistiendo al paciente para