

MAGNETISMO HIPNOTISMO SUGESTIÓN

**Curso práctico de experimentación al alcance de todos,
con ilustraciones demostrativas**

- Curso práctico para la obtención de los fenómenos corrientes del magnetismo y del hipnotismo
- Aplicación del magnetismo, de la sugestión y de la acción mental al tratamiento de las enfermedades



- **Influencia.**
Estudio sucinto de los cuatro factores del agente magnético
Los procedimientos sensoriales
La sugestión
La acción telepática

- Los fenómenos psíquicos excepcionales
Instrucciones para observarlos
- El mediumnismo
- Aplicaciones individuales:
Cultura psíquica y magnetismo personal

PAUL C. JAGOT

PAUL C. JAGOT

MAGNETISMO HIPNOTISMO SUGESTIÓN

MÉTODO CIENTÍFICO DE EXPERIMENTACIÓN AL ALCANCE DE TODOS

Traducción del francés por
JOSÉ PÉREZ GUERRERO

Edición ilustrada con 15 figuras



EDITORIAL IBERIA, S. A.
Muntaner, 180 - BARCELONA-36

Duodécima edición: Enero, 1982

*

IMPRESO EN ESPAÑA
PRINTED IN SPAIN

Depósito legal: B. 52- 1982
ISBN: 84-7082-262-4

Derechos literarios y artísticos reservados para todos los países
© *Copyright by Editorial Iberia, S. A. - Muntaner, 180 Barcelona, 1982*

Imprenta Juvenil, S. A. - Maracaibo, 11 - Barcelona-30

Table Of Contents

INTRODUCCIÓN	6
 LIBRO PRIMERO	 14
Capítulo Primero:	16
EL «MAGNETISMO» O RADIOACTIVIDAD ORGÁNICA	16
Capítulo II:	26
EL HIPNOTISMO SENSORIAL	26
Capítulo III:	31
LA SUGESTIÓN O EL HIPNOTISMO PSICOLÓGICO	31
Capítulo IV	38
LA ACCIÓN TELEPSÍQUICA.....	38
 LIBRO SEGUNDO.....	 48
Capítulo Primero:.....	49
LA PERSONALIDAD DEL EXPERIMENTADOR	49
Capítulo II:	53
¿SOBRE QUIÉN HACER LAS EXPERIENCIAS?	53
Capítulo III:	60
HIPNOSIS PARCIAL	60
Capítulo IV	72
HIPNOSIS PARCIAL (CONTINUACIÓN). — CONTRACTURAS, INHIBICIÓN Y AFONIA EN EL ESTADO DE VIGILIA POR FASCINACIÓN Y SUGESTIÓN IMPERATIVA	72
Capítulo V:	78
HIPNOSIS PARCIAL (CONTINUACIÓN). — PERTURBACIONES MOTRICES: MOVIMIENTOS IMPUESTOS.....	78
Capítulo VI:.....	81
HIPNOSIS PARCIAL (CONTINUACIÓN). — PERTURBACIONES MOTRICES: MOVIMIENTOS SUSPENDIDOS	81
Capítulo VII.....	84
HIPNOSIS PARCIAL (CONTINUACIÓN) PERTURBACIONES SENSORIALES.....	84
Capítulo VIII	88
HIPNOSIS PARCIAL (CONTINUACIÓN Y FIN) PERTURBACIONES CENTRALES	88
Capítulo IX.....	91
FASCINACIÓN. — MEDIOS MECÁNICOS SUAVES.....	91
Capítulo X.....	94
LA HIPNOSIS TOTAL (ESTADOS POSTHIPNÓTICOS)	94
 LIBRO TERCERO	 112
Capítulo Primero	113
PARA OBSERVAR LOS ESTADOS Y FENÓMENOS CLÁSICOS DE LA HIPNOSIS	113
Capítulo II:	122
PARA OBSERVAR LOS CUATRO ESTADOS DE SUEÑO MAGNÉTICO.....	122
Capítulo III	127
PARA OBSERVAR LA LUCIDEZ SONAMBOLICA	127
Capítulo IV	130
PARA OBSERVAR LA CLARIVIDENCIA	130
Capítulo V:	141
PARA OBSERVAR LA EXTERIORIZACIÓN DE LA SENSIBILIDAD Y EL DESDOBLE	141
Capítulo VI:.....	154
PARA OBSERVAR LA TRANSMISIÓN DEL PENSAMIENTO Y LA SUGESTIÓN MENTAL A DISTANCIA.....	154
 LIBRO CUARTO	 165
Capítulo Primero	166

CÓMO SE PRESENTA GENERALMENTE A LA ATENCIÓN INDIVIDUAL EL PROBLEMA DEL MEDIUMNISMO.....	166
Capítulo II.....	173
MODOS DE EXPERIMENTACIÓN.....	173
Capítulo III.....	176
EL ESTUDIO RACIONAL DEL MEDIUMNISMO.....	176
Capítulo IV.....	183
LOS PERJUICIOS DE LA FE ESPIRITISTA Y LOS INCONVENIENTES DE UNA OBJETIVIDAD INSUFICIENTE EN EL ESTUDIO DEL MEDIUMNISMO.....	183
LIBRO QUINTO.....	187
ADVERTENCIA PRELIMINAR.....	188
APLICACIÓN DEL MAGNETISMO, DE LA SUGESTIÓN Y DE LA ACCIÓN MENTAL AL TRATAMIENTO DE LAS ENFERMEDADES.....	188
Introducción a la medicina psicomagnética.....	188
Capítulo Primero.....	190
MOLESTIAS TEMPORALES DE UNA AFECCIÓN CRÓNICA.....	190
Capítulo II.....	199
PRINCIPALES PERTURBACIONES FUNCIONALES.....	199
Capítulo III.....	208
ATAXIA LOCOMOTRIZ («TABES DORSALIS»).....	208
Capítulo IV:.....	211
NEUROSIS.....	211
Capítulo V.....	216
ASTENIAS.....	216
Capítulo VI.....	219
IDEAS FIJAS Y OBSESIONES.....	219
Capítulo VII.....	222
ALCOHOLISMO. — VICIOS. — TOXICOMANÍA.....	222
Capítulo VIII.....	225
EL ASCENDIENTE MORAL.....	225
Capítulo IX.....	229
LOS TRATAMIENTOS A DISTANCIA.....	229
LIBRO SEXTO.....	231
Capítulo Primero.....	232
CULTURA PSÍQUICA.....	232
Capítulo II.....	237
ALIMENTACIÓN, RESPIRACIÓN, EQUILIBRIO Y FUERZA NERVIOSA.....	237
Capítulo III.....	240
AUTOSUGESTIÓN.....	240
Capítulo IV.....	244
AUTODOMINIO.....	244
Capítulo V.....	248
FUERZA, ENERGÍA, VOLUNTAD.....	248
Capítulo VI.....	253
MAGNETISMO PERSONAL.....	253
Capítulo VII.....	258
LA SUGESTIÓN APLICADA.....	258
Capítulo VIII.....	263
EL ÉXITO.....	263
Capítulo IX.....	268
LA POTENCIA DEL «YO».....	268
POSTFACIO.....	277

INTRODUCCIÓN

1. Los fenómenos psíquicos han existido siempre; sus principales aspectos desde la Antigüedad hasta los tiempos contemporáneos, en nuestros días son oficialmente estudiados en un Instituto reconocido de utilidad pública por el Estado. — 2. Evolución aportada por las adquisiciones definitivas de la ciencia psíquica en la filosofía y la metafísica. Utilidad de este volumen: extender al mayor número posible el beneficio del conocimiento experimental del psiquismo. — 3. La enseñanza práctica constituye el procedimiento más asimilable de vulgarización: los métodos perfeccionados, que se indican más adelante, son eficaces y sin peligro. El éxito es seguro. — 4. Antes del estudio- de los más elevados fenómenos psíquicos, es necesario ser muy experto en la producción de los fenómenos corrientes del magnetismo, del hipnotismo y de la sugestión. — 5. La preparación experimental considerada como elemento de auto- cultura, de influencia personal en la vida interna y de los negocios y de éxito en general. — 6. Plan de esta obra: Libro I, estudio de los factores de influencia; Libro II, curso de experimentación de los fenómenos corrientes; Libro III, condiciones de obtención de los fenómenos excepcionales; Libro IV, el mediumnismo; prejuicios personales. — Libro V, tratamiento de las enfermedades. — Libro VI, aplicaciones individuales de la cultura psíquica y del magnetismo personal. Manera de estudiar.

1 LOS FENÓMENOS PSÍQUICOS HAN EXISTIDO SIEMPRE: SUS PRINCIPALES ASPECTOS DESDE LA ANTIGÜEDAD HASTA LOS TIEMPOS CONTEMPORÁNEOS; EN NUESTROS DÍAS SON OFICIALMENTE ESTUDIADOS EN UN INSTITUTO RECONOCIDO DE UTILIDAD PÚBLICA POR EL ESTADO. — Los fenómenos que tratamos en este libro fueron conocidos desde la más remota antigüedad. Lo que nosotros denominamos hoy «magnetismo», «hipnotismo», «sugestión», «telepsíquica», etc., constituían la parte experimental de la ciencia secreta reservada en la India, Caldea y Egipto a una casta privilegiada que asumía, al mismo tiempo, las funciones de sacerdotes, magistrados y médicos. De generación en generación, los antiguos iniciados se transmitían el secreto de su poder, y puede asegurarse que llegaron a impulsar el desarrollo a un extremo del que los modernos se encuentran todavía muy lejos. Parece, en efecto, que consiguieron ejercer un ascendiente casi absoluto sobre el físico y la moral de sus semejantes, curando los cuerpos con una palabra, sometiendo las almas con una mirada. Hoy mismo sostienen diversos autores la creencia de que hubieran discernido y utilizado ciertas formas de la energía que los sabios actuales no han descubierto.

Algo de esta ciencia, llamada oculta porque se ocultaba cuidadosamente a la multitud, sobrevivió a las civilizaciones desaparecidas. La historia atestigua, indudablemente, los prodigios realizados, en diversas épocas, en todos los pueblos, por individuos que parecían haber heredado la potencia de los hierofantes.

Después del incendio de la biblioteca de Alejandría por Teodosio, la antigua ciencia psíquica, agotada en sus focos primitivos, reducida por la dispersión de sus prácticos, debió duplicar en prudencia para proteger sus restos. Éste fue el origen de las sociedades secretas, que se encuentran en la Edad Media, mantenedoras de una parte del saber oculto.

Hasta comienzos del Renacimiento, los fenómenos psíquicos fueron considerados, incluso por los que sabían obtenerlos, como efectos sobrenaturales, que implicaban una derogación en el orden de las leyes de la Naturaleza. Plinio, Avicena, Basilio, Valentino, Agripa, Paracelso y algunos otros hicieron brillar, de cuando en cuando, una luz de verdad en la cuestión, y proclamaron la acción del hombre por sí mismo sobre los otros, pero es a Mesmer a quien se debe el primer paso decisivo hacia una interpretación más racional del psiquismo: la teoría del *Magnetismo animal*, o de la comunicación de los cuerpos animados.

Los continuadores más notables de Mesmer; Puységur, Deleuze, Potet y La Fontaine, supieron proseguir, puntualizando muy bien la teoría precedente, y ya en tiempos de La Fontaine (1802-1892) se había establecido una técnica precisa para obtener «magnetizando», es decir, proyectando convenientemente esta radioactividad fisiológica, que se nombra todavía magnetismo, unas veces la curación de la mayor parte de las enfermedades, o bien la producción de un estado especial, designado con el nombre de sonambulismo, y que se caracteriza en particular por la extensión de las facultades perceptivas del sonámbulo a objetos y a personas situadas fuera del alcance de sus sentidos físicos.

Hacia 1841, un médico inglés, Braid, pudo reproducir algunos experimentos que había presenciado en una sesión del magnetizador La Fontaine, sirviéndose para ello de procedimientos muy distintos a los de este último. Efectivamente, el doctor Braid, haciendo a varias personas fijar la mirada en un punto brillante, obtuvo un estado de sueño análogo al «sonambulismo» y que denominó hipnosis. Tal fue el origen de una escuela de experimentación, los hipnotizadores, quienes negaron la existencia del magnetismo animal, atribuyendo a la acción de la fijeza brillante de la mirada los fenómenos magnéticos reproducidos por su procedimiento y negando todos los demás. El descubrimiento de Braid¹ tuvo pronta aceptación, con el nombre hipnotismo, en las escuelas médicas del mundo entero, y particularmente en París, donde fue ilustrado en el hospicio de la Salpêtrière por el célebre neurólogo Charcot.

Después de las dos fases, magnetismo e hipnotismo, de la cuestión psíquica, una tercera vino en seguida a solicitar la atención de los investigadores. Recogiendo una hipótesis, ya emitida por Faria y d'Hénin de Cuvilliers para explicar los fenómenos observados en la experimentación magnética, el doctor Liébeault, de Nancy, los atribuyó — así como los del hipnotismo braídico — a la acción de los procedimientos, de los gestos, de las palabras del operador sobre la imaginación del sujeto. Impresionado el espíritu de las personas con afirmaciones, mandatos enérgicos, miradas fijamente sostenidas y gestos expresivos, el doctor Liébeault consiguió provocar un sueño nervioso análogo a la hipnosis de Braid y al sonambulismo de la escuela mesmeriana. El método de Liébeault, definido en una palabra, la sugestión, le permitió influir en la casi totalidad de las personas encontradas en su práctica y de generalizar de este modo una terapéutica llamada sugestiva, renovación de la antigua taumaturgia, y consistente en hacer reaccionar la actividad psiconerviosa del enfermo sobre los órganos atacados por medio de

¹ Conocido mucho antes que él por los fascinadores indos.

sugestiones apropiadas.

Poco tiempo después, hacia 1873, a consecuencia de una comprobación del profesor Ch. Richet, del Instituto, el interés de los experimentadores fue atraído sobre un cuarto orden de hechos: la acción de la voluntad a distancia en una persona determinada. Un sujeto hipnótico de Ch. Richet, había sido sugestionado varias veces a distancia y a deseo del operador. Este fenómeno de sugestión mental fue reproducido y estudiado por Ochorowicz, los doctores Gley, Hericourt, Gibert², y aunque no existe duda alguna sobre la realidad, su determinismo no es hoy todavía completamente conocido.

Durante los treinta últimos años todos los prodigios legendarios de la magia caldeo-egipcia han llegado a ser otros tantos hechos adquiridos por la metapsiauia experimental. Las investigaciones de los doctores Maxwell³, Gley⁴, Osty⁵ y de Boirac⁶, rector de la Academia de Dijon, han establecido la realidad durante mucho tiempo discutida de la lucidez sonambúlica y de la clarividencia, es decir, de la posibilidad para ciertos sujetos de ver, oír y sentir a distancia, y hasta de prever acontecimientos situados en el futuro. El estudio de la mediumnidad — nombre dado a ciertas facultades supranormales — emprendido por Crokes, Lombroso, De Rochas y otras eminencias científicas, ha demostrado la extraña posibilidad de la acción psíquica sobre la materia, fuera del alcance de los sentidos, por una especie de exteriorización de motricidad. De este modo se ha concretado el problema de levitación de las mesas, de las casas embrujadas y otras manifestaciones de la energía desconocida que atribuyen a los espíritus de los muertos los doctrinarios del espiritismo. Las apariciones⁷, bilocaciones, desdobles, visiones de fantasmas, son ahora explicados por la exteriorización — experimentalmente provocada por el coronel De Rochas—, del doble eterofluido comportado por la constitución humana. Gurney, Myers, Podmore, de la Psychic Research Society de Londres, y Durville, en París, han llegado con este motivo, aunque empleando métodos diferentes, a conclusiones idénticas.

Esos treinta años de un esfuerzo incesante, realizado por los más ilustres pensadores, constituye una fase transitoria, durante la cual los fenómenos psíquicos, a pesar de dissociarse de su ganga de empirismo, no figuraron todavía entre aquellos cuya realidad admiten los hombres de ciencia. Hoy su estudio se

² Estos tres últimos renovaron, particularmente, el experimento llamado «de Cagliostro», que consiste en dormir a distancia a un sujeto, de improviso y en completa ignorancia de la prueba, para ordenarle en seguida, mentalmente, venir a reunirse con el sugestionador.

³ Véase su obra: Los fenómenos psíquicos.

⁴ Véanse sus obras sobre la psicología del subconsciente.

⁵ Véase su obra: Lucidez e intuición.

⁶ Véanse sus obras: La psicología desconocida y El porvenir de las ciencias psíquicas.

⁷ La hipótesis de la comunicación de los muertos con nosotros y su papel supuesto en la producción de los fenómenos mediúmnicos, se halla muy lejos de estar demostrada. Véanse a este respecto las conclusiones del libro: Las fuerzas naturales desconocidas, de Flammarion.

prosigue, oficialmente, en un Instituto reconocido de utilidad pública por el Estado y dirigido por el sabio doctor Osty.

2. EVOLUCIÓN ADOPTADA POR LAS ADQUISICIONES DE LA CIENCIA PSÍQUICA EN LA FILOSOFÍA Y LA METAFÍSICA. UTILIDAD DE ESTE VOLUMEN: EXTENDER AL MÁXIMO NÚMERO POSIBLE EL BENEFICIO DEL CONOCIMIENTO EXPERIMENTAL DEL PSIQUISMO. — Las concepciones modernas metafísicas, filosóficas, psicológicas, han evolucionado ya de modo impresionante en la claridad de las primeras adquisiciones de la ciencia psíquica; para formarse idea de esto basta leer las últimas obras de Bergson y del doctor Geley. Es que el psiquismo, a causa de los fenómenos cuyo determinismo estudia, proporciona bases objetivas, puntos de apoyo concretos, a los problemas considerados hasta ahora casi como puramente especulativos. Escribiendo este volumen de vulgarización, deseo, en primer lugar, contribuir, en la medida de lo posible a extender al mayor número el beneficio de la elevación del nivel intelectual, operado ya por el psiquismo entre la élite privilegiada que sigue sin cesar el progreso de todas las ramas del saber humano. Más adelante ofrezco un curso de experimentación donde explico, en forma comprensible para todos, cómo se han de producir los fenómenos corrientes del Magnetismo y de la Hipnosis. Sé que el menor resultado conseguido por mis lectores, al comprobar ellos mismos la realidad de los fenómenos, será un desarrollo en superioridad y en potencia de su mentalidad.

En segundo lugar mi objetivo es difundir la aplicación práctica del Magnetismo, del Hipnotismo, de la Sugestión y de lo que ya conocemos de la Telepsiquia⁸ como medios de acción individuales. Mostraré, particularmente, cómo cada uno puede conseguir el desarrollo máximo de energías psicomagnéticas latentes en todo individuo y servirse de ellas para actuar útilmente sobre las funciones de su propio organismo, para desarrollar sus facultades mentales, para librarse de los elementos e influencias de depresión, de esclavitud, de fracaso; en resumen, para infundir en su propia personalidad las modificaciones, los perfeccionamientos, los caracteres que se deseen. Haré ver cómo es posible oponerse a los desórdenes, afecciones y enfermedades de aquellos hacia quienes se interesan las reacciones magnéticas, la influencia de la sugestión y la acción de la voluntad; y, por último, la forma en que ha de actuarse en la vida íntima y en los negocios sobre las mentalidades que nos rodean, modificar las opiniones, los acuerdos, las emociones, los sentimientos de los que se encuentran en relación inmediata con nosotros.

3. LA ENSEÑANZA PRÁCTICA CONSTITUYE EL PROCEDIMIENTO MÁS ASIMILABLE DE VULGARIZACIÓN; LOS MÉTODOS PERFECCIONADOS, QUE SE INDICAN MÁS ADELANTE, SON EFICACES Y SIN PELIGRO. EL ÉXITO ES SEGURO. — Reservadas a un reducido número de iniciados en los tiempos antiguos, ocultas durante la Edad Media bajo fórmulas indescifrables para el vulgo, las ciencias psíquicas no contaron hasta los tiempos modernos más que con prácticos dispersos. De aquí procede con toda probabilidad la convicción muy generalizada de que sólo los seres excepcionalmente dotados pueden

⁸ Esta última cuestión la trato aparte en mi obra intitulada: EL Hipnotismo a distancia.

experimentar. Lo mismo que para cualquier otra cosa, nosotros venimos al mundo mejor o peor dotados para magnetizar y sugestionar, pero las calificaciones que caracterizan a un buen operador no le faltan a nadie, enteramente. Tengo la certeza experimental de que aplicando con exactitud las indicaciones de mi curso práctico, el hombre como la mujer, la mujer como el anciano, lograrán su objeto. He puesto un cuidado meticuloso en la preparación de este curso. Con una precisión hasta ahora ausente de los cursos y manuales populares, se hallarán expuestos los métodos que me han valido una modesta notoriedad en los diversos medios donde efectúo mis experiencias. Dichos métodos, puntualizados en diez años de práctica diaria sobre personas de toda edad y de toda condición, han resistido sus pruebas. He formado en mi Instituto más de cuarenta hipnotizadores, enseñándoles verbalmente el sistema expuesto más adelante y demostrándolo sobre sujetos que les servían en seguida para repetir el entrenamiento. Puedo decir que no existe persona, después de practicar semejante enseñanza, que deje de obtener los fenómenos magnético-hipnóticos sobre sujetos elegidos entre sus propios amigos y conocidos. Afirmando, además, que contrariamente a una opinión sin fundamento, la práctica usual del Magnetismo y del Hipnotismo no presenta ningún peligro, ningún inconveniente, ni para el experimentador ni para los sujetos. Realizando esta experimentación, tal como se encuentra descrita en el Libro III, adquiriendo, gradualmente, la costumbre de provocar todos los estados susceptibles de ser obtenidos sobre la mayoría de las personas, desde los más ligeros efectos de sugestión en el estado de vigilia hasta la hipnosis frustrada total, el estudiante conseguirá un doble resultado: poner en actividad sus fuerzas psico-magnéticas y la formación del estado de alma y de la actitud indispensable para influir a las gentes.

4. ANTES DEL ESTUDIO DE LOS MÁS ELEVADOS PSÍQUICOS ES NECESARIO SER MUY EXPERTO EN LA PRODUCCIÓN DE LOS FENÓMENOS CORRIENTES DEL MAGNETISMO Y DE LA SUGESTIÓN. — Cualquiera que sea el nivel de instrucción que se tenga, es indispensable pasar por ese estado de psicogimnástica para abordar con la plenitud de sus medios de acción y de comprobación los elevados fenómenos psíquicos. Pudiera citar a notabilidades científicas que, no siendo duchos en el hipnotismo corriente y privados de conocer experimentalmente las manifestaciones frustradas del magnetismo, de la autosugestión y de haber observado sobre algunos cientos de sujetos el calidoscopio de las reacciones del subconsciente se dejaron engañar por ciertas apariencias, y han tomado, por ejemplo, las alucinaciones como apariciones, los hechos de lectura del pensamiento, de lucidez, de memoria sonambúlica o de desdoble como manifestaciones de espíritus de personas difuntas. En el mismo orden de ideas, he visto personas inteligentes e instruidas, pero víctimas de su hipersensibilidad y de su insuficiente formación psíquica, dejarse persuadir de que los movimientos de automatismo psicológico que ellas mismas provocaban en su individuo por las peligrosas prácticas del espiritismo, eran debidas a un «espíritu» tomando posesión de su cuerpo. Cada año observo media docena de casos de ideas fijas, de alucinaciones auditivas y visuales continuas y otras semialucinaciones, causadas a buenas gentes por el sistema de auto-perturbación, que propagan los continuadores de Alian Kardec⁹. Si esas personas, antes de su

⁹ Seudónimo del célebre escritor espiritista Hipólito León Rivail.

contacto con las obras o las propagandas espiritistas, hubiesen leído el más elemental de todos los tratados de sugestión, no estarían obstinadas en la convicción de comunicar con los muertos, nacida de afirmaciones doctrinarias, ni en mortificar su sensorio en auto-alucinarse.

En lo que se refiere a la investigación de los hechos de lucidez sonambúlica, de clarividencia, de exteriorización, de transmisión de pensamientos, etcétera, se verá que es preciso para obtenerlos seleccionar los sujetos y ensayar un gran número antes de encontrar uno útil. Sólo un experimentador experto en la producción de los fenómenos elementales es apto para influir a numerosos sujetos. Si todos los investigadores actuales prestasen su atención a este punto, sus trabajos serían activados, por la sencilla razón de poder dirigir muchos más sujetos que los que discernen con sus métodos. Es así que nuestro sistema, supuesta una persona en estado normal, permite influirla insensible y gradualmente, modificando su estado primitivo con una ligera acción, después con una segunda algo más profunda, y continuando de esta forma hasta llevarle al grado de sensibilidad en el que son posibles los experimentos más complejos.

5 LA PREPARACIÓN EXPERIMENTAL CONSIDERADA COMO ELEMENTO DE AUTOCULTURA, DE INFLUENCIA PERSONAL EN LA VIDA INTERNA Y DE LOS NEGOCIOS Y DE ÉXITO EN GENERAL. —A los que interesen especialmente las aplicaciones personales del psiquismo, llegarán más pronto que con cualquier otro ejercicio a desarrollar en sí mismos los elementos de influencia si efectúan con frecuencia, como yo les recomiendo, los experimentos de sugestión, de hipnotismo, de fascinación, ateniéndose a las instrucciones consignadas más adelante. Adaptarán en seguida las leyes de esta práctica a las condiciones ordinarias de la vida, de acuerdo con los dictados de la última parte de esta obra.

Las instituciones que lanzaron hace una veintena de años los primeros cursos populares de hipnotismo, han creado, conscientemente o no, un equívoco en el espíritu del público, dejando suponer que los medios de éxito implicados por esta ciencia consistían en permitir en todo a cada uno usar los procedimientos imperativos de presión moral, ejercidos en un estado de inconsciencia provocada. Esta noción, tan absurda como poco equitativa, ha sido difundida por cierto número de compiladores o de plagarios de los cursos en cuestión¹⁰; su resultado más lamentable fue la argumentación que proporciona a los adversarios de la vulgarización de las ciencias psíquicas. No es así como concibo el problema del éxito con el hipnotismo. Cuando preconizo el desarrollo de los medios de acción psicomagnéticos en vista de su aplicación a la vida íntima y a los negocios, entiendo, en primer lugar, que dicho desarrollo conduzca al de esa especie de encanto individual persuasivo y simpático, llamado «magnetismo personal», que facilita nuestras relaciones con los otros, previniendo a éstos en nuestro favor, y en segundo lugar aspiro a que el repetido desarrollo produzca los siguientes efectos:

¹⁰ Porque existen, sobre el hipnotismo, numerosos «cursos» cuyos autores nunca han dormido ni un solo sujeto.

- a) Colocar la sensibilidad, la impresionabilidad, la imaginación, los impulsos y los instintos bajo la influencia del pensamiento deliberado.
- b) Ejercer la atención, el discernimiento y la energía volitiva.
- c) Organizar la elaboración y la gestión del dinamismo cerebral de forma que se pueda realizar en calidad y en cantidad el máximo rendimiento útil de las aptitudes y de las facultades.

6. PLAN DE ESTA OBRA. MANERA DE ESTUDIAR. — He repartido la materia de este volumen según el plan que me pareció más cómodo para mis lectores:

—En el Libro I encontrarán el estudio detallado de los cuatro elementos de influencia que entran en juego en la experimentación.

—El Libro II es un curso para la obtención de los fenómenos magnético-hipnóticos corrientes, los que se pueden provocar sobre la mayoría de las personas; sugestión en estado de vigilia, estados superficiales de la hipnosis, sugestión¹ hipnótica, contractura, etc.

—Los hechos psíquicos cuyo determinismo es complicado y que no se provocan a voluntad, son el objeto del Libro III: lucidez, clarividencia, exteriorización, etc.

—Entre esos últimos fenómenos, los del Mediumnismo me han parecido necesitar una parte especial; les he consagrado el Libro IV.

—Un curso de aplicación de los medios de acción precedentemente puestos en práctica en el tratamiento de las enfermedades orgánicas y psico-nerviosas, constituye el Libro V.

—Finalmente, se encontrarán en el Libro VI las indicaciones deseadas para la utilización de los medios de acción propuestos en la vida personal y exterior.

LIBRO PRIMERO

**INFLUENCIA. ESTUDIO SUCINTO DE LOS CUATRO FACTORES DEL
AGENTE MAGNÉTICO. LOS PROCEDIMIENTOS SENSORIALES**

LA SUGESTIÓN. LA ACCIÓN TELEPÁTICA.

ADVERTENCIA PRELIMINAR

Cada uno de los cuatro factores de influencia que vamos a estudiar tiene sus partidarios y sus impugnadores. Muchos autores tratan de explicar todos los fenómenos por la acción de uno solo de nuestros cuatro factores y consideran los otros tres como del todo secundarios, a menos de que no los nieguen pura y simplemente. Así, las obras de los especialistas del Magnetismo insinúan que este agente es el único operante en la producción de los fenómenos; los escritos de los discípulos de Charcot ven el Hipnotismo sensorial en todas partes; los trabajos de la Escuela de Nancy y de sus fanáticos repiten en todos los tonos que la sugestión es la llave de los fenómenos pretendidamente magnéticos y de los estados obtenidos por Charcot; y, en fin, los métodos orientales, yoguistas, neoocultistas, teosofistas, etc., lo atribuyen todo a la voluntad, es decir, a la acción telepsíquica.

He adquirido la certeza de que cada una de las cuatro escuelas mencionadas sostiene una parte de la verdad. Existen en realidad cuatro medios de actuar sobre el pensamiento y el organismo humanos. En este Libro I intentaré demostrar la autonomía del «Magnetismo», del «Hipnotismo sensorial», de la «Sugestión» y de la «Acción telepsíquica».

Mi método experimental consiste en aplicar siempre los cuatro factores de influencia. Estoy seguro de ejercer con este procedimiento el máximo posible de acción. Para aplicar este método, descrito en el Libro II, es muy útil que antes se hayan asimilado muy bien los cuatro capítulos que van a continuación.

Capítulo Primero:

EL «MAGNETISMO» O RADIOACTIVIDAD ORGÁNICA

1. *La ondulación magnética. — 2. Polarización. — 3. Proyección metódica del magnetismo; procedimientos de acción general. — 4. Acciones polares. — 5. Condiciones de receptividad. — 6. Magnetismo terapéutico. — 7. Magnetismo experimental. — 8. Acción del magnetismo sobre la materia. — 9. Visibilidad de los efluvios humanos.*

1. LA ONDULACIÓN MAGNÉTICA. — El Magnetismo es una influencia inherente a todos los cuerpos, pero se desprende con intensidad particular del organismo humano. Como la de la electricidad, su naturaleza nos es todavía desconocida, aunque su presencia se manifiesta por efectos que exigen su hipótesis. Inspirándose en las teorías de la física general, se admite que este agente se halla constituido por ondas resultantes de la vibración de los átomos constitutivos de los cuerpos. La experiencia ha demostrado que la amplitud y la frecuencia de las ondas magnéticas varían según que se trate de un vegetal o de un mineral, de un animal o de un ser humano. En este último, si su salud se encuentra equilibrada, la ondulación magnética alcanza su máximo de intensidad.

Ese mismo agente magnético que radica alrededor de nosotros, se observa doquiera en la Naturaleza. Acompaña toda manifestación de la vida y del movimiento. Se ha comprobado experimentalmente su presencia en las reacciones químicas, en las manifestaciones del movimiento, del color, de la luz, del sonido, etc. Los metales, las plantas y muy en particular los animales, tienen una acción análoga a la nuestra.

Con el vocablo «magnetismo» se estudian en física los fenómenos debidos al imán. Son estos últimos los que por analogía han dado su nombre a los que nosotros estudiamos aquí. Además, el imán, independientemente de sus propiedades, por lo general conocidas, ejerce poderosa influencia sobre el organismo humano; paralelamente a su acción física desprende una acción fisiológica muy apreciable.

La ondulación magnética parece ser de intensidad proporcional a la energía vibratoria del organismo, a la vitalidad del individuo. Se exterioriza, normalmente, según un movimiento concéntrico de toda la superficie del cuerpo. En los ojos, los extremos de los dedos, el encéfalo y el aliento esta exteriorización es particularmente activa.

2. POLARIZACIÓN. — La polarización en dos modalidades, positiva y negativa, del agente magnético, no ha escapado a la atención de ninguno de los prácticos antiguos o modernos del Magnetismo. Advertida por Robert Flud y Paracelso, claramente afirmada por Mesmer, la polaridad del cuerpo humano quedó como un hecho indudable merced a los trabajos de Reichenbach, del coronel De Rochas y de

Héctor Durville. Como veremos luego, la acción de la modalidad positiva del magnetismo difiere de la acción negativa. En la práctica he observado que sólo las personas de una receptividad excepcional o los enfermos afectos por su estado a una receptividad análoga, perciben muy claramente la diferencia del magnetismo positivo y del magnetismo negativo.

El lado derecho y la arista mediana anterior del cuerpo humano emiten magnetismo positivo.

El lado izquierdo y la arista mediana posterior emiten magnetismo negativo.

La cima de la cabeza (vértice) y el perineo pueden ser considerados como líneas neutras.

La observancia de las leyes de la polaridad (ver párrafo 5) es secundaria en la reproducción de los fenómenos excepcionales (los descritos en el Libro III).

3. PROYECCIÓN METÓDICA DEL MAGNETISMO: PROCEDIMIENTOS DE ACCIÓN GENERAL.– Magnetizar es proyectar sistemáticamente la ondulación magnética. Las acciones ejercidas por esta proyección pueden refundirse en cuatro:

1.º «Cargar» todo o parte del organismo del magnetizado en forma que acelere el tono del movimiento con una proyección intensiva de los efluvios del magnetizador.

2.º «Desprender» todo o parte de un organismo preliminarmente cargado.

3.º «Fijar» en un punto, condensar en una reducida superficie la mayor energía posible.

4.º «Dispersar» la sobreactividad, espontánea o provocada, de un punto determinado.

La acción de cargar se efectúa por medio de pases ejecutados muy lentamente de arriba abajo. Los pases comprenden tres tiempos: 1.º, dejar caer los brazos a lo largo del cuerpo y cerrar los puños; 2.º, llevar los puños, así cerrados, a la altura del nacimiento de los cabellos del sujeto; 3.º, abrir los puños y dirigir los dedos hacia la superficie de la piel, casi perpendicularmente y descender con mucha lentitud hasta el epigastrio, manteniendo la punta de los dedos a tres centímetros de la epidermis. Tener cuidado de sostener ligeras, durante los tres movimientos, las articulaciones de la mano, del codo y del hombro. (Acabamos de indicar, para fijar las ideas, la ejecución de un pase de la cabeza al epigastrio, pero advertimos que el trayecto de un pase varía según el efecto buscado.)

La acción de desprender se efectúa por medio de pases análogos a los precedentes, pero rápidos en lugar de ser lentos, y distantes de siete a diez centímetros de la piel.

La acción de fijar se efectúa presentando todos los dedos de una mano, reunidos en punta, y mirando al sitio sobre el cual se quiere obrar. Esto se llama, en el lenguaje del magnetismo, una «imposición digital».

Por último, la acción de dispersar se efectúa con un movimiento simultáneo de ambas manos, en sentido transversal. Este movimiento se descompone así: 1.º, dejar caer los brazos a lo largo del cuerpo y cerrar los puños; 2.º, conducir los puños cerrados uno a la derecha y el otro a la izquierda del punto objeto de la dispersión a realizar; 3.º, abrir los puños y separarlos lateralmente y con bastante rapidez sobre una misma línea horizontal, los dedos dirigidos casi perpendicularmente hacia la superficie del cuerpo. Entiéndase bien que este pase transversal debe reiterarse un cierto número de veces antes de obtener su efecto.

A estos procedimientos generales, los magnetizadores añaden, sobre todo en la práctica de la magnetoterapia, la acción de la mirada, del aliento, de la imposición de las manos y de las aplicaciones.

Dirigiendo una dulce mirada sobre un punto dado del cuerpo (sin esfuerzo alguno fascinador) se envía hacia ese punto la ondulación magnética exteriorizada por los ojos. Como el ojo, el aliento proyecta activamente el agente magnético y de aquí el uso que se hace en terapéutica. El desprendimiento digital, en algunos individuos, tiene su efecto lo mismo en la superficie de la palma de la mano que en la punta de los dedos. Esto se tiene en cuenta al imponer la mano, es decir, manteniéndola a varios centímetros de la superficie a magnetizar o aplicándola sobre dicha superficie.

4. ACCIONES POLARES. — Desde el punto de vista de la polaridad, dos maniobras inversas son posibles: poner en contacto dos partes del cuerpo semejantemente polarizadas (dos regiones positivas o dos negativas) y poner en contacto dos regiones opuestamente polarizadas (una negativa y una positiva). Estas dos acciones tienen efectos contrarios. Así, el contacto de polos del mismo nombre (por ejemplo vuestra mano derecha colocada a la derecha o en medio de la frente del sujeto) repele, excita la actividad orgánica; y si la receptividad del magnetizado lo permite, determina el sueño magnético. Inversamente, la oposición de dos polos distintos (supongamos vuestra mano izquierda colocada en medio o a la derecha de la frente del sujeto) atrae, calma, paraliza (o suprime la contractura) y despierta el sueño magnético.

Podemos resumir todo ello en dos leyes sucintas, de este modo formuladas:

Las oposiciones de polos del mismo nombre, repelen, contracturan, excitan y duermen. Las oposiciones de polos de nombres diferentes atraen, calman, paralizan y despiertan.

Ya veremos la clase de aplicaciones prácticas que se deducen de esas leyes en la experimentación y en el magnetismo de un enfermo.

No se debe olvidar que las oposiciones de polos del mismo nombre tienen un efecto análogo a la acción de cargar, descrita anteriormente, mientras que las oposiciones de polos de nombres contrarios tienen una acción análoga a la de desprender. He observado en mi práctica que la sensibilidad a los procedimientos de acciones generales era más frecuente que en las acciones polares a las que considero como auxiliares en la mayoría de los casos.

5. CONDICIONES DE RECEPTIVIDAD. — En estado normal todos los seres no son igualmente sensibles a la acción del magnetismo. Experimentando de modo que se aparte el factor hipnotismo sensorial, el factor sugestión y el factor telepsiquia, de que tratan respectivamente los capítulos siguientes¹¹, se encuentran entre cien personas elegidas al azar, cerca de treinta y tres sujetos en los cuales se revelan con toda claridad los efectos del magnetismo, cualquiera que sea el momento en que se opere.

De los treinta y tres sensitivos, para emplear la palabra usual de que se sirven las gentes del «oficio», 3 a 5 experimentan efectos apreciables en 15 a 60 segundos de magnetización; 6 a 10 son igualmente influidos en el espacio de dos a cinco minutos, y, por último, hay de 12 a 20 que al cabo de 10 a 15 minutos sienten las reacciones previstas.

He aquí la manera más sencilla de medir la sensibilidad de una persona al efecto del solo agente magnético. Ante todo sin decir, ni hacer nada que pueda dar al «sujeto» la idea preconcebida de lo que tratáis de provocar en él, rogadle que se coloque de pie, con los brazos colgando, los pies juntos y que cierre los ojos sin que de ninguna forma se le permita enterarse de vuestros hechos y gestos.

En la experimentación corriente, mi método consiste en utilizar simultáneamente los cuatro factores; por esta razón he logrado hipnotizar gran número de sujetos. En el estudio especial del factor «magnetismo» es necesario separar los otros tres medios de acción, puesto que se trata, en realidad, de discernir la autonomía del primero; pero, cuando se intenta obtener un fenómeno o la mejora de un estado patológico, hace falta reunir en un haz potente y armonioso los cuatro medios de que disponemos para actuar sobre nuestros semejantes, contando así con todos los elementos de triunfo.

Lo mejor sería vendarle los ojos, dejándole un minuto entero en el silencio, y aproximarse insensiblemente en el momento de operar para que no tenga la menor noción de lo que hacéis.

¹¹ En la experimentación corriente, mi método consiste en utilizar simultáneamente los cuatro factores; por esta razón he logrado hipnotizar gran número de sujetos. En el estudio especial del factor «magnetismo» es necesario separar los otros tres medios de acción, puesto que se trata, en realidad, de discernir la autonomía del primero; pero, cuando se intenta obtener un fenómeno o la mejora de un estado patológico, hace falta reunir en un haz potente y armonioso los cuatro medios de que disponemos para actuar sobre nuestros semejantes, contando así con todos los elementos de triunfo.

Colocado detrás del sujeto, acercad silenciosamente las manos extendidas en la región de sus omoplatos, de modo que la superficie palmar de vuestras manos permanezca, paralelamente, a un centímetro del cuerpo del individuo.

En esta posición, esperad tranquilos, sin esfuerzo de voluntad, pero observando a vuestro sujeto. Cuando notéis una oscilación de su cuerpo hacia atrás (a veces hacia adelante o uno de los lados, aunque raramente) seguid el movimiento con vuestras manos, manteniéndolas a la distancia primitiva.

Los sensitivos experimentarán generalmente una sensación atractiva hacia atrás, más o menos rápida y más o menos poderosa, según su grado de receptividad. Basándose en los datos antes mencionados, apreciaréis con facilidad a cuál de las tres categorías descritas pertenece la persona experimentada. Esperad encontrar el 66 por 100 que con el solo medio magnético no darán ningún signo de sensibilidad.

Los que sientan la atracción de que acabamos de hablar, son susceptibles de ser dormidos en el sueño magnético mediante el único efecto de los pases o de otros procedimientos. Entre éstos hay algunos que tienen la acuidad perceptiva deseada para la comprobación de las leyes de la polaridad. Es fácil advertir si un sujeto sensible a la atracción hacia atrás operada por la imposición de las manos en los omoplatos (procedimiento de acción general), distingue claramente los efectos de las dos polaridades magnéticas. Basta, después de haberle vendado los ojos, volverlo a colocar en la posición del anterior experimento y ensayar sucesivamente sobre él las oposiciones polares que siguen:

Mano izquierda del operador en la frente del sujeto.

Mano izquierda del operador en la nuca del sujeto.

Mano derecha del operador en la frente del sujeto.

Contacto de la mano derecha del operador y de la mano derecha del sujeto.

Contacto de la mano izquierda del operador y de la mano derecha del sujeto.

Si el sujeto es sensible en el grado que se requiere para experimentar claramente los efectos polares, se observarán en las cinco manipulaciones indicadas los resultados siguientes :

Atracción del cuerpo hacia adelante.

Repulsión del cuerpo hacia adelante.

Repulsión del cuerpo hacia atrás.

Contractura del brazo derecho.

Resolución de la contractura anterior.

Una persona que experimente todas esas reacciones, es siempre un instrumento precioso para el estudio de los elevados fenómenos psíquicos, particularmente para la lucidez sonambúlica y la clarividencia.

Téngase en cuenta que el diagnóstico no es serio más que cuando el sujeto

manifiesta su sensibilidad de un modo perfectamente espontáneo; si no ha sido de ninguna manera guiado, influido por un conocimiento teórico de la cuestión, por indicaciones escapadas a su magnetizador, o por el ejemplo de experimentos provocados en su presencia con otros sujetos. En ciertas escuelas donde se profesa la teoría de que sólo el factor magnético produce todos los fenómenos estudiados en el psiquismo, hemos visto sujetos de experimentos que presentaban automáticamente, por educación, por autosugestión, los fenómenos concordantes con las leyes de la polaridad. Los experimentadores que manejan a tales sujetos piensan ser útiles a la causa del magnetismo, sin tener en cuenta la especie de acción sugestiva que su manera de proceder da a los magnetizados. Ésta es la causa de que sus experimentos sean difícilmente tomados en consideración por los representantes de la ciencia racional. Creemos que obrando en tal forma hacen todo lo contrario a sus fines de vulgarización del magnetismo. La existencia y la potencia de este agente es una verdad que sólo la experimentación realizada en condiciones de observación muy severas puede imponer poco a poco a la atención de la Humanidad.

Si la proporción de las personas que en estado normal son sensibles al magnetismo, no pasa del 33 por 100, es muy distinto entre los enfermos. Todo estado patológico acarrea la sensibilidad. De aquí que todos los enfermos, sin excepción, puedan experimentar los efectos curativos del magnetismo.

6. MAGNETISMO TERAPÉUTICO. — Cuando dos cuerpos se hallan en presencia, el magnetismo del más enérgicamente vibrante se impone al del otro, porque un equilibrio tiende a establecerse entre los dos tonos de movimientos de ondulaciones respectivas. Así la salud puede comunicarse.

Si, por ejemplo, colocamos un consuntivo en el ambiente de un individuo cuya salud está equilibrada, o todavía mejor, de un hiperesténico, este último parece transmitir al enfermo, por ondulación, su propio movimiento vital. Si este contacto radiovibratorio se repite y se prolonga suficientemente, una especie de regeneración se opera en el magnetizado; tal es el principio fundamental del tratamiento de las enfermedades por el Magnetismo.

Algunos taumaturgos de la Antigüedad, mejor dotados que nosotros, más instruidos, más preparados, en posesión probablemente también de un conocimiento más completo del psiquismo, han operado a veces curaciones instantáneas según cuentan los historiadores. El magnetizador moderno debe saber que en el estado de su ciencia y de su desarrollo un esfuerzo prolongado y repetido le es indispensable para curar. De tres a veintiuna sesiones de una hora o de hora y media por semana le son necesarias, según los casos, para reaccionar suficientemente sobre el organismo del enfermo.

Afirmo que ningún experimentador se verá defraudado si obra atendiendo a las directivas indicadas en este volumen. Ayudando la acción magnética a la de los otros tres medios de acción, se consiguen en ocasiones resultados de rapidez inesperada, pero cuando se trata de una enfermedad aguda, de una violenta

perturbación orgánica, de una afección convertida al cabo de los años en estado crónico, un esfuerzo asiduamente sostenido de una buena hora por sesión y la frecuente repetición de las magnetizaciones son indispensables para modificar el estado fisiológico.

Sabiendo equilibrar el magnetismo proyectado según las reglas definidas en los párrafos anteriores se logra infundir en el organismo la fuerza necesaria a las reacciones que conducirán al estado normal. También se consigue sostener la vitalidad desfalleciente, excitar tal o cual función cuya atonía es causa de un desarreglo determinado, calmar los estados inflamatorios y regularizar sintéticamente el juego de los órganos.

Cualquier persona, sobre todo en el estado vibratorio en que la coloca el deseo de aliviar a un ser querido, puede magnetizar curativamente con éxito. Sólo los perturbados y los asténicos son impropios a esta práctica; unos porque sus ondulaciones se dispersan, los otros por miseria fisiológica.

Aunque a veces, en el curso de una magnetización, se produce el sonambulismo, éste no es nunca necesario para curar, y todos los magnetizadores están de acuerdo para proscribirlo de la terapéutica. Las instrucciones precisas con arreglo a las cuales debe ser practicada la magnetoterapia se dan más adelante, en el Libro VI.

7. MAGNETISMO EXPERIMENTAL. — El agente magnético representa un papel muy importante en la producción de los diversos fenómenos psíquicos, pero más particularmente en los que estudiaremos en el Libro III: los «elevados fenómenos» que se obtienen sobre los sensitivos. En la experimentación corriente, es decir, en las investigaciones de los fenómenos que casi puede obtener todo el mundo, la observancia de las leyes del magnetismo es un elemento de éxito ; veremos en el Libro II la aplicación práctica de este principio.

El magnetismo proyectado sobre sensitivos provoca, en el estado de vigilia, atracciones, repulsiones, contracturas y parálisis musculares; determina el estado que se nombra sueño magnético, el cual consta de cuatro períodos mencionados: «estado de credulidad o sugestión», «estado cataléptico», «estado sonambúlico» y «estado letárgico». Estos tres últimos no son exactamente los mismos que los estudiados con iguales nombres en la escuela hipnótica de La Salpêtrière. Los procedimientos del hipnotismo no operan las mismas reacciones psíquicas que la acción magnética. La diferencia de los dos «sueños», el de los magnetizadores y el de los hipnotizadores braudistas, es particularmente manifiesta en el sonambulismo. Vamos a dar los caracteres del sonambulismo magnético. Nuestros lectores podrán compararlo con el sonambulismo hipnótico descrito en el capítulo siguiente. Además, consignaremos aquí, en cursiva, las características propias exclusivamente del sonambulismo magnético:

«El estado sonambúlico — dice H. Durville¹² — presenta varias fases distintas,

¹² H. Durville, Física magnética.

teniendo cada una sus caracteres particulares. Desde el momento en que el sujeto, bajo el efecto de los pases o de la imposición de la mano derecha en la frente, pasa del estado cataléptico al estado sonambúlico, se encuentra en «relación» con su magnetizador y no oye más que a él y a las personas con las cuales su magnetizador le pone en contacto. Es la primera fase.

»Si se dan algunos pases más, muy suavemente, o se presenta la mano derecha en la frente durante un tiempo que puede variar de 10 a 20 segundos, se observará en el sujeto un débil estremecimiento de todo su ser indicando que llega la segunda fase. En ésta la relación continúa, y si tocando al sujeto el magnetizador se pellizca, el sujeto sentirá el dolor en el punto correspondiente: es la «simpatía al contacto».

»Continuando la acción sobre el sujeto, un nuevo estremecimiento indica que éste atraviesa la tercera fase. La relación persiste, y si, sin tocar al sujeto, el magnetizador se pellizca, el sujeto sentirá el dolor en el punto correspondiente. Ésta es la cuarta fase, llamada «simpatía a distancia».

»Continuando todavía su acción, nuevo estremecimiento, y el sujeto llega a la quinta fase, denominada «lucidez¹³, con los ojos cerrados». La relación sigue siempre, pero los fenómenos observados anteriormente no se producen.

»Continuando todavía la acción, se manifiesta un nuevo estremecimiento indicando la entrada en la sexta fase.

»Si se le ruega entonces abrir los ojos, la relación cesa y el sujeto es capaz de ver los efluvios que se desprenden del cuerpo; es la lucidez con los ojos abiertos.»

Cuando se prosigue magnetizando a un sujeto llegado al más profundo estado, el letargo, su sensibilidad se exterioriza a su alrededor, a una distancia que puede alcanzar dos metros y medio. En seguida la radiación se condensa y forma una columna vaporosa a cada lado del sujeto. En un momento preciso la columna de la derecha pasa detrás del sujeto y viene a juntarse con la de la izquierda para formar una columna única. Poco a poco la forma de radiación así condensada se determina en la imagen del mismo sujeto; es el desdoble experimental, comprobado por primera vez, entre los modernos, por el coronel De Rochas de Aiglun, ex administrador de la Escuela Politécnica, y estudiado en todos sus detalles por Héctor Durville, que pudo obtener pruebas fotográficas.

8. ACCIÓN DEL MAGNETISMO SOBRE LA MATERIA. — Siendo el magnetismo una forma de energía fisiológica, su acción puede ser mucho más intensa sobre el organismo que sobre la materia. No obstante, los ensayos intentados con objeto de observar sus efectos sobre los cuerpos inertes tuvieron consecuencias alentadoras. Para descubrir la presencia del magnetismo, numerosos experimentadores han construido aparatos variados, entre los cuales citaremos el dinamos-copio y el

¹³ Por lucidez, se entiende la facultad de percibir seres y cosas que se hallan fuera del alcance de los sentidos y de prever hasta hechos sitúa dos en el futuro.

hioscopio del doctor Collongues; los aparatos de La Fontaine, de Boirac, Crookes, de Thore, el galvanómetro de M. G. de Puyfontaine, el biómetro del doctor Baraduc y el estenómetro del doctor Joire. Un experimentador moderno, M. G. de Tromelin, ha puesto al alcance de todos la comprobación del principio que obra sobre los aparatos precitados imaginando una serie de dispositivos ingeniosamente compuestos con -materiales que todo el mundo tiene a mano.

Uno de esos aparatos consiste en un cilindro vertical colocado sobre un pivote que le permite dar vueltas alrededor de su eje.

El eje será una paja, el pivote un alfiler y el cilindro un pedazo de papel. Todo se coloca sobre un frasco.

Presentando la mano derecha ante el aparato, éste se pone a dar vueltas en sentido inverso al de las agujas de un reloj.

Si se presenta la mano izquierda dará vueltas en sentido contrario.

Experimentando el girador con uno de mis colaboradores, el conde de V., he observado que si uno de nosotros se ocupaba en hacer dar vueltas al aparato, colocando lateralmente la superficie palmar de una de sus manos a una docena de milímetros del cilindro, y el otro iba aproximando la punta de sus dedos a la mano, la rotación disminuía poco a poco hasta detenerse para comenzar de nuevo en sentido inverso.

Un guante de caucho lleno de agua caliente a 40°¹⁴ colocado delante del aparato como si fuera la mano del operador no determina ninguna rotación. Por tanto, el calor no parece ser el agente activo del fenómeno observado. Operando en una habitación bien cerrada y manteniendo el brazo alargado de forma que se encuentre lo más lejos posible del aparato, se elimina la acción posible de las corrientes de aire y de la respiración.

9. VISIBILIDAD DE LOS EFLUVIOS HUMANOS. — En los últimos años, numerosos trabajos sobre las radiaciones emitidas por el cuerpo humano debidos a los señores Charpentier, Blondlot, J. Becquerel, Gilbert, Ballet, Broca, Myers De Arsonval, E. Bichat y A. Zimmern, fueron comunicados a la Academia de Ciencias. Las condiciones de visibilidad de dichas radiaciones no son en la hora actual enteramente conocidas. Sin embargo, daremos a conocer varios experimentos que cada uno puede intentar:

A) Reúnase en una habitación completamente oscura a una docena de personas a las cuales se hará sentar. Colóquese en seguida el operador a dos o tres metros delante del grupo, rogando a sus componentes que le miren, anotando sus impresiones pero sin comunicarlas hasta el final del experimento. Cierta número de ellos (los sensitivos) percibirán su figura con una especie de aureola más o

¹⁴ Es decir, a una temperatura casi igual a la del cuerpo humano.

menos luminosa, coloreada en azul a la derecha y en amarillo anaranjado a la izquierda.

B) En las mismas condiciones que anteriormente, aproxímese al grupo extendiendo sus dos manos, con los dedos separados y dirigidos hacia arriba a 90°. Los sensitivos percibirán en la punta de sus dedos una fluorescencia, especie de agujas luminosas alargándose hacia lo alto.

C) Sumérjase una placa fotográfica, alumbrándose con luz roja, en el baño revelador, con el lado de la preparación debajo. Durante cinco a veinte minutos preséntese una mano por encima de la superficie del líquido, o en la misma superficie o directamente sobre la placa. Fíjese en seguida el clisé así obtenido, que mostrará la acción de los efluvios.

D) Si en el experimento fotográfico anterior preséntanse sobre la placa dos manos de la misma polaridad tocándose por el extremo de los dedos, el clisé mostrará claramente que, de acuerdo con la ley expuesta en el párrafo cuarto del presente capítulo, los efluvios de la misma polaridad se repelen. Si se presentan dos manos de nombre contrario (una mano derecha y una mano izquierda), la atracción polar será visible sobre la foto.

E) Es preciso para este experimento un dispositivo imaginado por Ochorowicz (de la Universidad de Lemberg) y compuesto esencialmente de una fuente de electricidad, de un carrete de Rhumkorf dando dos centímetros de chispa, de un condensador, de una punta de pararrayos y de alambres conductores. El carrete es puesto en comunicación con el aire exterior por medio de la punta del pararrayos (se puede colocar sobre la ventana haciendo pasar el conductor bajo ésta); el otro polo del carrete debe de estar unido al condensador. Hecha la oscuridad, tómese con una mano el condensador y con la otra una lámpara eléctrica. Cada vez que uno de los asistentes aproxime sus dedos al cristal de la lámpara que se sostiene, se verá a ésta iluminarse en el acto.

La luminosidad así producida es mucho más viva, según la persona que la determina sea más intensamente radioactiva. Un anémico, un asténico, iluminarán débilmente la lámpara; el contacto de la mano paralizada de un hemipléjico no la iluminará del todo. Al contrario, un individuo robusto, sanguíneo, hiperesténico, no tendrá más que alargar los dedos a cinco centímetros de la lámpara para que el interior de ésta tenga un brillo muy vivo.

Capítulo II:

EL HIPNOTISMO SENSORIAL

1. La excitación sensorial periférica. — 2. Las dos series de procedimientos. — 3. Condiciones y grados de sensibilidad hipnótica. — 4. Estados clásicos de hipnosis. — 5. Estado cataléptico. — 6. Estado letárgico. — 7. Estado sonambólico.

1. LA EXCITACIÓN SENSORIAL PERIFÉRICA. — La palabra «hipnotismo» innovada por Braid para caracterizar el estado de sueño artificial que obtuvo por medio de la fijación de un punto brillante, sirve comúnmente para designar el conjunto de los fenómenos psíquicos. Durante la segunda mitad del siglo último, la ciencia oficial, fanática del dogma materialista y de las doctrinas de Charcot, quiso reducir a la hipnosis todo lo maravilloso, y ha negado obstinadamente el magnetismo, la lucidez, la acción a distancia y todo lo que la hipnosis no implicaba. El término hipnotismo no debería aplicarse con propiedad más que a dos categorías de procedimientos utilizados por la Escuela de París y la Escuela de Nancy para determinar la hipnosis, ese estado subconsciente que nosotros diferenciamos claramente del sueño magnético. La Escuela de París provocaba el sueño hipnótico por medio de acciones ejercidas sobre los sentidos; de aquí la agregación de la palabra «sensorial» a la de «hipnotismo» para distinguir los trabajos de esta Escuela de los de la Facultad de Nancy, donde el sueño artificial fue considerado como resultante de acciones directamente ejercidas sobre ciertos centros psíquicos — digamos sobre la imaginación—, de la cual se conoce hoy la importancia fisiológica. Vamos a estudiar en este capítulo los procedimientos de la hipnosis sensorial. Los de la Escuela de Nancy, o del hipnotismo producido por sugestión, serán tratados en el capítulo siguiente.

Excitando la función de un sentido, localizando la actividad nerviosa así acaparada, al provocar la mayor intensidad de esta función, se determina una atenuación progresiva o instantánea, hasta una atonía completa de las facultades objetivas (juicio, voluntad, conciencia psicológica). La supresión momentánea del ejercicio de esas facultades no deja subsistir en el individuo más que el automatismo. El hipnotizado es comparable a una persona durmiendo el sueño ordinario en el cual nuestra personalidad objetiva, razonadora, volitiva, cesa de dirigir y de comprobar nuestras actividades mentales subconscientes (imaginación, sensibilidad, emociones, deseos, sentimientos).

En el sueño normal nos parece que ejecutamos los actos en relación con nuestros estados de alma y nuestras incoherentes reflexiones. En la hipnosis, el sujeto se mueve realmente de acuerdo con las incitaciones, las «sugestiones» que le da el hipnotizador.

Como veremos luego, los procedimientos sensoriales no tienen por sí solos, ni

sobre todos los sujetos, unos efectos completos. Diré más todavía, asegurando que operan reacciones psíquicas variables en cada individuo. El experimentador debe recordar sencillamente que su acción general tiende a disminuir más o menos el ejercicio de la conciencia psicológica.

2. LAS DOS SERIES DE PROCEDIMIENTOS SENSORIALES. — Se puede obrar sobre los sentidos de una manera intensa y brusca o dulce y gradualmente. He aquí los principales procedimientos empleados:

Sobre la vista. — Medios bruscos: proyección de una luz viva en los ojos de un sujeto colocado en la obscuridad; fascinación ejercida repentinamente muy cerca de los ojos del sujeto (procedimiento de Donato); fijación de un objeto muy brillante sostenido por encima de los ojos de manera que llegue a determinar un estrabismo superior convergente. Medios graduados: contemplación de un espejo rotativo, de un punto no brillante, de una tela rayada de colores blanco y negro; de la mirada fija, pero dulcemente sostenida, del operador.

Sobre el tacto. — Medios bruscos : presión vigorosa de los puños, del vértice, del plexo solar. Medios graduales: fricciones suaves y ritmadas de los pulgares sobre la frente, de la raíz de las uñas; roces ligeros a los lados de la cara; presión ligera de los globos oculares.

Sobre el oído. — Medios bruscos : golpe de gongo dado de improviso detrás del sujeto; detonaciones violentas¹⁵. Medios graduales: sonido cadencioso de un tamtam; el tictac de un reloj aplicado sobre la oreja; repetición de un ruido monótono cualquiera; audición de una serie de octavas tocadas en el piano.

Los excitantes del gusto y del olfato no han sido utilizados. Se sabe, sin embargo, que los olores violentos como el amoníaco hipnotizan a veces instantáneamente, mientras que ciertos perfumes penetrantes, como el musgo, duermen gradualmente la conciencia, y que los sabores pimentados o ásperos son agentes hipnógenos.

3. CONDICIONES Y GRADOS DE SENSIBILIDAD EN LOS PROCEDIMIENTOS SENSORIALES. — Todas las manipulaciones derivan de la Escuela de La Salpêtrière, donde la experimentación tenía lugar sobre los enfermos atacados de ese género de neurosis que se somete a tratamientos: histeria, epilepsia, hebefrenocatatonía, etc.

Charcot y sus discípulos han considerado la hipnosis como un estado anormal, cuya posibilidad era siempre conexas a un grave desequilibrio o una diátesis nerviosa. En realidad, hay que estar afligido de una sensibilidad mórbida para llegar a la hipnosis total (que comienza en el momento en que la conciencia pierde enteramente su influencia) bajo la acción de los procedimientos sensoriales propios de la Escuela de Charcot; pero esos procedimientos ejercen sobre todo individuo una alteración más

¹⁵ La guerra europea ofreció penosos ejemplos en una numerosa categoría de «conmocionados».

o menos rápida o más o menos grande de la objetividad. Por esta causa es necesario conocerlos y combinarlos en la práctica, la sugestión y la acción telepsíquica.

Todas las personas que, sin estar afectadas de graves neurosis, sienten no obstante el sistema nervioso agotado, debilitado, experimentan claramente los efectos de una acción sensorial. Prevedo ahora que nunca, con ningún pretexto y sobre nadie, se han de utilizar los medios bruscos y violentos, que son peligrosos. Son los únicos de verdad peligrosos, y nuestros lectores encontrarán en la parte práctica (Libro II) un sistema de procedimientos combinados mucho más eficaces que los 'medios sensoriales bruscos, y con el cual es radicalmente imposible perjudicar en nada a las personas que se someten a la experimentación.

4. ESTADOS CLÁSICOS DE LA HIPNOSIS SENSORIAL. — La clasificación de las tres series (catálepsia, letargo y sonambulismo) de los períodos del sueño hipnótico no implica que sobre todo hipnotizado se las pueda observar clara y sucesivamente.

Esos estados, cuya exposición voy a reproducir según los trabajos de La Salpêtrière, fueron objeto de estudio en sujetos especiales (las neurosis de Charcot) y siempre investigado sólo por los procedimientos sensoriales.

La Escuela de Nancy, que se servía únicamente de la sugestión, habiendo excluido los procedimientos de Charcot, que experimentaba sobre personas de todas condiciones, ha observado distinto género de hipnosis al que fue estudiado en París. Tengo la certidumbre absoluta de que el sueño provocado no presenta nunca las mismas características en dos personas diferentes; esas características varían, además, para un mismo sujeto con los procedimientos utilizados. Actualmente he hipnotizado y despertado más de 3.000 individuos de los dos sexos, cuya edad, inteligencia y salud diferían. No encontré más que una cosa constante en el sueño provocado : el efecto de la sugestión sobre la imaginación, el juicio, la voluntad, la memoria, la emotividad, la impresionabilidad, la sensibilidad y las funciones fisiológicas del sujeto. Insistiremos sobre este punto en el curso de experimentación.

Los fenómenos que van a ser descritos como caracterizando los estados clásicos de catalepsia, letargo y sonambulismo sólo tienen lugar espontáneamente sobre sujetos especiales o bien por educación sobre sujetos trabajados.

Véase ahora la descripción que hace Charcot, el célebre maestro del hipnotismo sensorial, de los estados que sus procedimientos determinan¹⁶).

5. ESTADO CATALÉPTICO.— Puede Producirse: A: Primitivamente bajo la influencia de un ruido intenso e inesperado, de una luz viva colocada bajo la mirada, o también en algunos sujetos por la fijeza más o menos prolongada de los ojos, etcétera. B: Consecutivamente al estado letárgico, cuando los ojos, cerrados hasta

¹⁶ Extracto de los informes presentados en la Academia de Ciencias, 1882.

entonces, se encuentran en un lugar claro, descubierto por la elevación de los párpados. El sujeto cataleptizado permanece inmóvil, parece como fascinado. Los ojos se hallan abiertos, la mirada fija, sin parpadeos; las lágrimas no tardan en acumularse y corren sobre las mejillas. Con bastante frecuencia, anestesia de la conjuntivitis y hasta de la córnea. Los miembros y todas las partes del cuerpo conservan casi siempre, durante mucho tiempo, las posiciones, las actitudes, hasta las más difíciles de mantener que se les ha comunicado. Parecen de una gran ligereza cuando se los levanta o se los cambia de sitio, y no se observa ninguna resistencia al doblarlos o extenderlos. La flexibilitas cerea y lo que se ha convenido en llamar «la tiesura del maniquí de los pintores» no existen. Los reflejos tendinosos son abolidos. La hiperexcitabilidad neuromuscular no aparece. Hay analgesia completa; pero algunos sentidos, aunque en parte, conservan su actividad (sentido muscular, visión, audición). Esta persistencia de la actividad sensorial permite con frecuencia impresionar de diversas maneras el sujeto cataléptico y desarrollar en él, por vía de sugestión, los impulsos automáticos y las alucinaciones. Cuando se encuentra de este modo, las actitudes fijas, artificialmente impresas en los miembros o de una manera general en las diversas partes del cuerpo, son reemplazadas por movimientos complejos más o menos coordinados, en relación con la naturaleza de las alucinaciones y de los impulsos provocados. Abandonado a él mismo, el individuo cae en seguida en la actitud en que se hallaba colocado cuando le impresionaron por sugestión.

6. ESTADO LETÁRGICO. — Se manifiesta: A: Primitivamente bajo la influencia de la fijeza de la mirada sobre un objeto colocado a cierta distancia. B: Consecutivamente en el estado cataléptico por la simple oclusión de los párpados o por el traslado a un lugar completamente obscuro.

Frecuentemente, en el momento en que cae en el estado letárgico, el sujeto hace oír un rumor laríngeo muy particular. En seguida se rinde en la resolución como sumido en un sueño profundo. Hay analgesia completa de la piel y de las membranas mucosas accesibles. Los aparatos sensoriales conservan no obstante cierto grado de actividad; pero las diversas tentativas que pueden hacerse para impresionar al sujeto por vía de intimidación o de sugestión quedan con frecuencia sin efecto.

Los miembros están blandos, flojos, colgantes, y, levantados, caen pesadamente cuando se los suelta. Los globos oculares, en cambio, aparecen convulsivos; los ojos cerrados -o entreabiertos, y se observa habitualmente un estremecimiento casi continuo de los párpados. Los reflejos de los tendones son exagerados; la hiperexcitabilidad neuromuscular está siempre presente, aunque en grados diversos. Ésta puede ser general, es decir, extenderse a todos los músculos de la vida animal, rostro, tronco, miembros, o, al contrario, parcial, es decir, ocupar solamente los miembros superiores por ejemplo con exclusión del rostro. El fenómeno de que se trata es puesto en evidencia excitando mecánicamente por presión el tronco de un nervio con ayuda de una varita o de un portaplumas; entonces los músculos que son tributarios de ese nervio entran en contracción.

Los músculos mismos pueden ser directamente excitados de igual forma sobre los miembros, el tronco y el cuello; las excitaciones un poco intensas y prolongadas determinan la contractura de los músculos en acción. En el rostro, al contrario, las contracciones son pasajeras, y no establecen el estado de contractura persistente. Las contracturas se producen también sobre los miembros por el hecho de la percusión repetida de los tendones. Esas contracturas, producidas unas veces por la excitación de los nervios o de los músculos, y en otras ocasiones por percusión ejercida sobre los tendones, se resuelven rápidamente bajo la excitación de los músculos antagonistas.

En el sujeto sumido en el estado letárgico se puede, como hemos dicho hace poco, desarrollar el estado cataléptico instantáneamente cuando en un lugar iluminado se pone el ojo a descubierto levantando los párpados superiores.

7. ESTADO SONAMBÚLICO. — Este estado puede determinarse directamente en ciertos sujetos con la fijeza de la mirada. Se le produce a voluntad en los sujetos sumidos antes en el estado letárgico o en el cataléptico, ejerciendo sobre el vértice una simple presión o una fricción ligera.

Los fenómenos muy complejos que se pueden observar en este estado se someten difícilmente al análisis. Muchos de ellos fueron relegados a segundo término en las investigaciones emprendidas en La Salpêtrière.

Los ojos están cerrados o entreabiertos; los párpados se muestran, por lo general, agitados de estremecimientos; abandonado a sí mismo, el sujeto parece dormido, pero ni aun entonces la desunión de sus miembros es tan pronunciada como cuando se trata del estado letárgico. La hiperexcitabilidad neuromuscular no existe. Con ligeros contactos o también con ayuda del aliento, se puede desarrollar en un miembro una rigidez que difiere de la contractura ligada a la hiperexcitabilidad neuromuscular, en el hecho de que no se resuelve como ésta por la excitación mecánica de los antagonistas y de la inmovilidad cataléptica por la resistencia que encuentra al nivel de las coyunturas cuando se intenta cambiar la actitud de este miembro.

Hay analgesia cutánea, pero al mismo tiempo hiperacuidad de ciertos modos de la sensibilidad de la piel, del sentido muscular y de algunos sentidos especiales (vista, oído, olfato). Es fácil determinar en el sujeto, por vía de inducciones, la ejecución de actos automáticos muy complicados.

La presión de los globos oculares conduce al estado letárgico.

El sonambulismo determinado por los procedimientos sensoriales difiere, como se ve, del de los magnetizadores. Ha servido, sobre todo, para esclarecer los fenómenos de sugestión. La Escuela de París considera la producción preliminar de la hipnosis como indispensable a la eficacia de la sugestión.

Capítulo III:

LA SUGESTIÓN O EL HIPNOTISMO PSICOLÓGICO

1. Idea de la sugestión. — 2. Conciencia y subconsciencia. — 3. Acción de la sugestión sobre el subconsciente. — 4. Hipnosis parcial por sugestión. — 5. Hipnosis total por sugestión. — 6. La sugestibilidad. — 7. Principales efectos de la sugestión dada durante la hipnosis.

1. IDEA DE LA SUGESTIÓN.— Ya hemos visto que los procedimientos sensoriales, actuando sobre los órganos periféricos de los sentidos, determinan una perturbación nerviosa susceptible de producir, entre ciertos predispuestos, ese estado psíquico que se nombra hipnosis. Es el hipnotismo sensorial, cuya técnica procede de lo físico a lo moral, de la periferia nerviosa al centro cerebral.

El hipnotismo «por sugestión» procede inversamente. Sus procedimientos se dirigen directamente al espíritu del sujeto impresionándole intensamente con palabras imperativas, afirmaciones expresivas ayudadas de actitudes, miradas y gestos apropiados. Para obtener con este último método el sueño provocado, el experimentador se esfuerza en conducir al sujeto a pensar que siente las impresiones que preceden ordinariamente al sueño. Fija la atención del sujeto sobre los síntomas del adormilamiento, pesadez de los párpados, inercia mental, embotamiento gradual, etc.; en resumen, obra directamente sobre la idea. Ésta es la razón de que nombre a esos procedimientos hipnotismo psíquico, por oposición al hipnotismo sensorial.

Toda representación mental reacciona sobre el organismo. El hecho de imaginar tal o cual estado psíquico, fisiológico, sensorial, tiende a producir la realización efectiva de dicho estado. El arte de sugestionar consiste, precisamente, en acaparar toda la actividad mental del sujeto evocando en su espíritu las ideas y las impresiones cuya reacción realizaría el fenómeno buscado y en mantenerlo el tiempo necesario para ello.

Algunas nociones de psicología son indispensables para comprender bien cómo obra la sugestión.

2. CONCIENCIA Y SUBCONSCIENCIA. — La actividad psíquica del ser humano consta de dos modalidades: una, objetiva voluntaria, ejerciéndose siempre con propósito deliberado; la otra, subjetiva, automática. Se llama conciencia la primera de las dos modalidades, es decir, el discernimiento, el juicio, el razonamiento, con los cuales tenemos conciencia de nosotros mismos, de los seres y de las cosas. La segunda funciona sin que nosotros prestemos atención; es el

subconsciente, en cuyo dominio hay que colocar los sentimientos, las impresiones, la memoria, la asociación subjetiva de las ideas, la imaginación, etc.

La subconsciencia registra pasivamente todas las impresiones que recibimos del exterior o que nacen espontáneamente en nosotros. Nuestros pensamientos más fugaces, nuestras percepciones más delicadas, se encuentran impresos y reunidos por analogía. El subconsciente no solamente conserva la huella indeleble, sino que nos la rememora bajo el efecto de pensamientos y de percepciones idénticos o conexos, y en sus misteriosas profundidades se elaboran las incitaciones, las inclinaciones, los impulsos...

3. ACCIÓN DE LA SUGESTIÓN SOBRE LA CONCIENCIA Y EL SUBCONSCIENTE. — Cuando una poderosa impresión, o la repetición de una percepción determinada llega a afectar el subconsciente, la actividad de la conciencia tiende a desaparecer más o menos totalmente. A la inversa, cuando la atención, el juicio y el razonamiento cesan de estar despiertos, las facultades del subconsciente, sobre todo la imaginación y la impresionabilidad, se intensifican. Los procedimientos de sugestión se esfuerzan, al mismo tiempo, en distraer la atención objetiva y en impresionar el subconsciente. Es lo que enseñaba a sus alumnos el doctor Liébeault diciéndoles: «Fijad la mirada del sujeto en un punto y su espíritu en la idea de dormir».

Conducir una persona a representarse mentalmente en tal o cual estado es sugestionarla.

En el estado de vigilia una afirmación expresiva dada en tono positivo y penetrante, y repetida suficientemente, produce el efecto correspondiente. De este modo, sugiriendo a una persona, según las reglas del arte, que su voz va a debilitarse a pesar de todos sus esfuerzos, que su garganta se contrae, que su alocución se paraliza, determina en ella una reacción psico-nerviosa, una inhibición que la coloca en la imposibilidad real de articular el menor ruido.

Si se le sugiere la completa atonía de sus facultades objetivas, su conciencia psicológica se entorpece, no tardando en suspender su funcionamiento; es entonces la hipnosis total.

Una vez obtenida la hipnosis, falta sólo ocuparse en distraer la conciencia, encontrándose ésta dissociada del subconsciente; este último acepta pasivamente toda idea, toda imagen que se le sugiere, y que el sujeto obedece automáticamente los impulsos que se le dan.

El hipnotizado se encuentra en una situación análoga a la del sueño natural. ¿Qué ocurre, en efecto, cuando nos entregamos al descanso cada noche?

La conciencia, entorpecida poco a poco bajo el triple efecto de la fatiga diaria, del silencio y de la inmovilidad, deja muy pronto de obrar enteramente. En cambio el subconsciente no se detiene nunca. En el transcurso de la velada advertimos mal su

labor continua, que llega a ser manifiesta en cuanto nos quedamos dormidos. Efectivamente, las impresiones sensoriales percibidas por los sentidos mientras dormimos, las imágenes, ideas, emociones y sensaciones almacenadas durante los días, los meses, los años precedentes, se reúnen, se asocian de un modo extraño; es el sueño o pesadilla. Por absurdo que pueda ser el cuadro que desfila ante nuestros ojos, es admitido sin discusión. Soñamos, por ejemplo, que nos movemos en los aires sin punto de apoyo y aquello nos parece muy natural. Las cosas más inverosímiles tienen en sueños una turbadora realidad. Es sólo al despertar cuando la conciencia, es decir, el juicio y el razonamiento recobran sus funciones y comprendemos las inverosimilitudes de la pesadilla que acabamos de vivir.

La hipnosis por sugestión difiere del sueño natural en que es provocada por un tercero; en que la actividad del subconsciente en lugar de ser anárquica puede ser dirigida por el operador y que el automatismo permanece activo. Se sabe, además, que algunas personas, en su sueño natural, se mueven, hablan, se agitan automáticamente, todo como un hipnotizado; es el sonambulismo natural.

4. HIPNOSIS PARCIAL POR SUGESTIÓN. — Los primeros modernos a quienes se les ocurrió la idea de practicar el «hipnotismo en estado de vigilia» fueron el norteamericano Grimes y su discípulo el doctor Durand de Gros. Demostraron que se puede provocar un estado en el cual un sujeto, teniendo plena conciencia del ascendiente que sufre, se encuentra obligado a ejecutar las sugerencias del operador. Para realizar el estado semihipnótico en cuestión que llamaba «hipotáxico» Durand de Gros, pedía a un cierto número de asistentes a sus conferencias abstrajesen algunos instantes su atención sobre la contemplación de un clavo de cobre fijo en el centro de un disco de metal blanco. Habiendo así distraído su conciencia, sorprendía su subconsciente con varios mandatos enérgicos.

Alfredo de Hont, sobrenombrado Donato¹⁷, cuyo nombre ha quedado sin igual en los fastos de la divulgación experimental del hipnotismo¹⁸, operando en auditorios compuestos de personalidades científicas, literarias y artísticas, provocaba con facilidad inaudita sobre todos los que querían someterse al experimento los fenómenos de alucinaciones, de movimientos automáticos, de perturbaciones sensoriales en el estado de vigilia. Acercándose bruscamente a la persona que quería hipnotizar, aprisionándola en su fijeza, hundía en sus ojos una mirada intensa, haciéndole ejecutar movimientos espasmódicos convergentes. Este procedimiento recibió el nombre de «fascinación».

Pero el experimentador que con más eficacia ha utilizado el poder de la sugestión en sí misma, sin servirse de las pequeñas manipulaciones sensoriales auxiliares de Durand de Gros y de Donato, es mi colega y amigo Alejandro Lapotre¹⁹, que

¹⁷ Muerto en París, en 1900.

¹⁸ Otros experimentadores operan actualmente con el nombre de «Donato».

¹⁹ El profesor Alejandro Lapotre, primitivamente prestidigitador, hace una veintena de años cursó los estudios necesarios para unir a su programa artístico una parte científica de hipnotismo. Da

provoca, con el solo medio verbal, todos los fenómenos obtenidos por los precedentes.

La práctica de la sugestión en estado de vigilia, según las instrucciones que damos en el Libro II, además de atrayente por sí misma, constituye una excelente gimnasia que prepara ventajosamente a la utilización en la vida ordinaria de las formas de sugestión que son admitidas con el deseo de persuadir.

5. HIPNOSIS TOTAL POR SUGESTIÓN. — Los que han «descubierto» la acción de la sugestión lo hicieron tratando de explicar por su acción: 1.º, los efectos del magnetismo fisiológico; 2.º, los fenómenos del hipnotismo sensorial. Magnetismo, procedimientos sensoriales y sugestión son, en realidad, tres medios de acción diferentes que determinan fenómenos psíquicos conexos. Mucho antes que Liébeault y la Escuela de Nancy, Faria, sacerdote portugués, aunque negando el magnetismo, buscaba la causa del sueño lúcido, obtenido por los magnetizadores de su época, durmiendo a sus sujetos al influjo de una imaginación afectada. Introducía a la persona deseosa de someterse al experimento en una habitación donde se encontraban ya dos o tres individuos llegados a ser en extremo sugestibles por frecuentes hipnotizaciones. Comenzaba por sumir a estos últimos en el sonambulismo, con breves e imperativos mandatos. Le era suficiente repetir dos o tres veces: «Dormid...» para provocar en ellos una hipnosis profunda. Esta escena impresionante para el recién llegado le predisponía a sufrir el ascendente del operador, que le aplicaba, casi siempre con éxito, su procedimiento habitual.

La Escuela de Nancy supo dar al método sugestivo una forma dulce, persuasiva, graduada y siempre inofensiva. Al sujeto, cómodamente sentado o tendido, se le invitaba a aflojar sus músculos, a apartar de su espíritu todo temor o pensamiento desagradable y a asociarse voluntariamente a la intención de dormirse, que era la del operador. Este último dirigía dulcemente su mirada sobre los ojos del sujeto repitiéndole en tono positivo que iba a experimentar una especie de entorpecimiento, a sentir pesados sus párpados bajo el influjo de la somnolencia y por último a encontrarse invadido por irresistible deseo de dormir, etc.

En su obra *El sonambulismo provocado*, el doctor Beaunis menciona las estadísticas establecidas en Nancy para valorar la eficacia de la sugestión.

Una de dichas estadísticas, confeccionada por el doctor Liébeault, muestra que de 753 individuos, hombres y mujeres sometidos a su acción durante el ejercicio 1884-85, resultaron 693 hipnotizados. Otra estadística publicada por el doctor Bernheim, discípulo del anterior²⁰, indica 913 hipnotizados en 1.014 ensayos.

continuamente representaciones, en París, durante el invierno, y en los balnearios y playas en verano.

²⁰ Doctor Bernheim, *La sugestión en el estado hipnótico*.

6. LA SUGESTIBILIDAD. — Se denomina ordinariamente «sugestionable» toda persona incapaz de ofrecer a la sugestión una resistencia consciente o inconsciente bastante enérgica para hacerla ineficaz. Siendo la sugestibilidad en el sentido exacto de la palabra junción del subconsciente, se puede fraccionar en dos categorías desde el punto de vista de la sugestión: 1.º, la que incluye a los que, privados de medios de resistencia a la acción en grado máximo, y 2.º la de todos los que, pudiendo ofrecer una resistencia más o menos grande, sólo son relativamente sugestionables.

En lo que se refiere a los últimos veremos en la parte práctica que su resistencia impulsiva o voluntaria puede ser disociada; impulsiva, es del dominio del subconsciente y se basa siempre en alguna impresión o idea fija que el operador puede indagar y que anulará a reserva de tenerla en cuenta en sus fórmulas de sugestión; voluntaria, es ejercida por la conciencia, y en este caso el operador tiene una serie de medios para apartar la objetividad del paciente de su esfuerzo sobre el subconsciente.

Es evidente que la sugestibilidad de una persona varía según la destreza, la agilidad psicológica y la potencia que el sugestionador ha desarrollado en el arte de impresionar. Hay también un factor personal, difícilmente analizable, en virtud del cual un sujeto será hipnotizado con más rapidez, por tal operador que por tal otro, aunque practiquen idénticamente y con fuerza igual.

7. PRINCIPALES EFECTOS DE LA SUGESTIÓN DADA DURANTE LA HIPNOSIS.

— Decíamos al principio de este capítulo que toda representación mental de un estado psíquico o físico mantenido en el espíritu, tiende a realizarse. Es en la hipnosis total donde la idea tiene influencia más rápida y profunda. La hipnosis total comienza en el momento que el sujeto pierde conciencia, a la cual se va llegando por grados. La Escuela del Hipnotismo sensorial estudia, especialmente, tres de esos grados: catalepsia, sonambulismo y letargia. La Escuela de Hipnotismo por sugestión hace también su clasificación de los estados del sueño; somnolencia, sueño ligero, sueño profundo, sonambulismo, etc. Esas distinciones, útiles para fijar las ideas, son arbitrarias, y en la práctica corriente yo considero sencillamente un estado: la hipnosis total, más o menos profunda, sin detenerme a descomponer sus períodos, ni principales ni intermediarios.

Desde que el hipnotizado ha perdido conciencia, la sugestión se le impone de manera irresistible. Psicológicamente acepta todas las afirmaciones que se le dan. Si se le declara que es tal o cual persona lo admite en el acto y se pone a obrar como si lo fuera en realidad. La afirmación provoca igualmente en su ánimo las formas diversas de la emoción, alegría, tristeza, cólera, entusiasmo, etc. Todos los sentidos son alucinables. El sujeto ve, siente, oye, gusta todas las cosas imaginarias de las que el operador le despierta la idea.

A cierto grado de profundidad la hipnosis permite el curioso fenómeno de doble conciencia; el sujeto pierde todo recuerdo a su despertar de lo que ha pasado durante el sueño, inversamente no conserva, dormido, ninguna noción de su

personalidad en estado de vigilia. Pero, dormido de nuevo, recuerda inmediatamente todo lo que ocurrió en las anteriores hipnotizaciones y no tiene noción de los períodos que separan dos hipnosis, como tampoco la duración de la hipnosis misma. Hipnotizado de las tres a las cinco, recobra al despertar el estado de alma en que se encontraba a las tres, en el momento de dormirse. Recíprocamente, recobra desde el primer minuto de la próxima hipnosis sus pensamientos del fin de su último sueño. El doctor Azam ha observado durante varios años en uno de sus sujetos, Félida, una doble conciencia perfecta. Félida, en estado de vigilia, manifestaba un carácter, pensamientos, aptitudes determinados; Félida, en estado de hipnosis, presentaba características muy diferentes; tenía una segunda personalidad.

Fisiológicamente, la sugestión hipnótica, además de su influencia general, obra localmente sobre tal o cual órgano, sobre tal o cual función. Para dar una idea de la profundidad de sus efectos, basta citar dos de los principales fenómenos que realiza: la anestesia y la vesicación. La insensibilidad completa puede, efectivamente, ser obtenida por sugestión hipnótica, de forma que permita toda clase de intervenciones quirúrgicas; los doctores Braid, Cloquet, Loysel, Fanton, Toswel, Joly, Ribaud, Kiario, Broca, Follín, Guérinau, Esdaille, Eliotson etc. desde los primeros tiempos del hipnotismo han practicado operaciones tales como la ablación de cánceres, el fibromioma, la laparotomía, la amputación y partos sin dolor por medio de la anestesia sugerida.

La vesicación hipnótica fue sospechada, en los comienzos, por diversos especialistas que buscaban la explicación racional del fenómeno de estigmatización religiosa. Es sabido que con la aspiración de «unirse a los sufrimientos de Cristo» algunos religiosos, frailes y monjas, se entregan a una práctica que consiste en solicitar ardientemente de la Divinidad, durante horas y días, unas llagas semejantes a las que, según sus creencias, fueron infligidas a Jesús por sus verdugos; en particular las de la corona de espinas y las de los clavos hundidos en sus manos y en sus pies. Esta práctica contemplativa surte a veces efecto, y en multitud de ocasiones se pudo comprobar en los que la observaban la formación de estigmas sangrientos.

Los doctores Bourru y Burot de Rochefort y, por otra parte, el doctor Liébeault y Focachon, realizaron experimentalmente la estigmatización, sugiriéndola pura y simplemente. Después el fenómeno ha sido muchas veces renovado. Se encuentran numerosos ejemplos en las obras sobre el hipnotismo médico²¹. La precisión de la vesicación sugerida no cede en nada a la de los estigmas religiosos; para realizarla se trata con la punta de un cortapapel de madera una palabra o una figura sobre tal o cual sitio de la piel del sujeto y se le sugiere que sangrará en tantos minutos en todos los lugares donde la punta ha tocado. Y la inscripción, primero invisible, aparece gradualmente en rojo; después la sangre se pone a perlar²².

²¹ Véase particularmente: Beaunis, El sonambulismo provocado, y Cullere, Magnetismo, Hipnotismo. Ver también las obras de Liébeault, Bernheim, Liegeois y Berjon.

²² El doctor Imbert-Gourheyre peca de demasiado ligero declarando «imposible» el sudor de sangre, a menos de una causa sobrenatural. Ver su trabajo: El Hipnotismo y las Estigmatizaciones. París,

La aplicación de la sugestión al tratamiento de las enfermedades nerviosas y orgánicas, ha marcado el principio de una era nueva en el arte de curar. Primitivamente se sugestionaba siempre al enfermo después de haberle puesto en estado hipnótico, pero se ha reconocido poco a poco que la hipnosis no es necesaria; la sugestión dada en un simple estado de pasividad psico-física es de una eficacia comprobada por la experiencia. A la forma imperativa, que se empleó sólo al principio del hipnotismo, han substituido otras modalidades de la sugestión, particularmente la forma persuasiva, la forma razonada y la sugestión indirecta²³. En el mayor número de casos no se efectúa, propiamente hablando, la terapéutica sugestiva: se hace psicoterapia. Ahora bien, nadie, aunque sea el más sabio de los médicos, de los fisiologistas y de los psicólogos, puede improvisarse psicoterapeuta sin estar primeramente preparado en el manejo de los fenómenos del hipnotismo, de la sugestión en estado de vigilia; sin haber adquirido una práctica, llegada a ser habitual, las cualidades que dan la fuerza a un sugestionador y que prestan eficacia a sus sugestionos, indirectas o razonadas, imperativas o persuasivas.

El médico contribuye enormemente a la curación de sus enfermos con su influencia personal, con su prestigio, con las impresiones consoladoras que sabe dar. Si es hipnotizador podrá impresionar en ese sentido en grado máximo.

Toda persona que por medio de la práctica ha desarrollado sus cuatro medios de acción, aplicando convenientemente el magnetismo y la sugestión, puede aliviar todas las enfermedades y curar el mayor número de éstas.

1899. Bloud, editor.

²³ Ver en esta obra, Libro V: Terapéutica, y Libro XI: Aplicaciones personales.

Capítulo IV

LA ACCIÓN TELEPSÍQUICA

1. Magia y hechicería. — 2. El hechizo.— 3. Hechos modernos de comunicación de pensamientos a través de la distancia. — 4. Hechos de sugestión mental. — 5. Ensayo de síntesis.

1. MAGIA Y HECHICERÍA.— El conceptualismo metafísico de los antiguos iniciados, la técnica experimental de su poder legendario, han sido objeto, en la segunda parte del siglo xix, de una importante tentativa de reconstitución que llegó a crear una verdadera escuela filosófica llamada neo-ocultista. Fabre de Olivet, De Alveydre, Eliphas Levi, Stanislas de Guaita, Péladan y Papus fueron los principales pilares de dicha escuela. Sus trabajos muestran que los fenómenos psíquicos eran conocidos de los antiguos y que los poderes supranormales de los magos residían en la virtuosidad, con la que sabían provocar esos fenómenos, en la intensidad con que podían obrar a distancia sobre el pensamiento, la voluntad y el organismo humano.

La magia caldeo-egipcia—y la hechicería, de la que es empirismo — consideran la voluntad humana como un poder susceptible de poner en acción, mediante ciertas operaciones, las fuerzas desconocidas y los seres invisibles. La escuela denominada «teosófica», que toma sus enseñanzas del esoterismo indo (en el cual se han inspirado probablemente Caldea y Egipto), señala que los pensamientos emitidos por el hombre son verdaderas fuerzas accionadas y dirigidas por la voluntad. Todas las prácticas derivadas de esas concepciones, en el deseo de actuar a distancia sobre otro, concurren, en definitiva, a realizar un esfuerzo intenso y sostenido para pensar en lo que se quiere obtener y en quererlo con intensidad.

«Las operaciones mágicas — nos dice Eliphas Leví en su Dogma y ritual de alta magia — son el ejercicio de un poder natural, pero superior a las fuerzas ordinarias de la Naturaleza. Debemos considerarlas como el resultado de una ciencia y de una costumbre que exaltan la voluntad humana más allá de sus límites normales.»

Los sortilegios y talismanes de magia y de hechicería que hemos descrito en nuestro libro *Historia razonada del magnetismo*, están llenos de fórmulas y de signos con frecuencia ininteligibles, en extremo difíciles de realizar en las condiciones deseadas, y que deben ser grabados, dibujados o escritos por el mismo hechicero sobre los pentáculos²⁴, las medallas u objetos diversos. Al comienzo de la Edad Media esos dibujos sólo tenían un fin: el desarrollo de la voluntad. Eliphas Leví²⁵, completamente de esta opinión, añade lo que sigue: «Todas esas figuras,

²⁴ Estrella de cinco puntas, usada en Ocultismo.

²⁵ Véase, de este autor, *Ciencia oculta y magia práctica*.

todos esos actos análogos a las figuras, toda esa ordenación de números y de caracteres, no son más que instrumentos de educación para la voluntad, para la cual fijan y determinan los hábitos. Sirven, además, para reunir de conjunto, en la acción, todas las potencias del alma humana, y aumentar la fuerza creadora de la imaginación. Es la gimnástica del pensamiento que se ejercita en la realización; de modo que el efecto de tales prácticas es infalible, como la misma Naturaleza, cuando están hechas con una confianza absoluta y una perseverancia inquebrantable.»

2. EL HECHIZO — Entre las prácticas de los hechiceros, es decir, de los experimentadores iniciados en la práctica pero no en las leyes de la ciencia oculta, la más conocida es seguramente el hechizo. Hechizar a una persona es ejercer sobre ella una influencia que puede tener por objeto alterar su salud, y entonces el hechizo se llama «de odio»; o por el contrario, hacerse amar, lo que constituye el hechizo «de amor». Esas prácticas se han vulgarizado, sobre todo desde la Edad Media, pero remontan a la más alta antigüedad. En agosto de 1913, Mr. Franz-Cumont ha presentado en la Academia de Inscripciones y Bellas Letras una curiosa figurita de hechizo, procedente de la época alejandrina y que acaba de ser descubierta en Atenas, lo cual prueba que ya en dicha época, como en el siglo XVII, se servían de la imagen de una persona para hechizarla. Esta efigie, dibujada o en estatua, la tenía a su vista el hechicero, mientras se colocaba en un estado de excitación psíquica, confinando en el frenesí para retener en su pensamiento la imagen mental del hechizado.

La eficacia del hechizo se halla atestiguada por la historia de todos los tiempos; pero no queriendo referirnos a narraciones muy lejanas, sospechosas de haber sido gradualmente exageradas por sus copistas sucesivos, citemos dos hechos modernos referidos por Flammarión, el ilustre astrónomo, en su obra *Lo desconocido y los problemas psíquicos*:

«En una aldea de los alrededores de París, fue puesto en venta judicial un terreno de labranza. Aunque el tipo de la subasta era irrisorio, no se hizo ninguna oferta, porque el terreno había sido embargado al abuelo G..., que tenía fama entre los aldeanos de ser un brujo peligroso. Después de una larga vacilación, un labrador llamado L..., seducido por el precio, se arriesgó a adquirir el campo.

»A la mañana siguiente, nuestro hombre, con la azada al hombro, se dirigía cantando a su nueva propiedad, cuando un objeto siniestro atrajo sus miradas; era una cruz de madera en la cual estaba atado un papel que contenía estas palabras: “Si hundes la azada en ese campo, un fantasma vendrá a atormentarte de noche.” El labrador derribó la cruz y se puso a trabajar la tierra, pero con ánimo decaído; pensaba, involuntariamente, en el fantasma anunciado y abandonó su faena para volver a casa y acostarse; los nervios, excitados, no le dejaron dormir. A media noche vio una larga figura blanca pasearse en su habitación y que al pasar cerca de su lecho murmuró: “Devuélveme mi campo.”

»La aparición se renovó las noches siguientes. El labrador fue atacado de fiebre. Al

médico que le interrogó sobre la causa de su enfermedad, le hizo el relato de la visión que le obsesionaba, declarando que el abuelo G... le había echado un maleficio. El médico mandó venir a este hombre, interrogándole en presencia del alcalde de la aldea. El hechicero confesó que diariamente, a media noche, se paseaba en su casa cubierto con una sábana blanca, con objeto de hacer desesperar al poseedor de su campo. Bajo la amenaza de que sería detenido si continuaba, se mantuvo tranquilo. Las apariciones cesaron y el labrador recobró la salud.

»¿Cómo el hechicero, paseando en su casa, podía ser visto del aldeano cuya morada se encontraba a un kilómetro de su propio alojamiento?»

En este ejemplo se pueden interpretar los hechos como alucinación resultante de la idea fija del aldeano impresionado por algunas palabras del singular mensaje que encontró en su campo. El segundo es más significativo.

Habiendo sufrido el doctor Recamier un percance en su carruaje, se puso en busca de un carretero y, advertido por la muestra de uno de ellos, entró en su casa, encontrándolo enfermo y en el lecho.

«Se vio obligado — dice Flammarión — a que fueran en busca de uno de sus colegas habitante en la población vecina. En tanto que se reparaba la avería, el doctor Recamier volvió a entrar en la casa del aldeano enfermo, preguntándole el origen de su mal. El carretero respondió que su enfermedad provenía de la falta de sueño: “No podía dormir porque un calderero habitante en el otro extremo de la aldea y a quien se había negado a dar su hija como esposa, lo impedía golpeando toda la noche sobre sus calderos”.

»El doctor fue en busca del calderero y le dijo sin más preámbulo.

»—¿Por qué golpeas toda la noche tus calderas?

»—¡Diantre!—respondió—. Es para impedir que Nicolás se duerma.

»—¿Y cómo puede oírte Nicolás, que vive a media hora de esta casa?

»—¡Oh! ¡Oh! —replicó el aldeano sonriendo con gesto malicioso—. Yo sé muy bien que me oye.»

Recamier recomendó al calderero que cesara en sus golpes, amenazándole con hacerle perseguir si el enfermo se moría. A la noche siguiente el carretero durmió tranquilamente. Varios días después reanudaba sus ocupaciones.

En los comentarios con que acompaña el relato del hecho, el doctor Recamier lo atribuye al poder de la voluntad, de la cual no conocía aún toda la energía, revelándose espontáneamente en un aldeano inculto. El fenómeno, por otra parte, no parecerá extraordinario a los que no conocen el magnetismo.

En nuestros días el hechizo es practicado con mucha más frecuencia de lo que se cree generalmente, y si mi testimonio tuviera algún valor, citaría aquí varios casos observados que muestran de modo indudable la eficacia a distancia de pensamientos concentrados, intensos, precisos y largamente sostenidos.

3. HECHOS DE COMUNICACIÓN DE PENSAMIENTOS A TRAVÉS DE LA DISTANCIA. — Sucede frecuentemente que entre dos personas que han llegado a la relación psíquica, por afinidad de ideas o de sentimientos, se establecen de modo espontáneo estados de alma con verdaderas comunicaciones de pensamientos. Flammarión, ya citado, ha reunido sobre este orden de hechos millares de observaciones en las que no puede invocarse el factor «coincidencia».

Personalmente he observado algunos casos, pero en esta materia prefiero dejar la palabra a una autoridad científica universalmente conocida. Extracto de Lo desconocido y los problemas psíquicos las dos relaciones que siguen:

«El doctor Aimé Guimard, cirujano de los Hospitales de París, expone el hecho siguiente:

»Una noche del mes de septiembre me retiré a descansar, como de costumbre, hacia las once y media; serían las dos de la madrugada, me sentí atacado de un rabioso dolor de muelas de los más insoportables y ya no pude cerrar los ojos. Sufría bastante al no poder dormir, pero esto no me impidió pensar en mis asuntos corrientes. Como estaba a punto de concluir una memoria sobre el tratamiento quirúrgico del cáncer de estómago, pasé las horas meditando sobre el tema y haciendo el plan de mi último capítulo. Con frecuencia mi trabajo mental era interrumpido por contracciones dolorosas y decidí ir muy de mañana a casa de mi vecino el dentista Marcial Lagrange para extraer la muela enferma.

»Insisto sobre este punto; durante tan largo insomnio mi pensamiento estuvo absolutamente concentrado en los dos objetos (y eso con mayor intensidad, puesto que reinaban la calma y la oscuridad a mi alrededor); de una parte mi memoria sobre el tratamiento quirúrgico del cáncer de estómago en el que estudio la extirpación del tumor con el bisturí; y de otra parte el dentista citado y la ablación de mi muela.

»A las diez de la mañana llegué al salón de espera, y en cuanto Marcial Lagrange levantó la cortina de su gabinete, dijo con voz turbada: —¡Qué cosa más extraña! He soñado con usted toda la noche.

»Le respondí bromeando: —Espero que no habré sido mezclado en nada desagradable.

»—Fue una horrible pesadilla — me respondió—; yo sufría un cáncer en el estómago y estaba obsesionado con la idea de que usted iba a abrime el vientre para curarme.

»Ahora bien, afirmo que Marcial Lagrange ignoraba en absoluto que aquella noche estudiase yo precisamente el problema del cáncer; no nos habíamos visto desde hacía más de seis meses, ni tenemos amigos comunes.»

Véase otro hecho relatado a Flammarión por el profesor Venturi, médico de Girifalco:

«En julio de 1885 — dijo el doctor Venturi — yo habitaba en Nocera y un día fui con un compañero a hacer una visita a mi hermano en Pozzuoli, a tres horas de ferrocarril.

»Dejé en mi casa a toda mi familia en buena salud. Casi siempre me quedaba dos días en Pouzzuoli, y en ocasiones algo más. Llegamos a las dos de la tarde. Después de la comida teníamos el proyecto de hacer una excursión en barco con mis padres. De improviso me detuve pensativo y, tomando una resolución enérgica, declaré que no quería embarcar y en cambio iba a regresar inmediatamente a Nocera. Me preguntaron, llenos de extrañeza, y aunque comprendía la extravagancia de mi decisión, no vacilé, porque experimentaba un deseo irresistible de volver a mi casa.

»Viendo mi resistencia, me dejaron partir. Mi compañero me siguió de mala gana. Alquilé un cochecito con un caballo flaco y tardo que iba al paso en lugar de trotar. De pronto, temiendo perder el tren de las siete de la tarde (que era el último), apremié al cochero, pero su pobre bestia no avanzaba. Finalmente, bajamos y se logró encontrar otro coche en el que llegamos a tiempo de tomar el tren.

»Mi casa en Nocera está situada a trescientos metros de la estación, pero no tuve paciencia de hacer el trayecto a pie y subí en el coche de un amigo, abandonando a mi compañero. Llegado a mi casa, palidecí al encontrar en ella cuatro médicos: Ventrà, Carger, Roscioli y el de la población; todo el mundo rodeaba el lecho de mi querido hijo, atacado de difteria y amenazado de muerte. La enfermedad no se conocía en la región. La difteria se declaró en mi hijo por la tarde, acaso en la misma hora en que sufrí la obsesión de volver a mi casa cuanto antes. Tengo la alegría de haber contribuido por esta causa a su curación. Mi esposa, antes de mi llegada, gritaba llamándome con angustia.»

4. SUGESTIÓN MENTAL. — Gracias a los vulgarizadores del hipnotismo, a los Donato, a los Hansen, a los Pickmann, a los Lapotre, se ha impuesto a la atención mundial el problema de los fenómenos psíquicos, obligando poco a poco a las Academias y a los sabios oficiales a tomarlos en consideración y desprenderlos de su empirismo primitivo. Los hipnotizadores trataron siempre de hacer la sugestión mental, es decir, de obtener de sus sujetos la ejecución de órdenes íntimas mentalmente. No hay un experimentador aficionado que no haya adquirido la certeza de esta posibilidad; pero sea considerado como adquisición de la ciencia, se preocuparon desde hace mucho tiempo en establecer indiscutiblemente la realidad de la sugestión mental. Voy ahora a poner al lector enfrente de su veredicto.

Describiremos, en primer lugar, los experimentos llamados «de El Havre», tal como los refiere el profesor Ochorowicz, de la Universidad de Lemberg:

«El 24 de agosto — dice —, a mi llegada a El Havre, encontré a los señores Gibert y Janet de tal manera convencidos de la realidad de la acción a distancia, que se prestaron gustosamente a las minuciosas precauciones que les impuse para comprobar el fenómeno.

»El señor F. Myers, el doctor Myers, miembros de la Society for psychical Researches, el señor Marillier, de la Sociedad de Psicología, y yo, formamos una especie de comisión, y los detalles de todas las experiencias fueron ordenados por nosotros de común acuerdo.

»He aquí las precauciones que nos han guiado en dichos ensayos:

»1.º La hora exacta de la acción a distancia fue echada a la suerte.

»2.º No se comunicó a Mr. Gibert hasta varios minutos antes del término, y en seguida los miembros de la comisión marcharon al pabellón donde habita el sujeto.

»3.º Ni el sujeto, ni ninguno de los habitantes del pabellón, situado cerca de un kilómetro de distancia, tenían conocimiento de la hora exacta, ni siquiera del género de experimento que iba a tener lugar.

»Para evitar la sugestión voluntaria, ni a nosotros, ni a ninguno de los señores que nos acompañan se les permite entrar en el pabellón para comprobar el sueño.

»Se decide hacer la experiencia de Cagliostro: dormir al sujeto y hacerle venir a través de la ciudad.

»Eran las ocho y media de la noche. Gibert consiente. Se saca a la suerte la hora exacta. La acción mental debía comenzar a las nueve menos cinco y durar hasta las nueve y diez. En aquel momento no había nadie en el pabellón, a excepción de madame B... y la cocinera, que no esperaban ninguna tentativa de nuestra parte. Nadie había entrado en el pabellón. Aprovechando esta ausencia, las dos mujeres entraron en el salón, distrayéndose en «tocar el piano».

»Después de las nueve llegamos a las inmediaciones del pabellón. Silencio.

»La calle está desierta. Sin hacer el más leve ruido nos dividimos en dos grupos para vigilar la casa a distancia.

»A las nueve y veinticinco veo una sombra aparecer en la puerta del jardín. Era la sonámbula. Me arrincono para escuchar sin ser notado.

»No oigo nada; la sonámbula, después de estar un minuto en la puerta, se ha retirado al jardín.

»En aquel instante el señor Gibert no actúa; a fuerza de concentrar su pensamiento, ha tenido una especie de síncope o de entorpecimiento que dura hasta las nueve y treinta y cinco.

»A las nueve y media la sonámbula reaparece de nuevo en el umbral de la puerta y esta vez se precipita sin vacilar a la calle, con el apresuramiento de una persona que anda retrasada y que debe absolutamente alcanzar su objeto. Los señores que se encontraban en su camino no han tenido tiempo de prevenirnos, ni al doctor Myers ni a mí. Habiendo oído pasos precipitados, nos pusimos a seguir a la sonámbula, que no veía nada a su alrededor, o al menos no nos ha reconocido.

»Llegada a la calle del Bard, empieza a vacilar, se detiene un momento y parece que va a caer.

»De improviso, reanuda vivamente su marcha. Eran las nueve y treinta y cinco. (En este momento, Gibert, vuelto en sí, recomienza la acción.) La sonámbula marcha ligera, sin inquietarse de lo que la rodea.

»En diez minutos, nos encontramos cerca de la casa del señor Gibert, cuando éste, creyendo el experimento fracasado y extraño de no vernos de regreso, nos sale al paso y se cruza con la sonámbula, que mantiene siempre sus ojos cerrados.

»Ella no le reconoce. Absorta en su monomanía hipnótica, se precipita en la escalera seguida por todos nosotros. Gibert quiere entrar en su gabinete, pero yo le tomo la mano y le conduzco a una habitación opuesta a la suya.

»La sonámbula, muy agitada, busca en todas partes, tropieza contra nosotros sin sentir nada; entra en el gabinete y tantea los muebles, repitiendo en tono desolado: "¿Dónde está? ¿Dónde está el señor Gibert?"

»Entre tanto el magnetizador permanece sentado y encogido, sin hacer el menor movimiento. Ella entra en la habitación, casi le roza al pasar, pero su excitación le impide reconocerle. Fue entonces cuando Gibert tuvo la idea de atraerla mentalmente, y a consecuencia de esta voluntad o por una simple coincidencia, desanda el camino y atrapa al doctor, cogiéndole las manos.

»Una alegría loca se apodera de la sonámbula. Salta sobre el canapé como un niño y palmorea gritando: "¡Aquí está! ¡Aquí está, por fin! ¡Ah, qué contenta estoy!"»

(Ochorowicz: La sugestión mental.)

En su obra *El sueño provocado y los estados análogos*, el doctor Liébeault, reproduce un juicio verbal establecido a consecuencia de las experiencias emprendidas por Stanis-las de Guaita, el célebre autor de *La llave de la Magia negra*, y el propio Liébeault, en Nancy, el 9 de enero de 1886. He aquí el texto in extenso:

«Los abajo firmantes, Liébeault (Ambrosio), doctor en medicina, y De Guaita

(Stanislas), publicista, los dos residentes actualmente en Nancy, testificamos y certificamos haber obtenido los resultados siguientes:

»1.º La señorita Luisa L..., dormida en el sueño magnético, fue informada de que iba a tener que contestar a una pregunta que le sería hecha mentalmente, sin intervención de ninguna palabra ni de ningún signo. El doctor Liébeault, con la mano apoyada en la frente del sujeto, se recogió un instante, concentrando su propia atención en la pregunta: “¿Cuándo estará usted curada?”, que deseaba hacer.

»Los labios de la sonámbula se movieron de improviso.

»—Muy pronto — murmuró claramente.

»Se la invitó entonces a repetir delante de todas las personas presentes la pregunta que ella había percibido instintivamente. La dijo en los mismos términos con que fue formulada en el espíritu del experimentador.

»2.º El señor De Guaita, habiéndose puesto en relación con la magnetizada, le hizo mentalmente otra pregunta:

»—¿Volverá usted la semana próxima?

»—Quizá — fue la respuesta del sujeto.

»Invitada a comunicar a las personas presentes la pregunta mental, respondió la magnetizada:

»—Usted me ha preguntado si volverá la semana próxima.

»Esta confusión originada por una palabra de la frase es muy significativa. Se diría que la joven ha tropezado leyendo en el cerebro del magnetizador.

»3.º El doctor Liébeault, con el fin de que ninguna frase indicativa fuese pronunciada, ni en voz baja, escribió sobre una tarjeta :

»—Señorita, al despertar, verá su sombrero negro transformado en sombrero rojo.

»La tarjeta fue leída por todos los testigos; después, Liébeault y De Guaita colocaron en silencio sus manos sobre la frente del sujeto, formulando mentalmente la frase convenida. Entonces la joven, instruida de que vería en la habitación algo insólito, fue despertada. Sin vacilación alguna se fijó en seguida en su sombrero, y con una fuerte carcajada gritó que aquél no era su sombrero, que ella no lo quería. Aunque su forma le pareciera la misma, dijo que la broma había durado bastante y que le devolvieran el suyo.

»—¿Pero en qué lo encuentra usted cambiado?

»—Ya lo saben; ustedes tienen ojos como yo.

»—¿En qué se diferencia?

»—Fíjense bien que es completamente rojo.

»Como se negara a tomarlo, hubo que poner fin a su alucinación, afirmándole que iba a volver a su color primitivo. El doctor Liébeault sopló sobre el sombrero y, desaparecida la anormalidad de su visión, consintió la joven en recobrarlo.

»Tales son los resultados que certificamos haber obtenido conjuntamente. En fe de lo cual hemos redactado el presente informe.

» Stanislas de Guaita. A. A. Liébeault.»

5. ENSAYO DE SÍNTESIS. — Nosotros cambiamos continuamente con los demás verdaderas corrientes psíquicas de una modalidad de acuerdo con la naturaleza de los pensamientos emitidos, y de una intensidad actuante proporcional a la precisión, a la energía y a la continuidad de dicho pensamiento. ¿A qué conduce la Magia a sus adeptos como no sea a emitir voliciones concentradas y sostenidas? ¿A qué riman las absorciones de excitantes y las prácticas de la hechicería como no sea a substituir el entrenamiento metódico de la voluntad con los estados de exaltación pasional indispensables al hechicero para lograr reproducir y exteriorizar las fuerzas psíquicas? ¿Cómo tienen lugar las comunicaciones de pensamientos observadas entre los modernos? Cuando un peligro amenaza a una persona, la impulsa, en su excitación nerviosa, a pensar inconsciente o conscientemente en un pariente, un amigo, un ser en relación de afinidad...

Todos esos hechos notables son las manifestaciones perceptibles de la acción telepsíquica; son los que su relieve señala a la atención; nosotros no advertimos nada, a menos de llevar mucho tiempo observándola, de la influencia continua que ejercemos unos sobre otros con los pensamientos emitidos.

Los ocultistas de la Escuela cabalística, tales como Péladan, Papus, Guaita, así como los teósofos budistas de la Escuela Blavatsky, Leadbeater, Besant, tienen razón cuando pretenden con Mulford y Atkinson que nuestros más fugitivos pensamientos son fuerzas que tienen sus rangos entre las casualidades.

Esas fuerzas reaccionan sobre las otras energías psíquicas de igual modalidad o de modalidades antagónicas.

Lo mismo que las ondas hertzianas, las del pensamiento son recibidas si están animadas de energía emisora suficiente; son percibidas si encuentran una mentalidad receptora, es decir, presentando con el psiquis emisor la debida afinidad. Se realiza entonces la comunicación de pensamientos; y esas ondas se imponen, hasta en desacuerdo con la naturaleza de las del sujeto al cual se les destina, si su intensidad, su pureza, su continuidad son lo bastante poderosas para eso²⁶.

²⁶ Ver nuestra obra: El Hipnotismo a distancia, que trata a fondo la cuestión telepsíquica.

En la experimentación corriente hay que tener en cuenta el factor «acción telepsíquica»; en la aplicación de la ciencia estudiada en este libro al tratamiento de las enfermedades, esta acción telepsíquica es igualmente un elemento importante; por último, en la vida, en los negocios, en la educación del pensamiento, es la base de la llamada influencia personal que me parece el tónico de la aplicación juiciosa de las leyes del magnetismo, de las reacciones sensoriales y de la sugestión.

LIBRO SEGUNDO

**CURSO PRÁCTICO PARA LA OBTENCIÓN DE LOS FENÓMENOS CORRIENTES
DEL MAGNETISMO Y DEL HIPNOTISMO**

Capítulo Primero:

LA PERSONALIDAD DEL EXPERIMENTADOR

1. La influencia personal. — 2. Los elementos de ese poder. — 3. Las condiciones de su desarrollo. — 4. Saber y querer.

1. LA INFLUENCIA PERSONAL. — Como Jourdain, que llevaba treinta años haciendo prosa sin saberlo, tú ejerces, lector, mucho antes de haber leído este libro, esa misma influencia que se trata ahora de aplicar según reglas determinadas para obtener fenómenos precisos. En varias circunstancias has comprobado seguramente tu atracción simpática sobre tal o cual persona. Más de una vez te animó el éxito de hacer compartir a uno o varios interlocutores en tu manera de opinar. En la vida exterior, en los negocios, ¿no has hecho con frecuencia un esfuerzo para causar «buena impresión», para crear en los otros un estado de ánimo favorable a la realización de tu objetivo? Rozando suavemente los cabellos de tu hijo enfermo, cogiendo entre las tuyas sus manitas, le has, inconscientemente, magnetizado, lo mismo que has contribuido a curarle por la acción psíquica de tu deseo sostenido y ardiente de verle recobrar la salud. Quizás estés tu mismo muy bien dotado. Tal vez los deprimidos crean encontrar algún consuelo cerca de ti; puede que observes cómo te buscan en general y que gozas de una especie de prestigio sobre los que se te aproximan con frecuencia; acaso influyes fácilmente sobre el pensamiento de tus semejantes y llegues a dominar con toda plenitud las individualidades y los acontecimientos antagónicos de tu voluntad.

Inversamente es posible que, maltratado por los diversos elementos del determinismo, por la herencia, por el azar del nacimiento, por las primeras circunstancias de tu vida, te falte influencia. Es posible que tú que lees las presentes líneas seas física y moralmente débil, oprimido en el torno social, tiranizado por una dependencia abrumadora, deprimido por la comprobación de tu insuficiente energetismo, debilitado psíquicamente por continuos fracasos, por la actitud de los demás con respecto a ti. Tal vez se haya impuesto poco a poco en tu espíritu el convencimiento de que toda lucha para la expansión de tu personalidad era inútil, y las gentes y las circunstancias te parecen colaborar estrechamente en hacerte pagar con todas tus energías los medios materiales de vivir...

Entonces este libro tiene para ti una importancia mayor que para cualquier otro, porque contiene, positivamente, las indicaciones deseadas para cambiar tu vida transformándola en una fuerte individualidad. Los más ilustres entre los que han tratado el problema de la influencia personal, Emerson, Prentice, Mulford, Atkinson, están unánimes en afirmarte, lo mismo que yo, que cualquiera que sea tu apariencia exterior, estado de salud, edad, facultades y las condiciones de tu vida actual, puedes poner en actividad y efectuar el desarrollo sistemático de las energías que

se hallan en ti en estado latente y llegar a ser fuerte y dueño de adquirir una seguridad imperturbable ante no importa quién y una confianza interior absoluta en ti mismo. De igual manera puedes equilibrar tu organismo, tener influencia sobre tus semejantes y obrar ventajosamente sobre los acontecimientos con esa firmeza y esa constancia en las ideas que implican el éxito...

Si yo pudiera verte y hablarte, te convencería de todo eso sin sombra alguna de duda.

Todo se compra y se paga, según el dicho de un maestro, y actualmente es necesario hacer un esfuerzo. Yo te lo presento en dos formas: el ejercicio gradual de tus facultades psicomagnéticas tales como ellas son al presente por la práctica de las experiencias que van a seguir y, por otra parte, la observancia de las indicaciones dadas en el Libro VII para realizar las mejores condiciones físicas y morales de ese desarrollo y aplicar tu influencia a la vida corriente.

Puedes iniciarte a la vez en esas dos partes de enseñanza.

2. LOS ELEMENTOS DEL PODER. — De los cuatro capítulos que constituyen la primera parte de esta obra, se deduce que el ser humano puede ejercer simultáneamente:

—Una influencia fisiológica radioactiva nombrada «Magnetismo animal», «Magnetismo físico», o, más sencillamente, «Magnetismo».

--Una acción conducente al efecto producido sobre los otros por su propia exterioridad; el brillo de sus ojos, la sonoridad de su voz, el gesto, las actitudes, etc.; acción de igual naturaleza que la del hipnotismo sensorial.

—Una serie de impresiones directas sobre el espíritu de las personas con las cuales se trata; la sugestión, cuyo recurso principal es la palabra que se combina de acuerdo con ciertas reglas, enunciada en un tono determinado y cuyos medios accesorios son la expresión (y no el deslumbrante estático) de la mirada, de la fisonomía, de los gestos, etc.

—Por último, una invisible influencia telepsíquica puesta en acción a través de la distancia, por la voluntad y el pensamiento.

Escribiendo las instrucciones dadas más adelante para provocar los diversos fenómenos magnético-hipnóticos, insisto sobre el hecho de que desde el más elemental ensayo hasta en los experimentos más avanzados, es siempre preciso hacer surgir a la vez los cuatro medios de acción en forma que se desarrollen armoniosamente y de adquirir la costumbre de manejarlos. Poco a poco se hará inconscientemente hasta fuera de la práctica experimental. Procediendo de esta manera es, además, evidente que conseguiréis siempre el máximo posible de acción sobre vuestros sujetos en el mínimo de tiempo. Todos los cursos, métodos y tratados que he tenido hasta hoy a la vista, enseñan los unos el manejo de la

sugestión, los otros el del magnetismo. Ninguno insiste sobre el esfuerzo simultáneo cuádruple que yo recomiendo. Es, sin duda, porque he visto gran número de estudiantes descontentos de sus ensayos prácticos, conseguir inmediatamente lo que deseaban desde mi primera lección. No se encontrará nunca a una persona que después de haber seguido mis cursos, haya dejado de obtener todos los fenómenos psíquicos. Esté seguro cada cual, cualesquiera que sean su edad y sus calificaciones, de que logrará el triunfo. Sólo pido la conformidad estricta con las instrucciones dadas.

3. LAS CONDICIONES DE SU DESARROLLO PSICOMAGNÉTICO.— Antes de entregaros a un ensayo práctico, estad seguros: 1.º, de comprender bien lo que deseáis obtener; 2.º, de conocer punto por punto todos los detalles de las palabras, gestos, miradas, sugerencias mentales prescritas para eso.

Tal es el primer esfuerzo que debéis realizar para llevar a su máximo los de los elementos del poder que ya ejercéis parcialmente y para poner en acción los que están todavía en estado latente.

Aconsejo no intentar ningún experimento mientras que el precedente no sea en absoluto familiar.

La práctica es, no solamente un hecho de voluntad, sino también una cuestión de habilidad. Cuando hayáis ejecutado cierto número de veces las instrucciones referentes a un experimento, el mecanismo de las palabras y de los gestos, desenvuelto automáticamente por vuestra decisión, no os exigirán más tiempo un esfuerzo de atención tan sostenida ; lo realizaréis inconscientemente. Sólo entonces vuestra acción telepsíquica tendrá más efecto útil, a causa de que podréis concentrar toda vuestra energía mental sobre la directriz del experimento, mientras que antes se dispersa siempre una parte por la atención gastada en el acto verbal y en los movimientos diversos implicados por la técnica operatoria.

4. SABER Y QUERER. — Cuando os hayáis penetrado de las instrucciones requeridas para obtener tal o cual fenómeno, después de saber «cómo comenzar», es necesario «querer» realizarlo. Al aproximarnos al «sujeto» debéis estar animados de la más intensa determinación de influir en él exactamente según vuestro deseo.

No dejéis ni el menor resquicio para que vengan a distraer vuestro principal pensamiento las ideas parásitas de la duda, de la pusilanimidad, ni las impresiones recibidas de la asamblea.

¿Quizá no os sentís muy bien dispuestos para eso? Haced un esfuerzo. Intentadlo, aunque os contraríe semejante ejercicio; podéis querer. Voy a intentar hacerlo comprender.

Los individuos enérgicos por naturaleza y que, hasta ignorantes del hipnotismo, tienen un carácter dominador, están animados constantemente por la idea activa de que deben obtener de los otros lo que ellos quieren. Esta idea los hace independientes de espíritu y libres de la influencia del prójimo. Nunca se sienten intimidados, ni por una personalidad que les sea superior en razón de sus facultades, de sus conocimientos o de cualquier otra ventaja. Hablan claramente y miran con aplomo. Llenos de la idea que desean imponer, no se desaniman con las objeciones y contradicciones. Su actitud mental es fija, firme, sostenida. Tal es la primera manera de querer; ella se observa entre los que son impulsivamente enérgicos. El éxito les será muy fácil en hipnotismo a condición de ordenar su impulsividad, de dirigirla; en pocas palabras, de dominarse en sentido moderativo.

Los que no están dotados de esta impulsión enérgica deben aprender a querer metódicamente, razonando. Esta otra manera consiste en tener presentes en su espíritu las razones que han de conducirlos a ver su esfuerzo coronado de éxito y la oportunidad de realizar dicho esfuerzo empezando por imponerse una actitud voluntaria. Acostumbrándose a adquirir esta actitud se llega a conservarla inconscientemente. En consecuencia, si se es más o menos tímido, impresionable, penétrese de la superioridad que concede para la especie en cuestión — tal experiencia a ejecutar — el conocimiento preciso de su técnica y sígase adelante. El elemento timidez turba con un pensamiento, una impresión inclinada a la inercia; no dejar que esta impresión imponga lo contrario de lo que en el fondo se quiere hacer. Combatidla tomando la actitud de seguridad y no tardará en desvanecerse como una niebla importuna bajo la acción de un rayo de sol matinal...

Capítulo II:

¿SOBRE QUIÉN HACER LAS EXPERIENCIAS?

1. Situación del operador frente a lo colectivo. — 2. El estado de receptividad. — 3. Arte de distinguir a las personas fáciles de hipnotizar. — 4. Cómo conseguir de nuestros conocidos habituales que se presten a los experimentos.. — 5. Cómo preparar una pequeña sesión en una reunión de cinco a veinte personas. — 6. Cómo aumentar la sensibilidad de una persona determinada a la que se desea hipnotizar. — 7. Por qué después de haber conseguido provocar algunos fenómenos indiscutibles se encontrarán sujetos fácilmente.

1. SITUACIÓN DEL OPERADOR FRENTE A LO COLECTIVO. — Entre los que os rodean se encuentran personas muy fáciles de hipnotizar, otros hipnotizables después de esfuerzos más o menos prolongados, y, en fin, cierto número de individuos, hombres y mujeres, llamados «refractarios», porque es difícil crear en ellos las condiciones mentales necesarias para obtener los diversos grados de la hipnosis. Sobre cien personas elegidas al azar, se encontrarán siempre de dos a cinco que el menos instruido y el más débilmente dotado hipnotizará con la mayor facilidad en pocos segundos. Un niño que tenga algunas nociones de hipnotismo los dormirá en seguida. Sobre el resto, existirá una quincena que no podrán resistir apenas una acción prolongada de 5 a 10 minutos de esfuerzo intensivo. Sobre los cincuenta últimos, el debutante sólo obtendrá ligeros efectos. A medida que se desarrolle, comprobará que de 50 por 100 la proporción de los hipnotizables pasa por él a 60, 70 por 100, etc. Desde el principio se puede tener por seguro el afectar inmediatamente a una persona entre dos.

El primer experimento que se intente ha de estar combinado de manera que se obtenga, no solamente un efecto determinado, sino también un aumento en la sensibilidad del sujeto. En este primer experimento podéis conseguir provocar el fenómeno ligero a que se refieren las manipulaciones indicadas más adelante, sin que sea preciso cumplir a la letra mis instrucciones, pero es indispensable que lo hagáis si queréis aumentar la sensibilidad de vuestro sujeto y predisponerlo de este modo a ascender al grado inmediatamente más fuerte de influencia necesaria para el éxito del segundo experimento.

De un fenómeno muy ligero, a otro más elevado, luego a un tercero y así sucesivamente, podéis con mucha rapidez conducir una persona poco sensible a la hipnosis más completa.

2. EL ESTADO DE RECEPTIVIDAD. — En la experimentación ordinaria y sin perder de vista que debéis constantemente poner en juego vuestros cuatro medios de

influencia, es preciso considerar la sugestión como el «tónico» de vuestra acción, porque es con sus sutilidades como podéis aumentar la permeabilidad de una persona a las otras tres influencias. Si habéis entendido bien el capítulo II de la primera parte de este libro, no ignoráis que la susceptibilidad es una función del subconsciente, más o menos influida por la conciencia (atención, juicio, razonamiento, voluntad), según que esta última se encuentre más o menos despierta. Vuestra primera preocupación, antes de empezar a infundir en las gentes que se presten a los experimentos que proyectáis, debe ser evitar cuidadosamente todo lo que pueda proporcionar a su conciencia razonable un alimento contrasugestivo. Por esta causa debéis absteneros de hablar de hipnotismo o de sugestión, ya que existe en casi todo el mundo un serio escrúpulo a dejarse colocar en un estado inconsciente. En el curso del presente capítulo indico varias maneras de disfrazar los experimentos. Debéis hacer todo lo posible para producir en el ánimo de las gentes el interés, la curiosidad por convencerse de que son influenciables. De esta forma crearéis un estado receptivo a vuestras sugestionas. Si en cambio llegáis a pronunciar las palabras hipnotismo o magnetismo y aunque entonces lograrais inducir a varias personas a tolerar vuestras maniobras, no por esto habréis dejado de proporcionar a esas personas los elementos de una especie de «defensa mental», que reaccionará inconscientemente entre ellas contra vuestra acción.

Cuando un cierto número de vuestros amigos y conocidos os hayan visto dormir a otras personas significadas; cuando esté probado que «podéis hipnotizar», ocurrirá frecuentemente que os demanden, en sociedad, demostrar los fenómenos magnético-hipnóticos; no faltará alguna persona enterada de vuestro experimento que os diga: «¿Y yo? ¿Cree usted poder dormirme?» Aquí hay que poner atención también en no proporcionar elementos a la contrasugestión y no arriesgarse a ninguna tentativa ante una asistencia regida por un estado de alma antagonista. En este último caso será inevitable el choque con una corriente colectiva hostil, a menos de ser muy fuerte o de encontrar un primer sujeto ultrasensible que os permita, haciendo «un ejemplo», cambiar la corriente de pensamientos del público.

En principio, es siempre el operador quien debe tener la iniciativa, y decidir dónde y cuándo experimentará.

La experiencia me ha confirmado la importancia de todos estos detalles. Recordad que, individualmente, cada ser humano es hipnotizable en la medida que le quitéis la facultad de hacer contrasugestión. Existe una táctica verbal merced a la cual podéis modificar la condición mental de los individuos y de las multitudes y aumentar su receptividad. Por esto, cuando un quídam os haga la sempiterna pregunta: «¿Y yo? ¿Cree usted poder dormirme?», respondedle tranquilamente: «No lo sé; sólo podemos fiarnos de la experiencia.» Después, si tenéis que experimentar sobre el quídam, y en el caso de que parezca poco sugestivo, aplicadle preliminarmente los procedimientos indicados más adelante, § 6; al contrario, si os parece hipnotizable al primer vistazo, sorprendedle añadiendo a la respuesta anterior: «Vamos a ver lo que sucede». Desconcertado por el giro imprevisto de vuestras palabras, inquieto de no verse considerado como temible, se encontrará con frecuencia, a los diez minutos, cogido en la red de vuestros medios de acción...

3. ARTE DE DISTINGUIR A LAS PERSONAS FÁCILES DE HIPNOTIZAR.— No existen signos infalibles sobre la fisonomía o en el gesto de los buenos sujetos. No obstante²⁷, la experiencia ha retenido un cierto número que se encuentran en ellos frecuentemente. Considerad primero la cara de un ser humano. Buscad en qué figura geométrica se inscribiría más exactamente: cuadrado, círculo, trapecio, triángulo, tronco de cono, etc. Los tipos óvalos cortos, triángulos cortos y trapezoides son más sugestionables que los otros. Normalmente, la frente, la nariz y la parte inferior de la cara deben ser en algunas milésimas casi iguales en altura. Si hay una desproporción, si una de las tres partes es notablemente más alta que las otras dos, es un signo de sugestionabilidad. En lo que se refiere al modelo de los rasgos, los dos extremos: los rostros muy finos y las fisonomías muy primitivas son, por lo general, de los sensibles. Para terminar con los signos de la cara, no se debe olvidar que la oreja sin lóbulo ni ribete ha sido considerada por eminentes psiquistas como indicio casi cierto de alta sugestionabilidad.

La expresión de la mirada me parece bastante significativa; si tiene algo de indecisa, de fugitiva, si traiciona un perpetuo malestar, es lo probable encontrar un fuerte sensitivo.

Las personas particularmente sensibles a la influencia magnética se sienten, por lo general, muy molestas con las iluminaciones, la proximidad de un foco de calor intenso, la luz lunar, el sonido de las campanas, la permanencia cerca de una cascada, la fijeza de su propia imagen en un espejo, el barullo de una reunión muy numerosa. Su sueño es agitado, cambian bruscamente de humor, perciben en la obscuridad opaca sombras inquietantes, tienen intuiciones de una exactitud asombrosa y a menudo crisis de sonambulismo natural.

Algunos experimentos fáciles permiten, además, pronosticar con cierta aproximación el grado de influenciabilidad de alguno.

A) . — Una barra fuertemente imantada que se coloca en manos de una persona con un pretexto cualquiera, para que la conserve cinco o seis minutos, da siempre a los buenos sujetos sensaciones comparables a las que provocaría una débil corriente eléctrica.

Con frecuencia se produce la contractura o la parálisis momentánea de los dedos o de los brazos. En la obscuridad, los sensitivos ven los efluvios que se desprenden de los polos del imán.

B) . — Colocado detrás de determinada persona, a tres o cuatro metros, fijad con insistencia la mirada sea en la nuca, sea entre los omóplatos, y representaos mentalmente el movimiento que haría aquella persona si fuese picada fuertemente en dicho sitio; pronto se la verá dar señales de impaciencia, llevar su mano al punto

²⁷ En lo que a esto se refiere, véase el número de octubre de 1824 del Boletín de la Sociedad de Estudios Psíquicos de París. Ver igualmente mi libro: Las séllales reveladoras del carácter y del destino.

influido, sacudir los hombros y removerse, haciéndolo todo en ocasiones simultáneamente. Son indicios reveladores de un sujeto.

C) . — Delante de una colgadura rayada de fajas negras y blancas o azules y blancas verticales, de tres a cinco centímetros de ancho, la vista sufre una alteración que entre los sugestionables persiste turbada varios minutos después que ha cesado la causa.

D) . — En la mesa, en un vagón del tren, etc., si vuestro vecino es influenciado, ejecutará los movimientos que lleguéis a sugerirle. Para sugestionar de ese modo, mentalmente, representaos toda la trayectoria de ese movimiento, con el tenaz esfuerzo de querer que tenga lugar. Se ha de empezar con cosas sencillas; por ejemplo, dejar caer un objeto, volver la cabeza, etc.

Por mi parte he de decir que no concedo una gran importancia a esas «miradas», porque para que resulten, además de que ha de ser el experimentado un buen sujeto, es necesario que no se halle, en el momento en que se actúa, bajo la influencia dominante de una idea o de una persona.

El único criterio serio es la experiencia de atracción indicada como primer ensayo en el capítulo siguiente.

4. CÓMO CONSEGUIR DE NUESTROS CONOCIDOS HABITUALES QUE SE PRESTEN A LOS EXPERIMENTOS. — Teniendo en cuenta todo lo que se ha indicado anteriormente para evitar el disminuir la receptividad de las personas, deberéis elegir un momento en que la atención general no es activa en ningún orden especial de ideas o de hechos. No debéis nunca tener necesidad de insistir imperativamente ni de apartar a los asistentes de una ocupación definida. Recogiendo con habilidad las últimas palabras pronunciadas, y en una transición no muy rápida, llevad la conversación al tema de la electricidad, de la imantación, o de algo análogo. En seguida hablad un momento de la emanación en el cuerpo humano de una energía semejante a la electricidad. Decid que algunos párrafos de una obra reciente han despertado vuestro interés por este asunto y que conocéis una manera de poner en evidencia la reacción radiante de un cuerpo sobre otro. No os detengáis aquí ni permitáis que vislumbren vuestro objetivo. Dejad tiempo a los comentarios de otras personas y respondedles sin que decaiga la discusión.

Si habéis observado, anteriormente, las indicaciones de sugestibilidad bien definidas en alguno de vuestros interlocutores, podéis decir con naturalidad: «X... y yo vamos a hacer un experimento para mostrar este efecto verdaderamente curioso.» Si el sujeto se niega, no insistáis y esperad dos o tres días para hablar de nuevo, aprovechando un incidente favorable, de la atracción que ejercen unos sobre otros los cuerpos vivos. Recomenzad varias veces, si es preciso, sin que lo adviertan. Infaliblemente sucederá que un día muy próximo la persona más fácilmente hipnotizable de la concurrencia pedirá ver el experimento...

Acordaos — esto se explica en el Libro I, capítulo III — que hay en el cerebro humano un registro continuo de ideas que llegan a afectar la atención. Esas ideas pueden pasar casi inadvertidas de la conciencia, puesto que se imprimen más bien en el subconsciente. Repetidas — sobre todo en una forma que no se preste a la discusión ni a la desconfianza — acaban por implantarse sólidamente en el espíritu y reaparecen poco después en el campo de la conciencia solicitando la atención.

En las instrucciones precedentes aplicáis ese principio, y como la persona más sugestionable es afectada con más rapidez que las otras por este método de sugestión indirecta, es ella la que se descubrirá acudiendo a solicitaros la satisfacción de la curiosidad que habéis hecho nacer en su ánimo.

5. CÓMO PREPARAR UNA PEQUEÑA SESIÓN EN UNA REUNIÓN DE CINCO A VEINTE PERSONAS. — Atraeos la atención simpática de la concurrencia, ponedla en receptividad a vuestro favor ejecutando algún experimento de física recreativa (cuidadosamente elegido entre los de buen tono, los cuales todo el mundo aplaudirá). De no hacer esto, buscad algo espiritual que divierta al auditorio durante varios minutos. Usad de gran tacto y escoged vuestro momento. Os será mucho más fácil cautivar la atención precisamente cuando nadie tome la iniciativa. En todas las reuniones hay un instante en que se agotan los temas de distracción, en que la conversación languidece, en que todo amenaza con el aburrimiento; ésa es vuestra hora. Todo el mundo quedará encantado de ser «distráido».

Cuando hayáis logrado dar unos minutos de alegría a vuestra asistencia, operad una transición en vuestro provecho. Decid que vais ahora a mostrar unos experimentos tan curiosos como instructivos... pero no habléis, sobre todo, de hipnotismo; atención a las recomendaciones del § 2.

Si estáis dotado de facilidad de palabra (cosa que desarrollaréis cuando os parezca siguiendo las instrucciones del Libro VI) no hace falta ninguna manipulación preliminar; basta exponer a vuestro auditorio un tema tan debatido como el de la «suerte»; hablad de este elemento caprichoso del destino humano, citad efectos de la buena y de la mala suerte, insistid sobre su importancia para el éxito²⁸ y terminad diciendo que conocéis un medio infalible de medir el grado de suerte de las personas. No afectéis un tono muy serio ni muy burlón, pero sí resuelto, con cierto acento enfático. No olvidéis recordar que hay gentes que toda su vida sufren la influencia de los otros, y que los más influenciados son con frecuencia los más perseguidos por la mala suerte²⁹. Aprovechad la demanda que no dejarán de haceros varios de los asistentes, para decir que el experimento sólo será interesante si todo el mundo se somete. Cuanto mayor número de personas ensayéis, más serán las probabilidades de encontrar dos o tres sujetos suficientemente sensibles para asegurar el éxito de vuestro experimento.

²⁸ Hay en el destino humano un factor que parece ir más allá de los deseos, oponerse obstinadamente a la voluntad. La cultura psíquica permite dominarlo en una amplia medida'. La teoría del «Karma» merece una seria consideración: explica la desigualdad de los nacimientos. Ver, sobre esto, nuestra obra: Ciencia oculta y magia.

²⁹ Esto, además, es perfectamente exacto.

6. CÓMO AUMENTAR LA SENSIBILIDAD DE UNA PERSONA DETERMINADA A LA QUE SE DESEA HIPNOTIZAR. — Grabad cuidadosamente en vuestro espíritu la imagen de esta persona y ejercitaos en representaros su rostro, rasgo a rasgo, y su figura, con una exactitud tan perfecta como sea posible. Unos ocho días antes de vuestro ensayo, poned en acción vuestra influencia telepsíquica cada noche, durante media hora, eligiendo, como es natural, un momento en que estéis seguros de que el sujeto duerme o se encuentra en el lecho.

Comenzad por colocaros en una posición cómoda. Después, durante cinco minutos, trabajad en formaros mentalmente una representación bien clara de vuestro futuro sujeto. En seguida imaginadlo hablando y andando tal como pudierais verlo en realidad, y levantándoos de improviso dad pases longitudinales lentos (ved Libro I, capítulo primero, párrafo 3). Efectuando los pases y no perdiendo de vista la imagen mental del sujeto, pensad concretamente, en el sentido de las palabras lo que es preciso «vibrar», de este modo: Influyo a usted profundamente... Cada día le influiré con más potencia... Recibe usted la sensación de ser influido por mí... La sentirá usted un poco más cada día... Pronto no podrá resistir... Tal día hipnotizaré a usted... irremisiblemente. Quiero que sea usted influido... Le saturo de mi influencia... Después, para terminar, representaos la escena de la hipnotización, tal como quisierais verla en el momento oportuno. Haced todo eso pausadamente, sin excitaros, dueños de vuestra persona. Acabada cada una de esas sesiones preparatorias, respirad un poco de aire puro y haced algo de ejercicio físico.

7. POR QUÉ DESPUÉS DE HABER CONSEGUIDO PROVOCAR ALGUNOS FENÓMENOS INDISCUTIBLES SE ENCONTRARÁN SUJETOS MÁS FÁCILMENTE. — Se imagina vulgarmente que para hacer el hipnotismo es necesario estar dotado de alguna cualidad extraordinaria. No es raro que el debutante encuentre una ironía general si contraviene a las reglas anteriormente explicadas y si pretende hipnotizar sin haberlo probado. Esta ironía no significaría nada (poco importa a una persona bien equilibrada la opinión del ambiente) si no constituyese una contrasugestión muy comprometedora para el éxito. Pero tan pronto como dos o tres de los que os conocen hayan visto, «visto con sus ojos», a cualquiera de sus amigos hipnotizados, insensible después de haberle atravesado la mejilla con una aguja esterilizada, o colocado tieso y rígido, la cabeza sobre el borde de un mueble, los talones sobre el borde de otro; cuando observen estupefactos que aquella persona obedece pasivamente vuestras órdenes y queda inerte a todos los demás mandatos, ellos serán los primeros en establecer vuestra reputación y reír con disimulo al notar que el más murmurador de la víspera se enoja oyendo a otro escéptico «negar» el psiquismo.

Frecuentemente seréis solicitado para hacer exhibiciones recreativas y demostraciones científicas. Si se encuentra algún sujeto excepcional en la ciudad donde habitéis, os lo indicarán. Otros experimentadores, enterados de vuestra habilidad, desearán que entréis en relación con ellos. Es así como se forman las

sociedades locales para el estudio de los fenómenos psíquicos. De cualquier manera, tendréis un vasto campo de experimentación.

Capítulo III:

HIPNOSIS PARCIAL

1. La caída hacia atrás: presentación. — 2. Primer tiempo. — 3. Segundo tiempo. — 4. Tercer tiempo. — 5. Cuarto y último tiempo. — 6. Análisis de este primer experimento. — 7. Algunos obstáculos y cómo solucionarlos. — 8. La caída hacia delante. — 9. Cómo prepararse a la práctica.

1. LA CAÍDA HACIA ATRÁS: PRESENTACIÓN. — Este experimento se halla descrito en todos los cursos de experimentación. Consiste esencialmente en colocar al sujeto de pie, con los ojos cerrados, los músculos flojos, y aplicarle las manos sobre los omóplatos sugiriéndole que va a caer hacia atrás; en seguida, continuando esta sugestión, alejar de él imperceptiblemente las manos, conduciendo de este modo al sujeto hacia atrás hasta que, perdido su equilibrio, se detenga su caída sujetándole por los hombros. Si el sujeto cae, sobre todo con bastante rapidez y completamente, es señal de una sugestibilidad aceptable para ser hipnotizado profundamente.

La simple aplicación de las manos sobre los omóplatos sin sugestión mental o verbal, ni fascinación preliminar, ejerce una atracción magnética sobre los sensitivos; la sugestión verbal, dada hábilmente, sin ninguna aplicación de manos, puede bastar a producir un movimiento del cuerpo hacia atrás; la acción telepsíquica del pensamiento excitado por la voluntad puede igualmente por sí sola operar el fenómeno; por último, una fuerte acción sensorial sobre la vista, aparte toda otra influencia, tiene como efecto una oscilación más o menos pronunciada.

Propongo aplicar en conjunto esas cuatro especies de procedimiento: 1.a, una breve fascinación preliminar; 2.a, la aplicación de las manos; 3.a, la sugestión verbal; 4.a, un esfuerzo de voluntad.

Supongamos que a consecuencia de la utilización de los medios indicados en el capítulo anterior para disfrutar vuestros experimentos, una persona se os acerca para enterarse de los fenómenos de que habéis hablado. He aquí exactamente cómo debéis obrar:

2. PRIMER TIEMPO. — Cuando el sujeto se encuentre bastante próximo miradle serenamente, cogiéndole al mismo tiempo los puños, y, sin dejar de mirarle, atraedle con suavidad diciendo: Le ruego que venga. Detened su movimiento para continuar hablando: Aquí... Muy bien... Ahora deseo que junte sus pies uno contra otro y se sostenga bien derecho... ¿Quiere usted mirar fijamente mis ojos?... Fijamente... y en cuanto esta fijeza haya sido obtenida unos segundos, dejad caer los puños del sujeto y llevad el índice de vuestra mano derecha en medio de su

frente, acercando imperceptiblemente vuestra mirada, y decid: Bien... Ahora cierre usted los ojos... Tenga los ojos cerrados... Ponga atención en comprobar que no se abren instintivamente. Y conservad la posición hasta que el sujeto, inmóvil, con la cabeza ligeramente rechazada hacia atrás por vuestro índice, parezca tener decididamente los ojos cerrados.

3. SEGUNDO TIEMPO. — Entonces continuad vuestras sugerencias: No tema usted nada... Yo estoy aquí... especialmente para sostenerle... (diciendo eso marchad con lentitud para colocaros detrás del sujeto, haciendo deslizar ligeramente vuestro índice sobre el lado derecho del encéfalo). Va usted a ver... en seguida..., cuando yo retire mis manos (al mismo tiempo que pronunciéis la palabra «manos» aplicad vuestras dos manos sobre los omóplatos del sujeto), va usted a sentir como una fuerza invencible que le atrae hacia atrás y va usted a caer hacia atrás; eso le atraerá muy fuertemente. (Véase figura 1.)



Fig. 1. CAÍDA HACIA ATRÁS, *segundo tiempo*. El primero nos parece suficientemente explícito en el texto. En cuanto al segundo, aquí representado, comienza en el momento en que el operador impulsa hacia atrás con el índice la cabeza del sujeto.

4. TERCER TIEMPO. — Vuestros ojos deben estar fijos en la nuca del sujeto, y continuando vuestras sugerencias debéis imaginar su realización y querer intensamente que tenga lugar. Antes de continuar la fórmula debéis pensar: «Yo lo conduzco... Va a caer, lo quiero. Es imposible que resista.» Vuestras manos deben quedar adheridas a los omoplatos del sujeto, pero, dándole un ligero movimiento de retroceso, debéis, de segundo en segundo, tantear si es atraído, si sigue a las manos, si viene hacia atrás. Simultáneamente con esas dos acciones continuad las sugerencias verbales: Insensiblemente su cuerpo se inclina hacia atrás... Es usted atraído... Va usted a caer hacia atrás... Esto le atrae cada vez más... mucho más... (Véanse figuras 2 y 3.)

5. CUARTO Y ÚLTIMO TIEMPO. — Y en el momento que sintáis venir al sujeto, afirmad imperiosamente: Cae usted hacia atrás... cae usted. No se olvidará que es necesario aguantar al sujeto a tiempo para que no se haga daño.

Todo el procedimiento descrito exige apenas diez o veinte segundos. Acabo de descomponerlo en «tiempos» para que se comprenda mejor y para que no olvidéis nada. Es más sencillo de aplicar que de exponer.

La sugestión verbal debe darse sin precipitación, con voz tranquila y bien articulada, de manera que cada palabra sea enteramente oída. El tono de la voz, casi bajo al principio, debe elevarse gradualmente, de modo que las últimas palabras: Cae usted hacia atrás, sean pronunciadas como un mandato imperioso. (Véanse figuras 3 y 4.)

El esfuerzo de acción telepsíquica consiste en una especie de representación mental mediante la cual el operador exalta voluntariamente su pensamiento. Debéis ver en vuestra mente cómo tenéis cogido al sujeto y lo arrastráis de un modo irresistible y ordenar interiormente con una voluntad fogosa: Va usted a caer, va usted a caer.

6. ANÁLISIS DE ESTE EXPERIMENTO. — En el instante en que el sujeto avanza, vuestra primera maniobra debe ser hacerle perder contacto con las ideaciones que se suceden en tal instante en su cabeza y colocarle en las condiciones de receptividad más favorables posibles. Todo el primer tiempo se combina para obtener este doble resultado. Ejecutándolo aspiráis a apoderaros del estado de alma del sujeto, a tomar la iniciativa de su pensamiento, a comenzar a crearle el estado mental, del que la caída hacia atrás será la consecuencia correlativa.



Fig. 2. CAÍDA HACIA ATRÁS, *tercer tiempo*. El operador pasa por detrás del sujeto, rozando con el índice el lado derecho de la cabeza de éste, y magnetizándole como se indica en el texto.

El segundo tiempo os permite empezar a sugerir la caída al sujeto, pero indirectamente. Observad que debéis decir, espaciando cada grupo de palabras: No tema usted nada... Yo estoy aquí... especialmente para sostenerle... Va usted a ver... en seguida, etc. Durante la breve pausa que hacéis entre cada sugestión el subconsciente del sujeto reacciona: No tema usted nada sugiere, ¿qué es lo que va a ocurrir? Yo estoy aquí especialmente para sostenerle, sugiere una curiosidad, aunque sea un poco ansiosa, etc. Todas esas reacciones se hallan estrictamente combinadas. Durante los dos últimos tiempos obráis con procedimientos directos, y si los anteriores fueron bien hechos encontraréis un terreno maravillosamente bien preparado.

A partir del instante en que empezáis a hablar al sujeto, hacéis exactamente lo que es necesario para aumentar gradualmente su sensibilidad. El primer tiempo prepara el segundo, y así sucesivamente. Lo mismo este primer experimento prepara al segundo, el segundo al tercero, etcétera. Del estado normal a la hipnosis completa el estado psíquico de una persona realiza una especie de evolución gradual. Procediendo como se ha indicado, comenzando con acciones ligeras que preparan a las acciones inmediatamente más fuertes, hacéis cumplir de modo insensible al mental del sujeto la evolución que le separa de la hipnosis total. Si aplicáis en seguida a vuestro sujeto un procedimiento para sumirlo en la hipnosis total encontraréis una contrasugestión. En cambio, si conseguís hacerle perder las tres cuartas partes de conciencia antes de hablarle de dormir, lo lograréis con mucha facilidad.

Además, en lo que os concierne, en la experimentación preliminar en el estado de vigilia, en la producción de los fenómenos de la hipnosis parcial, realizáis una gimnástica combinada que prepara y desarrolla vuestros cuatro medios de acción.

7. ALGUNOS OBSTÁCULOS Y CÓMO SOLUCIONARLOS. — A) Cuando en una pequeña reunión de sociedad, por ejemplo, proponéis a las personas presentes demostrar en ellas mismas un curioso fenómeno, ocurre que la indecisión impide a todos los que el hecho interesa permitirlos ensayar sobre ellos. Es ahí donde debéis comenzar a querer, es preciso insistir (cosa que no daría buenos resultados con vuestros comensales habituales o con una persona separadamente).



Fig. 3. CAÍDA HACIA ATRÁS, *tercer tiempo y principio del cuarto*. Este último comienza en el momento en que el operador aplica sus manos de plano sobre la región aquí indicada.

Se os responderá: «Yo no quiero», «Yo no creo», «Yo tengo miedo», «¿Qué es lo que quiere usted hacerme?», o alguna cosa análoga, o bien lo tomarán a risa.

Vuestro primer paso hay que darlo aquí; es necesario insistir. No os dejéis desconcertar por una u otra frase. Continúa queriendo ensayar a pesar de las impresiones que os producen subjetivamente las negativas que escucháis. Sin que os lleguéis a aturdir contestad a unos y otros:

—Pero usted no sabe de qué se trata; va usted a verlo: venga, señor o señora, levántese; va usted a convencerse...

—No hay nada que creer; lo verá usted mismo...

—No tema nada; este experimento es inofensivo; es, simplemente, curioso, etc.

O algo análogo, pero afectad una insistencia serena y sonriente. Observad que prescribo insistir en el caso de que haya una especie de indecisión manifiesta en la asistencia. Una negativa seca y resuelta debéis aceptarla, pero aplicando estrictamente las indicaciones hechas en el capítulo anterior, de modo que los asentimientos espontáneos, las indecisiones y las negativas han de estar en número casi igual.

B) Cierta número de personas acogen burlescamente el anuncio de los experimentos, y vienen riendo de buena gana a colocarse de pie, como el experimentador les pide. Prosiguen riendo, mirando de lado en lugar de mirar a los ojos del operador, abriéndolos en lugar de tenerlos cerrados, etc. ¿Sabéis lo que hará en este caso un hipnotizador experto? Muy sencillo: reirá también (sin soltar los puños del sujeto y buscando su mirada), dirá uno o dos chistes (sin soltar al sujeto y fijándole lo mejor posible) procurando hacerle reír con más fuerza. (Así tomará la iniciativa del estado emotivo del sujeto, apartando su atención de la primera causa de su risa para sustituirla por otra causa diferente.) Después, bruscamente, soltará uno de los puños del sujeto, empujándole ligeramente la cabeza hacia atrás con el índice y, cesando de reír con una carcajada, le ordenará: Aquí... ahora vamos a ejecutar el experimento, y «encadenará» (como se dice en el teatro) sus sugerencias, prosiguiendo: No tema usted nada... Yo estoy aquí para sostenerle, etc.



Fig. 4. CAÍDA HACIA ATRÁS, *fin del cuarto y último tiempo*. El cuerpo del sujeto cae aplomadamente hacia atrás, sosteniéndose tan sólo en las manos del operador.

C) Cuando comencéis a sugestionar al sujeto y éste responda, procurad que permanezca silencioso y hacedle fijar su atención en el sentido de vuestras palabras. Cuando decís, por ejemplo: No tema usted nada... y se os responde: No, no tendré miedo, es señal de un estado de resistencia consciente o inconsciente. En este caso decid al sujeto para que se calle: Le ruego que tenga las mandíbulas apretadas.

8. LA CAÍDA HACIA DELANTE. — Este experimento debe ejecutarse inmediatamente después de la caída hacia atrás. Una vez restablecida la posición del sujeto, pasad con rapidez, rogándole que os mire. Colocad vuestras manos de plano sobre sus clavículas y decidle: Recobre la misma posición... Así... Muy bien... No tenga temor... Míreme bien... (en ese momento aproximad vuestros ojos a dos centímetros de los suyos). Cuando... yo... vaya... a retirar... mis manos... va usted a caer hacia delante. Esperad quince segundos, y poniendo en juego, como en la caída hacia atrás, vuestra acción telepsíquica, continuad diciendo: Ahora cae usted hacia delante. En seguida retroceded imperceptiblemente hacia atrás, sin abandonar la fijación de los ojos del sujeto, que seguirá el movimiento. Cogedle a tiempo de que no se haga daño.

La fascinación juega aquí un papel importante; la sugestión verbal, hilo de unión entre los otros tres factores, conduce su acción; el esfuerzo de sugestión mental, de volición, y la radioactividad magnética de las manos actúan de su parte, concurriendo armoniosamente a producir el efecto buscado. En la práctica, la caída hacia atrás y la caída hacia delante deben siempre tener lugar antes que cualquier otro experimento. La costumbre permite ejecutarlas, la una y la otra, en menos de treinta segundos. Además, en los experimentos de hipnosis parcial conviene proceder con la mayor rapidez posible, pasando sin transición apreciable de un experimento a otro y conduciendo de este modo al sujeto a un estado de hipnosis antes de que haya C) Cuando comencéis a sugestionar al sujeto y éste responda, procurad que permanezca silencioso y hacedle fijar su atención en el sentido de vuestras palabras. Cuando decís, por ejemplo: No tema usted nada... y se os responde: No, no tendré miedo, es señal de un estado de resistencia consciente o inconsciente. En este caso decid al sujeto para que se calle: Le ruego que tenga las mandíbulas apretadas.

8. LA CAÍDA HACIA DELANTE. — Este experimento debe ejecutarse inmediatamente después de la caída hacia atrás. Una vez restablecida la posición del sujeto, pasad con rapidez, rogándole que os mire. Colocad vuestras manos de plano sobre sus clavículas y decidle: Recobre la misma posición... Así... Muy bien... No tenga temor... Míreme bien... (en ese momento aproximad vuestros ojos a dos centímetros de los suyos). Cuando... yo... vaya... a retirar... mis manos... va usted a caer hacia delante. Esperad quince segundos, y poniendo en juego, como en la caída hacia atrás, vuestra acción telepsíquica, continuad diciendo: Ahora cae usted hacia delante. En seguida retroceded imperceptiblemente hacia atrás, sin

abandonar la fijación de los ojos del sujeto, que seguirá el movimiento. Cogedle a tiempo de que no se haga daño.

La fascinación juega aquí un papel importante; la sugestión verbal, hilo de unión entre los otros tres factores, conduce su acción; el esfuerzo de sugestión mental, de volición, y la radioactividad magnética de las manos actúan de su parte, concurriendo armoniosamente a producir el efecto buscado. En la práctica, la caída hacia atrás y la caída hacia delante deben siempre tener lugar antes que cualquier otro experimento. La costumbre permite ejecutarlas, la una y la otra, en menos de treinta segundos. Además, en los experimentos de hipnosis parcial conviene proceder con la mayor rapidez posible, pasando sin transición apreciable de un experimento a otro y conduciendo de este modo al sujeto a un estado de hipnosis antes de que haya tenido tiempo de reflexionar ni de analizar lo que sucede.

9. CÓMO PREPARARSE A LA PRÁCTICA. — aprended primero de memoria las fórmulas de sugestión de extremo a extremo. Es necesario recitar sin vacilación, automáticamente. La menor indecisión por vuestra parte puede «romper el encanto», cambiar el curso de las impresiones del sujeto, dejarle la facultad de «rehacerse» y de analizar.

Reproduzco aquí las fórmulas de la «caída hacia atrás» y de la «caída hacia delante» para que sea más cómodo estudiarlas:

Caída hacia atrás. — Le ruego que venga... aquí... Muy bien... Ahora deseo que junte los pies uno contra otro y, se sostenga bien derecho... ¿Quiere usted mirar fijamente mis ojos?... Fijamente... Bien... Ahora cierre usted los ojos... Tenga los ojos cerrados... Ponga atención en comprobar que no se abran instintivamente... No tema usted nada... Yo estoy aquí... especialmente para sostenerle... Va usted a ver... en seguida... cuando yo retire mis manos... va usted a sentir como una fuerza invencible que le atrae hacia atrás, y va usted a caer hacia atrás; eso le atraerá muy fuertemente... Insensiblemente su cuerpo se inclina hacia atrás... Esto le atrae cada vez más... mucho más... Cae usted hacia atrás... Cae usted.

Caída hacia delante. — Recobre la misma posición... Así... Muy bien... No tenga temor... Míreme bien... Cuando... yo... vaya... a retirar mis manos... va usted a caer hacia delante... Ahora cae usted hacia delante.

Cuando sepáis bien la fórmula de la sugestión verbal, aprended los diversos movimientos. Repetidlos sobre un sujeto imaginario, hasta con un amigo complaciente y discreto.

Ahora, si en plena ejecución del experimento sufrís un incidente, no os desconcertéis. No cambiéis ni vuestra posición ni vuestra mirada. El sujeto y los asistentes no pueden advertir el error mientras no lo manifestéis con un gesto de despecho por vuestra dificultad. Recordad que utilizáis en conjunto cuatro medios de acción y que el experimento, hasta mal ejecutado, puede perfectamente llegar al buen éxito final. Vuestra serenidad os dará más probabilidades, eso es todo; pero si

queréis llegar a ser unos experimentadores hábiles y reputados, no abandonéis el estudio de los procedimientos mientras tengáis conciencia de que omitís algunas de las indicaciones de este libro en vuestra práctica corriente.

Cuando hayáis hecho experimentos, repasad vuestros cursos. Averiguad si habéis tenido en cuenta todas las instrucciones y grabad en la memoria para la primera ocasión todo lo que se hubiera olvidado.

Cuando en el desarrollo de un experimento se suspende la declamación verbal de las palabras prescritas; cuando la memoria flaquea, no os enervéis y conservad vuestra posición en silencio; sucederá frecuentemente que las palabras no pronunciadas acuden a vuestros labios casi en seguida.

Capítulo IV

HIPNOSIS PARCIAL (CONTINUACIÓN). — CONTRACTURAS, INHIBICIÓN Y AFONIA EN EL ESTADO DE VIGILIA POR FASCINACIÓN Y SUGESTIÓN IMPERATIVA

1. Contractura de los brazos y de las manos. — 2. Inmovilización del sujeto por inhibición sugerida. — 3. Imposibilidad de levantar los párpados por contractura sugerida. — 4. afonía parcial. — 5. Experimentos análogos y cómo ejecutarlos.

1. CONTRACTURA DE LOS BRAZOS Y DE LAS MANOS. — El sujeto será colocado de pie, si es de una estatura que no supere a la vuestra; sentado, en el caso contrario. Rogadle que junte sus manos, apretando fuertemente las palmas y los dedos y que extienda los brazos hacia delante, bien rectos.

Será preferible que efectúe uno mismo ese movimiento diciendo: Junte sus manos como yo... Alargue los brazos hacia delante... Apriete bien sus manos... Todavía más apretadas... Eso es. Os colocaréis a la derecha del sujeto de manera que, para miraros, se halle obligado a volver ligeramente la cabeza, inclinándola hacia atrás. Poniendo vuestra mano derecha sobre sus puños cerrados, de forma que sus brazos queden en el eje del cuerpo (y que no los avance a la derecha al mismo tiempo que la cabeza), le diréis: Míreme usted a los ojos, y le fijaréis sin interrupción hasta el fin del experimento. Después de haber dado algunos pases magnéticos (ved Libro I, capítulo primero, párrafo tercero) muy lentos sobre los brazos, sin dejar sus manos apretadas, debéis, en vuestra imaginación, «ver» las manos del sujeto comenzando a crisparse y sus brazos contrayéndose gradualmente. Cuando decís: Ahora es usted incapaz de separar sus manos, debéis representaros mentalmente los brazos y las manos del sujeto inmobilizados, contraídos, resistiendo a todos sus esfuerzos, etc.

En un instante dado, habiendo hecho el sujeto todos sus esfuerzos — inútilmente — para desunir sus manos, podéis retroceder un poco sin perderlo de vista. Sus rasgos os parecerán fijos, por lo menos con más gravedad que de ordinario; estará en estado de hipnosis parcial muy ligera.

Para poner fin a dicho estado, decid sencillamente al sujeto: Después que yo diga a-b-c-d-e-j podrá usted separar sus manos, sus brazos habrán perdido toda rigidez y va usted a sentirse perfectamente bien... A-b-c-d-e-f; puede ya desunir sus manos. Golpear bruscamente vuestras propias manos al mismo tiempo que decís «f».



Fig. 5. CONTRACTURA DE LOS BRAZOS Y DE LAS MANOS. La posición que aquí se indica asegura el máximo de influencia.

Si el sujeto experimenta algún embotamiento en los brazos después del experimento, lo haréis desaparecer con algunos pases rápidos de arriba abajo.

2. INMOVILIZACIÓN DEL SUJETO POR INHIBICIÓN SUGERIDA.— Este experimento, aunque posible inmediatamente después de la «caída hacia delante», se intenta por lo general después de la contractura de los brazos y de las manos. El sujeto debe estar sentado en un asiento cómodo, provisto c respaldo. No le dejéis sentarse molesto sobre el borde; ha de estar de forma que su espalda se adhiera al respaldo y sea apoyada contra éste su cabeza. Cuidad igualmente de que sus pies descansen bien de plano, encontrándose sus piernas perpendiculares al suelo. Hacedle colocar las manos asimismo de plano sobre los muslos.

Situado delante del sujeto, a dos pasos, precisamente enfrente, con el busto ligeramente inclinado hacia el mismo, alargad los brazos con las manos extendidas, de forma que lleguéis a rozar con la punta de los dedos los codos del sujeto. Después dadle las sugerencias que siguen: Míreme bien a los ojos. Yo le digo apretado sobre esta silla... Todavía más apretado... Desde que yo diré «tres» será usted incapaz de levantarse. Cuanto más lo intente, se sentirá usted más fuertemente unido... Va usted a sentirse tan fuertemente retenido en la silla como si le ataran trescientas cuerdas... Continúe mirándome... No me pierda de vista ahora... Uno. Está sólidamente cogido; su espalda se adhiere contra el respaldo. Yo lo veo... Dos. Todavía más fuertemente apretado... Tres. Ahora no puede usted levantarse; ya no puede levantarse más. (En ese momento fijad cada vez más intensamente al sujeto, inclinando imperceptiblemente el cuerpo hacia delante, avanzad vuestra cabeza para mirarle más de cerca.)

Como en el anterior experimento, es preciso, inmediatamente después de haber afirmado al sujeto que «no puede más», precipitar la declamación de las sugerencias y dar a vuestra voz un acento violentamente afirmativo.

Para que cese el efecto obtenido, procédase de igual manera que para la contracción de los brazos y de las manos; decid al sujeto: Después que yo diré a-b-c-d-e-f podrá usted levantarse sin esfuerzo; a-b-c-d-e-f. Puede usted levantarse.

3. IMPOSIBILIDAD DE LEVANTAR LOS PÁRPADOS. — Aquí no interviene la fascinación. Es necesario elegir para este experimento un sujeto que haya resultado perfectamente en uno de los dos ensayos anteriores. No olvidéis que cada experimento afortunado aumenta la sensibilidad del sujeto para el que sigue.

El sujeto estará sentado como en el anterior experimento. Colocado a su derecha, le rogaréis mantener sus ojos cerrados, crispando fuertemente los párpados. Tomaréis entre el pulgar y el índice de la mano derecha la epidermis de la raíz de la nariz del sujeto, levantándola con mucha suavidad, gradualmente, durante el tiempo de la sugestión verbal. La fórmula de sugestión, calculada en el modelo de las anteriores,

es ésta: Yo le ligo los ojos³⁰ apretados, muy apretados... Va usted a ver que sus párpados se juntan y se aprietan tan fuertemente que dentro de poco tiempo no podrá usted abrirlos, a pesar de todos sus esfuerzos... A cada segundo se juntan más y se ligan más sólidamente... Desde que yo diré «tres», cuanto más intente usted levantarlos los encontrará más apretados. Cada vez que lo ensaye usted le parecerá que los ojos se meten dentro. Están sólidamente cogidos... Dos. Cada vez más apretados... Tres (en ese momento soltar bruscamente la piel de la nariz del sujeto). Ahora sus ojos están cogidos, no puede usted abrirlos más... Se juntan cada vez más... Sus ojos se meten dentro... Usted no podrá... Ensaye fuerte... Cuanto más lo intente, más se aprietan... Imposible, usted no lo conseguirá, etc.

Cuando el sujeto ha hecho esfuerzos inútiles para abrir los ojos, disipad la influencia golpeando fuertemente en vuestras manos y sugiriendo de pronto: Puede usted abrir los ojos... Ya se abren completamente... Se encuentra usted bien.

4. AFONÍA PARCIAL. — Para que resulte este experimento en sujetos medianamente susceptibles, es preciso cierta costumbre de manejo de la sugestión; sobre un sujeto sensible es bastante fácil. Os aconsejo para intentarlo la primera vez escoger alguien seguro, en el que hayáis provocado con pleno éxito y muy rápidamente los cinco primeros ensayos.

Decid al sujeto: Míreme usted fijamente a los ojos, sin distraer un instante su mirada... Ahora... pronuncie en alta voz su nombre... ¿Cuál es? Y cuando el sujeto lo haya pronunciado, pedidle que lo repita dos veces seguidas, todavía más fuerte. Después reanudad vuestras sugerencias: ¡Bien! Ahora no intente decirlo antes de que yo se lo ordene... Usted no podrá decir tres veces su nombre... (Tocad ligeramente con el pulgar y el índice derecho «la nuez de la garganta» del sujeto y avanzad hacia él dirigiendo una mirada intensiva a sus ojos.) Va usted a sentir con esto fuertemente apretada la garganta. La primera vez que quiera usted pronunciar su nombre experimentará una gran dificultad; el sonido se ahogará. La segunda vez apenas podrá abrir la boca. La tercera le será imposible decir nada. Habiendo fascinado intensamente al sujeto durante quince segundos, apartad uno o dos segundos vuestra mirada dé la suya e inmediatamente después miradle de nuevo, desde muy cerca, haciéndole esta sugestión imperativa: Por primera vez inténtelo; no lo conseguirá usted. Y cuando haya ensayado decid: La segunda vez lo logrará usted infinitamente menos. Repetid la maniobra visual anterior y decid: Inténtelo por segunda vez; no podrá usted. En seguida, reiterando por última vez el procedimiento, sugerid bruscamente, aproximando vuestros ojos a los del sujeto: Ahora ya no puede usted más; imposible hablar. Ensaye vivamente, no puede usted.

Es evidente que el sujeto ha de estar afectado antes del comienzo de este experimento para que resulte. Hasta un experto operador, a menos de haber

³⁰ Las repeticiones, las impropiedades, las incorrecciones, las faltas de elegancia en el estilo son aquí, lo mismo que en otros capítulos descriptivos, inevitables y calculadas; es necesario, en primer lugar, ponerlas al alcance de todas las inteligencias, procurando dar al sujeto imágenes mentales impresionantes.

descubierto en una persona signos indudables de extrema sugestibilidad, no se atrevería a intentar provocar la afonía parcial sin haberla preliminarmente «trabajado» en los cinco experimentos ya descritos.

Como en todo ensayo, no olvidéis la acción del pensamiento; seguid mentalmente lo que decís, imaginadlo realizado, afirmad la orden terminante de su realización.

Devolved la palabra al sujeto, diciéndole: Ahora ensaye usted; ya puede pronunciar su nombre.

5. EXPERIMENTOS ANÁLOGOS Y CÓMO EJECUTARLOS. — Se puede variar a voluntad este género de experimentos.

En las representaciones públicas se ejecutan una gran variedad. Los principales son éstos:

Contracturar una pierna del sujeto, lo que le obliga a andar cojeando.

Contraerle en seguida la otra pierna, lo cual le clava en el suelo.

Impedirle soltar un objeto que tenga en las manos.

Impedirle retirar su mano previamente aplicada sobre una mesa o sobre vuestra propia mano.

Impedirle saltar por encima de una línea imaginaria.

La técnica de ejecución persiste la misma: sostener la atención del sujeto fija en vuestra mirada, que no debe cesar un segundo de fijarle; efectuar pases o contactos sobre las regiones del cuerpo que se quiere afectar; sugestionar verbalmente; por último, acompañar la sugestión con un esfuerzo psíquico.

Las fórmulas de sugestión son fáciles de improvisar. Basta :

- a) Describir el efecto que deseáis producir.
 - b) Afirmar que va a ser obtenido.
 - c) Acentuar el hecho de que mientras más intente reaccionar el sujeto mayor será el efecto producido.
 - d) Afirmar que el mandato de «tres» será obtenido.
- j) Al ir a contar, intercalando afirmaciones entre uno y dos y entre dos y tres, hacer que siga a esta última cifra una serie de mandatos imperativos, acompañados de fascinación intensa.

Los efectos así obtenidos se disipan casi automáticamente desde que la mirada deja de actuar. Con mayor motivo vuestra afirmación los anulará en el acto. No obstante, sobre sujetos muy receptivos, puede observarse cierta persistencia de un efecto creado por sugestión en estado de vigilia. Ejecutad, entonces, pases rápidos de arriba abajo sobre el sitio del efecto sugerido, que se desvanecerá completamente en pocos minutos.

Capítulo V:

HIPNOSIS PARCIAL (CONTINUACIÓN). — PERTURBACIONES MOTRICES: MOVIMIENTOS IMPUESTOS

1. Estado de receptividad. — 2. Principios generales. — 3. Perturbación del equilibrio. — 4. Automatismo impuesto. — 5. Otro experimento de automatismo. — 6. Cómo despertar al sujeto.

1. ESTADO DE RECEPTIVIDAD. — El estado de receptividad suficiente para obtener en estado de vigilia los diversos fenómenos que son tratados en este capítulo y en los cuatro siguientes, se obtiene de dos maneras: o bien provocando previamente tres o cuatro de los fenómenos antes descritos o bien creando con el sujeto un contacto psicomagnético. Este contacto se establece así: estando sentado el sujeto, colocaos de pie delante de él, mirándole fija, pero dulcemente, a los ojos; vuestros pies deberían rozar los suyos; con las vuestras debéis tocar ligeramente sus rodillas. Sostendréis sus puños en vuestras manos. Activada vuestra voluntad es necesario concentrar con firmeza el pensamiento sobre la idea: «Yo establezco mi ascendiente en esta persona, la saturo de mi influjo, quiero que perciba claramente mi influencia y será indispensable que obedezca a mis mandatos», etc. No se trata de murmurar esas fórmulas que no tienen nada de cabalísticas y no poseen en sí mismas ningún poder, sino de exaltar violentamente vuestro espíritu, representándole lo que significan las palabras que acallamos de leer. Representaos al sujeto invadido por irresistible ascendiente. Vedle, por adelantado, tal como estará cuando llegue a ser pasivo a vuestras sugerencias. Mantened firmemente esta representación mental.

Decidid que desde el comienzo de los experimentos hacéis un esfuerzo enérgico y que acompañaréis los procedimientos exteriores de una volición intensa. Todo eso no debe de ninguna manera afectar a vuestra exterioridad; es necesario permanecer sereno, dueño de vuestra persona. Cuando la voluntad parte realmente de los repliegues más profundos de la conciencia, además de no traducirse en agitación realiza una orientación de sí misma impecable.

2. PRINCIPIOS GENERALES. — Mientras que en los experimentos descritos en los dos capítulos anteriores la fascinación y la sugestión entraron en juego imperativa, rápida, bruscamente, para «apoderarse» del sujeto, esos dos medios de acción son ejercidos en lo que va a seguir con dulzura y persistencia. El operador, en lugar de fijar el momento en que cada experimento debe realizarse; en vez de decir: «Cuando yo diré “tres” tal o cual cosa se verificará», gradúa sus sugerencias

sin asignar límite al tiempo durante el cual deberán ser ejercidas para que se alcance el efecto buscado. A primera vista parece más fácil esta manera de proceder. En realidad exige, para tener pleno efecto, que el sujeto a quien se aplique se encuentre ya en hipnosis parcial, es decir, que haya cesado de disponer sobre él mismo la influencia normal que ejerce ordinariamente.

El operador debe buscar la mirada del sujeto, usar de pases magnéticos o de aplicaciones, sugestionar sin descanso, no con tono imperioso, sino con voz tranquila, monótona, insistente, afirmativa. Debe, sobre todo, hacer un esfuerzo mental para poner en juego el cuarto medio de acción: la telepsiquia o sugestión mental.

He indicado en el capítulo II, § 6, cómo aumentar la sugestibilidad de una persona determinada sobre la cual se desea experimentar. El debutante deberá usar de ese procedimiento que puede reemplazar el primer contacto y crear por sí solo el estado de receptividad.

3. PERTURBACIÓN DEL EQUILIBRIO. — Este experimento puede practicarse de dos maneras: consecutivamente a la caída hacia delante o a la toma de contacto.

A) Primera manera. — Cuando hayáis hecho caer al sujeto hacia atrás y hacia delante, hacedle caer a la derecha, luego a la izquierda por los mismos procedimientos. En seguida, rogándole que os mire con firmeza a los ojos, decidle que avance lentamente sin apartar la mirada y que va a comprobar que se inclina alternativamente hacia atrás y hacia delante, a la derecha y a la izquierda, que no puede andar derecho, que ha perdido el dominio de su equilibrio, que va a marchar de través, que cuanto más avance menos podrá mantener su equilibrio. Colocad vuestras manos a cada lado de la cabeza del sujeto, a dos centímetros de sus cabellos, fascinadle retrocediendo, continuad las sugerencias verbales y haced un esfuerzo de voluntad. Cuando el sujeto haya recorrido cuatro o cinco metros titubeando, decidle que puede andar solo pero que será incapaz de recobrar el equilibrio hasta que así se lo ordenéis.

B) Segunda manera. — Después de haber tomado el contacto, obrad como antes, pero sin hacer previamente caer el sujeto hacia atrás, hacia delante, a la derecha y a la izquierda.

4. AUTOMATISMO IMPUESTO. — Haced sentar al sujeto, decidle que os mire, rogándole que dé a sus manos un movimiento rotativo, procurando que giren con rapidez la una por encima de la otra. Colocad vuestra mano derecha a la derecha de la cabeza del sujeto y decidle que en un instante sus manos empezarán a dar vueltas sin que necesite realizar el menor esfuerzo para conservar el movimiento. Repetid esta sugestión y representaos mentalmente lo que ella significa. Cuando el sujeto os diga que en realidad no hace esfuerzos, que sus manos parecen movidas por una causa extraña, insistid en que ahora van a girar más rápidas y que sentirá el movimiento acelerarse. Si este resultado es obtenido, sugerid bruscamente: Vea

ahora que ya no -puede usted detenerlas, etc., añadiendo que cuanto más intente detener sus manos las vueltas serán más rápidas. Insistid hasta que el efecto sea obtenido, después alejaos del sujeto para que él mismo compruebe con toda libertad la inutilidad de sus esfuerzos.

5. OTRO EXPERIMENTO DE AUTOMATISMO. — Dad un objeto para que lo coja el sujeto. Decidle que lo retenga apretado en su mano y que mire atentamente a esta última. Sugeridle que va a experimentar la sensación de un ligero movimiento del objeto que impulsará la mano hacia delante. Afirmadle que su mano comienza a tener imperceptibles impulsos hacia delante. Mientras le sugestionáis de ese modo mantened vuestra mano izquierda, con los dedos reunidos 'en punta, detrás de la nuca del sujeto.

Cuando los movimientos sean visibles continuad vuestras sugerencias asegurando que irresistiblemente el objeto va a arrastrar al sujeto hacia delante. Variad esta sugestión, repetid pausadamente, aprovechando todos los síntomas de su realización para colocar una afirmativa: Vea usted: su brazo se retira... Va usted a andar hacia delante; ya no puede resistir, cuanto más resiste, más le arrastra eso.

En el momento en que el cuerpo del sujeto se inclina hacia delante, decid: Vea usted cómo marcha hacia delante; el objeto le arrastra irresistiblemente. Continúad así vuestra acción hasta que hayáis decidido concluir con este experimento.

No es necesario repetir que, como anteriormente, la acción psíquica debe entrar en juego. Durante el curso entero del experimento es preciso siempre que os representéis mentalmente lo que ha de verificarse. Cread siempre la imagen mental de la realización que perseguís.

6. CÓMO DESPERTAR AL SUJETO. — Para hacer que cese uno de esos efectos, basta sugestionar al sujeto convenientemente. Para detenerle en el desequilibrio decid: Muy bien, ahora va usted a andar derecho. Se puede, al mismo tiempo, pasarle rápidamente las manos de la cabeza a la cintura, sobre la espalda, rozando ligeramente sus vestidos. Este «pase» debe ser repetido varias veces. Cuando un efecto parece persistir más que de costumbre, es preciso hacer sentar al sujeto y despertarle completamente con pases rápidos de la cabeza a las rodillas, como se ha explicado en el Libro I, capítulo I. Aconsejo despertar al sujeto lo menos posible si se han de hacer con él otros experimentos.

Capítulo VI:

HIPNOSIS PARCIAL (CONTINUACIÓN). — PERTURBACIONES MOTRICES: MOVIMIENTOS SUSPENDIDOS .

1. *El experimento sumamente conocido del peso que aumenta.* — 2. *La parálisis de un miembro, de las mandíbulas, de los párpados, etc.* — 3. *Incapacidad total de movimiento.* 4. *Otros experimentos de perturbaciones motrices.*

1. EL EXPERIMENTO SUMAMENTE CONOCIDO DEL PESO QUE AUMENTA. — Todos los experimentos propuestos al lector de este curso se hallan expuestos en un orden gradual. Sobre un sujeto muy sensible, sobre una de esas personas excepcionales como se encuentran de 2 a 5 por 100, que durante mucho tiempo se han considerado como las únicas en las que son eficaces los procedimientos psicomagnéticos, cualquier fenómeno es obtenido fácilmente. Pero cuando se trata de experimentar sobre el común de los mortales, es preciso tener mucho cuidado de comenzar por los más ligeros efectos y proceder gradualmente. Para conseguir que una persona llegue a encontrarse incapaz de suspender un peso normalmente débil es necesario haber adquirido sobre ella un ascendiente revelado por medio de previos experimentos o ser bastante experto para establecer dicho ascendiente de improviso. Hipnotizando muy buenos sujetos se puede estudiar útilmente el psiquismo y dar sesiones muy apreciadas del público, pero se gana poca cosa desde el punto de vista de su propio desarrollo. Existen hipnotizadores de sesiones públicas obligados a llevar a remolque cuatro o cinco minus habentes, cuando con un poco de preparación se puede experimentar con personas elegidas al azar en cualquier sitio donde se encuentren.

El experimento del peso puede ser logrado seis veces entre diez por un hipnotizador entrenado.

A los pies del sujeto se coloca un peso de cinco o diez kilogramos. Se ruega al sujeto coger el peso por la anilla, y cuando se halla encorvado por esta maniobra se le ordena mirar los ojos del operador. Éste se sitúa del lado derecho, aplica algunos segundos su mano derecha sobre el codo izquierdo del sujeto y su mano izquierda sobre el codo derecho. En seguida retrocede, sin perder de vista al sujeto, y le dice: Vamos a ver, señor, ¿cuántos kilos cree usted que tiene esa pesa? El otro responde generalmente indicando la cifra que ha tenido tiempo de leer por debajo de la anilla. Suéltela, señor, continúa el experimentador, y siga mirándome. Verá usted cómo la pesa llega a ser ligera... mucho más ligera... Desde que yo diré: «Dispóngase a levantar la pesa, pronto, de un solo impulso», comprobará usted que ha disminuido de modo apreciable. Después añada bruscamente: Esa pesa ya no es de 10 kilos...

Tiene ahora... 2 kilos... 1 kilo; levántela, levántela. Luego, para darse cuenta de la impresión producida, cuando la pesa se encuentra de nuevo en el suelo pregunta: En toda conciencia, señor, ¿la ha notado usted más ligera? Es singularmente raro que el sujeto no responda, con sinceridad, que la encontró más ligera. El hipnotizador (que no debe cesar su fijación ni las sugerencias mentales correlativas de sus palabras) puede entonces cargar a fondo: Ahora, señor, dirá, va usted a encontrarla más pesada... Esa pesa no es de 10... esa pesa... tiene 20...

30... 50 kilos... 100 kilos; imposible levantarla; 1.000 kilos... 5.000 kilos, y para neutralizar los esfuerzos del sujeto le da pases rápidos con la mano derecha sobre la columna vertebral, imperiosas sugerencias mentales y una fascinación intensa afirmando: 10.000 kilos... 50.000... 100.000 kilos, etc.

El efecto es sorprendente.

2. LA PARÁLISIS DE UN MIEMBRO, DE LAS MANDÍBULAS, DE LOS PÁRPADOS, ETC. — Esos efectos se obtienen por la combinación apropiada al experimento que se intente de los métodos expuestos en capítulos anteriores.

Para obtener la parálisis parcial es preciso:

1.º Obrar sobre los músculos interesados con pases o aplicaciones magnéticas efectuados según las leyes expuestas en el Libro I, capítulo I. Los pases rápidos y los contactos de polos inversos tienden a determinar la parálisis. De modo que si se trata del brazo derecho, actuar con la mano izquierda; si se trata del brazo o de la pierna izquierda, actuar con la mano derecha; para suprimir el movimiento de los párpados actuar con la mano izquierda sobre el ojo derecho y con la mano derecha sobre el ojo izquierdo.

2.º Mantener la atención del sujeto inmovilizado, haciéndole fijarse en los ojos del operador.

3.º Sugerirle verbalmente que el efecto buscado va a producirse; que siente que su brazo, su pierna se paralizan o que sus párpados caen; que en pocos minutos no podrá mover su brazo, su pierna o tener sus párpados levantados.

4.º Representarse mentalmente lo que se intenta conseguir, expresando la voluntad de que el efecto se realice.

Sería fastidioso detallar la técnica precisa de cada experimento, y al lector le interesa establecerla de su propia iniciativa, de acuerdo con las leyes enunciadas en el Libro I y basándose en las precedentes instrucciones que le servirán de modelo.

3. INCAPACIDAD TOTAL DE MOVIMIENTO. — Puede ser intentada por contractura, pero se obtendrá más fácilmente por parálisis.

Hemos visto en el capítulo IV, § 2, un experimento de inmovilización del sujeto sobre su silla; inmovilización que no es entonces sino epifenómeno de turbación provocada por la continuidad rápida de los experimentos preliminares y que cesa, por otra parte, desde que se detiene la acción cuádruple del experimentador.

Se trata ahora de crear un estado análogo pero de tal manera que, una vez obtenido, persista hasta que el operador abandone al sujeto.

Para realizarlo, después de la toma de contacto, coloca su mano derecha de plano sobre la columna vertebral del sujeto, estando la izquierda situada, con los dedos reunidos en punta sobre su epigastrio. Fijando los ojos en el sujeto (que podrá estar de pie o sentado), el operador obra sobre él telepsíquicamente sugiriéndole lo que sigue: Va usted a experimentar una sensación de frescura, sus músculos se sueltan, se ablandan... se aflojarán poco a poco y muy pronto han de estar tan distendidos que le será a usted imposible hacer el menor movimiento apreciable. Continuando estas sugerencias, el operador efectúa una treintena de pases muy rápidos con su mano derecha a lo largo de la columna vertebral. En seguida el sistema muscular del sujeto será afectado de una atonía más o menos pronunciada, y que en ningún caso es inútil impulsar hasta la completa resolución.

4. OTROS EXPERIMENTOS DE PERTURBACIONES MOTRICES. — Se ve producirse con bastante frecuencia en las sesiones experimentales:

El arrodillamiento obligado, que se obtiene paralizando las rodillas.

La marcha forzada hacia delante o hacia atrás, análoga a la del automatismo, descrito en el capítulo anterior, § 5.

La atracción a distancia, efecto de la concentración mental del operador, colocado a dos, diez, veinte metros del sujeto o en otra habitación, detrás del muro.

La obligación impuesta al sujeto de cerrar gradualmente la mano y de abrirla.

El lector los ejecutará fácilmente basándose en los principios generales ya expuestos. Su ingeniosidad le ha de sugerir, por otra parte, otros muchos experimentos del mismo género.

Capítulo VII

HIPNOSIS PARCIAL (CONTINUACIÓN) PERTURBACIONES SENSORIALES

1. Advertencia. — 2. Ligero efecto sobre la vista. — 3. Alucinaciones visuales. — 4. Alucinaciones auditivas. — 5. Alucinaciones del olfato y del gusto. — 6. Sensaciones táctiles sugeridas. — 7. Disminución de la sensibilidad cutánea.

1. ADVERTENCIA. — Se recomienda la mayor prudencia en el ensayo de la producción de las alucinaciones en el estado de vigilia; en tanto que la hipnosis no es más que parcial, en tanto que el sujeto tiene conciencia de lo que se le impone, en tanto que no se halla en estado de sueño hipnótico completo, el operador no domina por entero los fenómenos que provoca. Si encuentra una resistencia cuando quiere disiparla, si en un momento dado manifiesta agitación, impaciencia y pierde la serenidad, arriesga perder al mismo tiempo su imperio sobre el sujeto, y en este caso le costará un gran esfuerzo despejar la influencia.

No se provoca la alucinación con una palabra ni con un gesto. Es preciso una seria acción, y considero las perturbaciones sensoriales en el estado de vigilia como una fase muy delicada del hipnotismo. Añadiré que cuanto más sensible sea el sujeto, más profundamente se implanta la influencia y más debe conservar el operador la posesión de sus medios.

Después de una docena de experimentos, un debutante está generalmente deprimido; consume sus reservas de fuerzas psicomagnéticas y debe saber detenerse a tiempo para recuperar sus energías con el descanso. Ahora bien, cuando se aborda la fase hipnótica que vamos a tratar, es necesario prevenirse de almacenar las fuerzas indispensables para dominar las dificultades que pueden encontrarse en la segunda parte de la operación, consistente en volver a colocar al sujeto en su condición normal.

En 1915, a la mañana siguiente de una de mis sesiones de experimentación, vinieron a buscarme para despertar a un joven, Raimundo G., habitante en la calle de Viarmes, en París, a quien una de sus parientes había puesto inconscientemente en una condición hipnótica profunda al intentar reproducir sobre él un experimento de alucinación que me vieron ejecutar la víspera en algunos de los concurrentes. Llegó a conseguirlo más allá de sus deseos; siendo muy sensible su sujeto improvisado, se encontró muy pronto tan bien hipnotizado, que todas las manipulaciones intentadas por la experimentadora ocasional para sacarle de aquel estado quedaron sin efecto. El joven permaneció toda la noche en estado segundo. Me fue precisa media hora para apartarle de su estado.

El hipnotismo no envuelve en sí peligro alguno; pero, como cualquier otro agente, puede llegar a ser peligroso en manos inexpertas.

No olvide el lector mis recomendaciones. No tendrá nunca nada que temer si, de acuerdo con los principios de la prudencia, se abstiene de iniciar un experimento antes de haber adquirido con las prácticas anteriores las cualidades exigidas para permanecer siempre dueño de la situación.

2. LIGERO EFECTO SOBRE LA VISTA. — Después de haber provocado sobre el sujeto algunos experimentos preliminares, o bien tomando el contacto psicomagnético, entregadle un diario cualquiera, un libro o una revista en el que habréis encuadrado una columna o una página con dos trozos negros tan anchos como sea posible, espaciados con una faja blanca. Rogad al sujeto que recorra lentamente con la mirada el rectángulo así trazado y decidle: Ahora va usted a leer en alta voz, lentamente, ese artículo, esta página, procurando mirar las palabras, letra a letra. Desde las primeras líneas observará como un velo, como una niebla y muy pronto las palabras le parecerán ininteligibles; le será a usted imposible continuar leyendo. Cuando el sujeto comience a leer, colocad vuestras manos a cada lado de la cabeza, con los dedos reunidos en punta, en el sitio de los centros nerviosos respectivos del ojo derecho y del ojo izquierdo, teniendo en cuenta las leyes de la polaridad magnética, es decir, situando vuestra mano derecha en el lado izquierdo y recíprocamente vuestra mano izquierda en el lado derecho de la cabeza del sujeto.

Obtenido el efecto, con algunos pases rápidos delante de los ojos se restablecerá la condición normal.

3. ALUCINACIONES VISUALES. — Experimentos preliminares o contacto. Colocad en tierra un disco de cartón previamente ennegrecido cuidadosamente, siempre que sea posible, con un barniz brillante. Decid al sujeto que sostenga su mirada sobre la superficie del disco. Después sugeridle que va a ver formas primero confusas y cada vez más claras dibujándose ante sus ojos. Repetid lentamente esta sugestión hasta que el sujeto anuncia que ve algo. Obtenido este resultado y sabiendo que el sujeto ve, transformad la visión primitiva en una alucinación que debéis elegir. Proceder con la modificación progresiva de la imagen percibida. Así podéis sugerirle que la silueta indecisa que cree ver sobre el disco llegará a ser perfectamente visible; que va a ver como aquella silueta es la de tal o cual personaje, vestido de tal o cual manera; en seguida podéis sugerir la llegada de un segundo personaje y toda especie de hechos y de gestos de las dos visiones fantasmas atraídas por este método. Llevando más lejos el fenómeno, haréis salir los personajes del disco, les haréis hablar al sujeto, moverse en la habitación, etc.

Durante todo este experimento hay que ayudarse de pases lentos y enérgicos sobre el encéfalo del sujeto y de una acción psíquica sostenida. La semiobscuridad es preferible. Pases rápidos para despertar.

4. ALUCINACIONES AUDITIVAS. — Como para las alucinaciones visuales en el estado de hipnosis parcial, es preferible no sugerir nunca de improviso la alucinación sin darle un punto de partida definido. De este modo la audición primitiva y real del tictac de un reloj puede transformarse, por sugestión, en la de la marcha ritmada de un regimiento o de una orquesta, rumores que se modificarán en el acto si se desea. La obscuridad completa o la luz roja facilitan grandemente la producción de las alucinaciones auditivas. Como para todos los experimentos de hipnosis parcial, combinar la magnetización y la acción telepsíquica a la sugestión verbal ayudada de una impresión sensorial.

5. ALUCINACIONES DEL OLFATO Y DEL GUSTO. — La producción de estas alucinaciones exige una acción más intensa que las anteriores. El principio de la transformación gradual debe ser aplicado siempre. Si dais al sujeto una substancia sin sabor ni olor, antes de sugerirle que dicha substancia tiene tal gusto o tal olor es necesario decir que va a encontrar un gusto o un olor indefinible al principio, pero que poco a poco le parecerá característico. Si hacéis el experimento inverso, que consiste en anular progresivamente el sabor o el olor de una substancia determinada, empezad por sugerirle que se altera ligeramente, luego mucho más, hasta que por fin se disipa y que él es incapaz de percibirla. Para despertar, pases rápidos y sugestivos.

6. SENSACIONES TÁCTILES SUGERIDAS. — El efecto cómico que produce este experimento lo hace elegir por todos los hipnotizadores de representaciones públicas; se afirma al sujeto que va a experimentar una intensa sensación de frío o de calor y se insiste hasta que tirite y se encoja buscando abrigo o hasta que, al contrario, se esponje de sudor y se quite alguna ropa. El poder de la sugestión es manifiesto en semejante caso, porque el sujeto, aun en pleno verano, puede ser conducido a un estado real de frío, claramente perceptible para los asistentes, de igual manera que en lo más riguroso del invierno suda cuando se le sugiere el calor. Todas las sensaciones posibles e imaginables pueden así ser sugeridas. También se suele entregar un termómetro al sujeto para comprobar la temperatura. Un objeto colocado en la mano del sujeto llegará a quemar teniendo que arrojarlo si se sugestionan como es debido. Un pestillo de puerta puede transformarse en fuente de una fuerte corriente eléctrica, etc.

Para conseguir provocar estos fenómenos es preciso que la receptividad sea establecida como siempre, pero es necesario también poner en esto atención especial, porque no es permitido ayudarse de un punto de partida, como en las alucinaciones visuales y auditivas. Con acciones magnéticas se cargará pura y simplemente el encéfalo aplicándose el principio de la polaridad en los centros nerviosos interesados (ver para la polaridad el Libro I, capítulo I).

7. DISMINUCIÓN DE LA SENSIBILIDAD CUTÁNEA. — La anestesia puede ser localmente obtenida sin hipnosis total sobre gran número de personas. Añadiré que

con tiempo se lograría sobre todo el mundo. Fundo esta observación en diversos hechos, de los que el más característico fue el resultado de un experimento que intenté en 1918 sobre un hombre que sufría dolores fulgurantes de la ciática tabética. El sujeto, de unos cuarenta años de edad, robusto, en extremo desarrollado físicamente, es un jefe de industria. El uso prolongado y excesivo de los «sellos» calmantes de todas clases le habían aliviado algún tiempo, pero las drogas ya no hacían efecto en el momento en que yo empecé a ocuparme de su enfermedad. Sus dolores, agudos y tenaces, sobreviniendo en crisis trisemanales, duraban generalmente desde la noche hasta la mañana del día siguiente. Con objeto de calmarle (y sin esperar suprimir por completo el sufrimiento) apliqué las reglas ordinarias de la magnetización, y, descontento del poco efecto obtenido por mis procedimientos, pensé de repente una noche continuar mi acción durante horas si hacía falta para llegar a un resultado más satisfactorio. Ordinariamente la sesión duraba tres cuartos de hora. Desde la primera noche superé esta duración, y en hora y media conseguí la anestesia completa; en las sesiones que siguieron no tuve necesidad de emplear tanto tiempo.

Después he estudiado especialmente el problema de la anestesia, y he aquí ahora cómo propongo operar:

Luz azul.

Siempre que sea posible, además del alumbrado general de la habitación, dirigir un haz de rayos luminosos azules, enfocándolos a los ojos del sujeto.

Tomar el contacto.

Sobre la parte que se quiere insensibilizar efectuar pases de la mano izquierda, en extremo rápidos, dejando la mano derecha de plano sobre la columna vertebral del sujeto, con los dedos dirigidos hacia abajo.

Tener la mirada atenta a la trayectoria de los pases y no cesar de mantener en su imaginación la representación mental de la analgesia.

Sugerir constante y mentalmente: Le impongo a usted este estado; se lo impongo irresistiblemente, etc.

Usar la sugestión verbal, si se quiere, aunque no sea indispensable; los procedimientos y la autosugestión del paciente reemplazan lo bastante el efecto de vuestras palabras.

Capítulo VIII

HIPNOSIS PARCIAL (CONTINUACIÓN Y FIN) PERTURBACIONES CENTRALES

1. Nociones generales. — 2. Amnesia. — 3. Ejecución de actos impuestos. — 4. Importancia del despertar.

1. NOCIONES GENERALES. — Ya hemos visto que existen varias fases del estado anormal a la hipnosis total; es decir, del momento en que tomáis a una persona cualquiera para hacerle experimentar un ligero efecto hipnótico seguido de otro más importante y así sucesivamente, hasta el momento en que pierde la conciencia. De la caída hacia atrás a las perturbaciones centrales, el sujeto está sometido a una acción gradual cada vez más potente. Las perturbaciones centrales constituyen la más profunda de las fases del hipnotismo parcial; hay que hacer poco para obtener la hipnosis total de una persona lo suficientemente influida para ejecutar en el estado de hipnosis parcial los actos impuestos por el experimentador. Esto revela lo necesario que es el establecimiento del contacto magnéticopsíquico para el éxito de los experimentos de perturbaciones centrales. Un operador preparado puede saltar las etapas, producir, por ejemplo, la caída hacia atrás, la contractura de los brazos y de las manos, una alucinación visual e imponer inmediatamente un acto. Estando destinado este curso q1 gran público, a los aficionados debutantes, lo gradúo en declive suave, deseoso de asegurar a cada uno el éxito rápido con el mínimo de descrédito; es decir, de percances y de fracasos. Por esto no me canso de recomendar la necesidad de proceder progresivamente. Estoy seguro de que triunfarán en la mitad de sus ensayos los que sigan fielmente mis indicaciones.

Para estudiar el fenómeno de perturbación central elegid un sujeto muy sensible, una persona ya influida varias veces o una persona cualquiera sobre la cual tomaréis un contacto de diez o veinte minutos, un contacto activo hasta llegar a «dominar».

2. AMNESIA.—Ya hemos visto cómo se impide a una persona pronunciar su nombre. Obtenido este resultado puede seguir la amnesia inmediatamente. Basta continuar la fascinación del sujeto diciéndole: «/Muy bien! ahora va usted a encontrarse incapaz de recordar su nombre; en seguida, cuando yo diré “tres” tratará usted de acordarse, sin conseguirlo; no podrá usted representarse cómo se escribe ni siquiera imaginar sus asonancias.» Después de dar varios pases delante de los ojos del sujeto, aplicad rápidamente vuestro índice a la frente, aproximad vuestra mirada a la suya y sugerid: «Ahora (gesto rápido ante los ojos) no puede usted ya recordar su nombre; mientras más lo intente menos se acordará.»

Dad un lápiz y papel al sujeto — (que como se recordará está afónico) — para que ensaye escribir su nombre. Veremos más adelante que una palabra basta para dormir a un sujeto llegado a esta fase de la influencia.

Supongamos ahora que se desea producir la amnesia en una persona que no se encuentre previamente afónica. En este caso aplicad vuestros dedos reunidos en punta, la mano derecha a la izquierda y la mano izquierda a la derecha, de la cabeza del sujeto, en el sitio de los centros del oído. Para eso hay que colocarse delante fijándole con la mirada. Después sugeridle que va a encontrarse incapaz de recordar su nombre, el de otro individuo que conozca, el vuestro o no importa qué palabra: «Imagine usted cómo se escribe ese nombre — diréis al sujeto—, véalo mentalmente escrito delante de usted; las letras van a desvanecerse de improviso y usted lo habrá olvidado...» Insistid hasta el completo olvido.

3. EJECUCIÓN DE ACTOS IMPUESTOS. — Ejemplo: obligar a una persona a dar un objeto que le pertenece, contra toda su resistencia. Podéis contar en la producción de ese fenómeno con un quinto agente llamado «la atención expectante del sujeto». Éste interviene desde que por la demostración de la realidad de la influencia habéis creado en el espíritu de los asistentes en general o en el de uno de ellos en particular la impresión de que al momento en que sugestionáis, debe seguir un resultado correlativo. La atención expectante obra en todos los experimentos; pero la considero como cantidad despreciable para cualquier otra cosa, a no ser la imposición de actos en la hipnosis parcial o en la producción de la hipnosis total. Por consiguiente, cuando a una persona que ya ha experimentado vuestros conocimientos prácticos en psiquismo le decís que dentro de varios minutos va a encontrarse irresistiblemente impulsada a entregaros tal o cual objeto, determináis en el acto dos fenómenos: 1.º Consume su fuerza nerviosa en repetirse: «No; yo no quiero hacerlo, yo no quiero hacerlo» y en resistir íntimamente. 2.º La obligáis a pensar: «¿Pero es que siento algo?; me parece que siento algo extraño... ¿qué va a suceder?, etc.» Se trata entonces de aumentar lo más rápidamente posible la turbación así producida, empleando sugerencias hábiles: «Va usted a empezar a sentir como una ligera corriente que circula en el brazo... contra su voluntad me entregará usted el objeto... es irresistible... mientras más quiera negármelo más fuerte será la influencia... insensiblemente su brazo se anima de movimiento... ahora se mueve visiblemente, etc.» Y como siempre, vuestra acción telepsíquica, con ayuda de pases magnéticos y la mirada sostenida tenazmente, concurrirán a asegurar la ejecución de vuestra «orden».

Cuando logréis que un sujeto ejecute dos o tres actos, le será cada vez más difícil resistir y entonces se le puede hacer que obedezca más rápidamente.

En esta última fase, como cuando se produce la amnesia, una palabra basta para dormir; se anda en los confines del sueño provocado. El sujeto no sale del estado de vigilia, en el sentido de que tiene conciencia de sus actos y sabe que obra bajo un impulso exterior, pero la influencia le penetra tan profundamente que puede llegar en pocos minutos a los más profundos estados.

4. IMPORTANCIA DEL DESPERTAR. — Lo que precede implica la necesidad, cuando no se desea proseguir los experimentos, de despertar cuidadosamente el sujeto. Para eso dadle pases rápidos sugiriéndole: «Ahora siente usted que la influencia se disipa; va usted a recobrar su dominio; va usted a encontrarse como antes dueño de sus actos, y durante varios días experimentará una vigorización de todas sus facultades, se sentirá usted bien, con la inteligencia lúcida, y reirá de buena gana recordando nuestra entretenida sesión»>

Capítulo IX

FASCINACIÓN. — MEDIOS MECÁNICOS SUAVES

1. El estado de sortilegio. — 2. El espejo rotativo. — 3. Bolas hipnóticas, hipnodiscos, sortijas hipnóticas. — 4. Acción del imán. — 5. Objetos magnetizados.

1. EL ESTADO DE SORTILEGIO. — Describo este estado por referencias, no habiéndolo nunca visto provocar ni conseguido producirlo claramente. Después de una fijación de varios minutos ciertas personas se encuentran, según parece, en una situación que recuerda la del pájaro fascinado por la serpiente; siguen al operador, repiten sus movimientos, sus palabras y sus juegos de fisonomía. Dos experimentadores, Albreto Barón d'Hont, sobrenombrado «Donato», y Brémaud, médico de Marina, obtenían dicho estado con facilidad extraordinaria. Estoy convencido de que un mismo sujeto hipnotizado por dos personas distintas presenta características diferentes para cada una de ellas. Quizás entre los lectores se encuentre alguno que, dotado de una manera análoga a los experimentadores que acabamos de nombrar, logre producir el estado de sortilegio por fascinación. Observaremos que en la experimentación de Donato y de Brémaud sólo la acción sensorial intervenía conscientemente y no las cuatro influencias combinadas.

2. ESPEJOS ROTATIVOS. — Un espejo mecánico de los que se emplean para cazar alondras, tiende a hipnotizar de una forma suave y gradual. Este medio, innovado en el Hospital de la Caridad por el doctor Luys, es excelente para preparar a una concurrencia a los experimentos de la hipnosis parcial. Puede provocar por sí solo el sueño completo en sujetos sensibles.

3. BOLAS HIPNÓTICAS, HIPNODISCOS, SORTIJAS HIPNÓTICAS, ETCÉTERA. — Una bola hipnótica se halla constuida esencialmente por una esfera de vidrio en el centro de la cual se encuentra colocado un punto brillante, una cabeza de alfiler redonda y niquelada, por ejemplo. Este instrumento sirve para reemplazar la mirada de los experimentadores, cuyos ojos se fatigan fácilmente. Además, una bola hipnótica es un elemento sugestivo que afecta más o menos la imaginación.

El hipnodisco es un aparato combinado para afectar la vista y del que existen varios modelos. Voy a indicar dos, muy sencillos, que todo el mundo podrá construir a poco coste.

Primer modelo. — Procuraos un estrás³¹ de buena calidad y de talla tan perfecta como sea posible y hacedlo engastar en un disco de metal niquelado. Este aparatito, sostenido con una inclinación de 45° en la mano del sujeto, y haciendo que éste fije en él su mirada, es muy eficaz para adormecer la conciencia y preparar el subconsciente a recibir tranquilamente las sugerencias.

Segundo modelo. — Sobre una hoja de papel blanco, trazad con el compás un círculo negro de tamaño algo mayor que una pieza de plata de dos reales, y varios círculos concéntricos, igualmente espaciados. Ennegreced el círculo central y dos o tres coronas concéntricas de manera que se forme una especie de cartón de tiro al blanco, pero procurando que las coronas blancas y negras sean del mismo ancho y que la figura quede delimitada por una banda blanca. Recortad esta figura y pegadla sobre un cartón que recortaréis también, cuidadosamente, en el límite de la última banda blanca. Haciendo describir al centro del disco un movimiento rotativo, delante de los ojos del sujeto, colocaréis a éste en tal condición que vuestra mirada tendrá inmediata acción sobre su voluntad.

Una sortija con un grueso brillante, y a falta de éste una imitación género Plimsaut, pueden prestar reales servicios. Pickmann, que ha puesto de moda la utilización hipnótica del diamante, logró los mejores efectos. Vuelto el brillante hacia la palma de la mano, se ruega al sujeto que lo mire presentándoselo a muy pocos centímetros. Después hay que dar a la mano un movimiento ondulatorio para hacer centellear las facetas de la piedra. La caída hacia atrás puede ser provocada, por este medio, con la aplicación de la otra mano sobre la espalda.

Además del efecto fascinador de todo cuerpo brillante, deberemos recordar que los antiguos insistieron mucho sobre la virtud de algunas piedras. Se sabe hoy que los minerales tienen una radioactividad más o menos grande. El diamante me ha parecido que obra de manera muy potente sobre ciertos sujetos, y en la actualidad me ocupo en investigar si las otras gemas, cada una sobre una categoría determinada de individuos, no tienen también una acción radioactiva utilizable para la producción de los fenómenos hipnoides. En este caso resultaría que hay algo de fundado en la antigua creencia en los talismanes que me parece una exageración muy alterada de la noción de la influencia radioactiva de los minerales³².

4. ACCIÓN DEL IMÁN. — La acción del imán sobre el organismo humano fue conocida casi al mismo tiempo que el mismo imán. En 1754, el abate Lenoble y en 1775 el padre Hell, director del Observatorio de Viena, aplicaban ya el imán a la curación de las enfermedades.

Los magnetizadores modernos admiten que se desprende del imán, además de su acción física, una modalidad de la energía análoga a la del magnetismo humano. Por su parte, los hipnotizadores adversarios del magnetismo, particularmente los

³¹ Composición que imita el diamante.

³² Ver: Ciencia oculta y magia práctica.

doctores Fére y Binet, han reconocido la acción efectiva del imán sobre la somnolencia. Más adelante tratamos esta cuestión en detalle. En lo que se refiere a la hipnosis parcial, una fuerte lámina imantada, cimbrada de forma que se puede aplicar a la frente, ayuda ciertamente a la acción personal del operador. Hay que disponerla de manera que el polo positivo del imán esté a la derecha y el negativo a la izquierda.

Un sujeto muy sensible es repelido con la aplicación a la frente del polo positivo del imán, y atraído con la aplicación de ese mismo polo en la nuca. Inversamente, el polo negativo atrae en la frente y repele en la nuca.

5. OBJETOS MAGNETIZADOS. — La mayor parte de los cuerpos pueden ser saturados de influjo magnético; el agua y la cera conservan durante mucho tiempo el agente magnético. Sin duda por esta circunstancia los hechiceros se sirven de figuritas de cera. A falta de una barra imantada se puede utilizar una simple venda cargada con pases lentos que ha de aplicarse a la frente. Una placa de cera, rectangular, de quince centímetros de largo y cuatro de ancho, sostenida en sus dos extremos, al cabo de un cuarto de hora se encontrará magnetizada positivamente del lado de la mano derecha y negativamente del lado de la izquierda. Es fácil emplearla como una barra imantada aplicándola en la frente del sujeto.

Capítulo X

LA HIPNOSIS TOTAL (ESTADOS POSTHIPNÓTICOS)

1. Consecutivamente a la hipnosis parcial media. — 2. Consecutivamente a la hipnosis parcial avanzada. — 3. Consecutivamente al sueño natural. — 4. Consecutivamente al estado normal. — 5. Cómo se comprueba que el sujeto se encuentra en verdadero estado de hipnosis total. Anestesia. — 6. La sugestión durante la posthipnosis (primer grado). — 7. La sugestión durante la posthipnosis (segundo grado). — 8. Contractura general, y como hacerlo desaparecer. — 9. Postsugestión. — 10. Despertar. — 11. Procedimiento infalible para uso de todos. — 12. Procedimiento infalible para uso de los médicos.

1. CONSECUTIVAMENTE A LA HIPNOSIS PARCIAL MEDIA. — Después de haber conseguido provocar uno o dos experimentos de hipnosis parcial ligera, como la contractura de los brazos y de las manos o la afonía, podéis obtener rápidamente la hipnosis total. Supongamos que os encontráis frente a una persona que ha llegado a ser incapaz de pronunciar su nombre, según se explica en el Libro II, capítulo IV, § 4, y que deseáis dormirla completamente. En lugar de darle las sugestionas requeridas para que cese el estado de afonía provocada, es necesario mirarle fijamente, y, sin dejar de actuar por telepsiquia, sugeridle lo que sigue: Dentro de poco va a desaparecer la contracción de su garganta y notará usted que puede de nuevo pronunciar su nombre, pero al mismo tiempo ha de sentir su visión alterada por algo así como un velo, como una niebla, llegando a estar su cabeza pesada hasta que sus ojos se cierran y caiga en profundo sueño. Después de varios minutos de fijación continuad : Ahora recobra usted su voz, pero siente un escozor en los ojos; el sueño le invade, y cuando yo diré «siete» dormirá usted. Uno. Sus párpados le pesan... Dos. Sus ojos se cierran. Tres. Va usted a dormir... Cuatro. Tiene usted sueño... Cinco. El sueño le domina y dormirá irresistiblemente... Seis. Duerma... Siete. Duerma profundamente. Efectuad pases lentos y muy próximos de la cabeza al epigastrio del sujeto y añadid: Duerme usted cada vez más profundamente... Nada podrá despertarle hasta que yo lo ordene... Duerma... Duerma profundamente.

2. CONSECUTIVAMENTE A LA HIPNOSIS PARCIAL AVANZADA. — Cuando el estado de hipnosis parcial es más profundo, por ejemplo, cuando habéis conseguido provocar la amnesia, el sujeto está, por decirlo así, en sus tres cuartas partes dormido. Basta ordenarle enérgicamente en el momento que compruebe la imposibilidad de recordar su nombre: Ahora su cabeza se entorpece... Está usted vencido por un sueño irresistible... Duerma usted profundamente... Cada una de mis palabras le duerme más todavía... Duerma... Duerma profundamente... Nada le despertará antes de que yo dé la orden. No olvidéis, haciendo vuestras sugestionas,

la acción combinada de la mirada, de la voluntad y de los pases magnéticos como en el caso anterior.

3. CONSECUTIVAMENTE AL SUEÑO NATURAL. — Para comenzar haced un buen cuarto de hora pases lentos de la cabeza al epigastrio del sujeto, y un serio esfuerzo de voluntad para representar el efecto penetrante de vuestros pases, la empresa que deben empezar a establecer, etc. En seguida tratad de dar una alucinación al sujeto para insinuarse en gobernar su subconsciente. Por ejemplo, aproximad gradualmente a sus narices un frasco de perfume. Esto tendrá una reacción inmediata sobre el sueño del sujeto, que intentaréis orientar de este modo. En voz baja, en sílabas ritmadas con los movimientos respiratorios del durmiente, repetid:

Per...fu... me... Per... fu... . me.. . Es... te... per... fu... me... le...duer... me...
Duer... . me.. . Per.. . fu.. . me... Dur... mien...do... es... tá... us... ted... Dor.. .
mi. .. do... Duer... . ma...Duer... ma... pro... fun... do... sue... ño...

Vuestra acción psíquica debe estar firmemente sostenida y vuestras sugerencias han de repetirse durante cinco o diez minutos. Después diréis:

El per... fu... me... es... tá... en... un... fras... co... To... me... el fras... co..., repitiendo varias veces, si es preciso, este último mandato, hasta que un movimiento real del sujeto indique que ha sobrevenido un estado so-nambúlico.

Bastará entonces añadir: Hue... la... us... ted... el... fras... co... Duer... ma... Eso... le... duer... me... irre... sis... ti... ble... men... te... Está usted profundamente dormido, el sueño le domina... Nada puede despertarle.

Este método está probado. Se le puede variar de mil maneras. El principio consiste en tomar un contacto con pases, obrar por el pensamiento, ponerse en relación con el estado mental del durmiente con una sensación olfativa o auditiva y encadenar a ese estado mental por medio de una fórmula repetida en voz baja, la idea de sueño irresistible, de sueño profundo y de la incapacidad de despertar. En los dos párrafos siguientes se va a ver cómo se comprueba que el sueño está bien obtenido y cómo se hace ejecutar al sujeto las sugerencias indicadas.

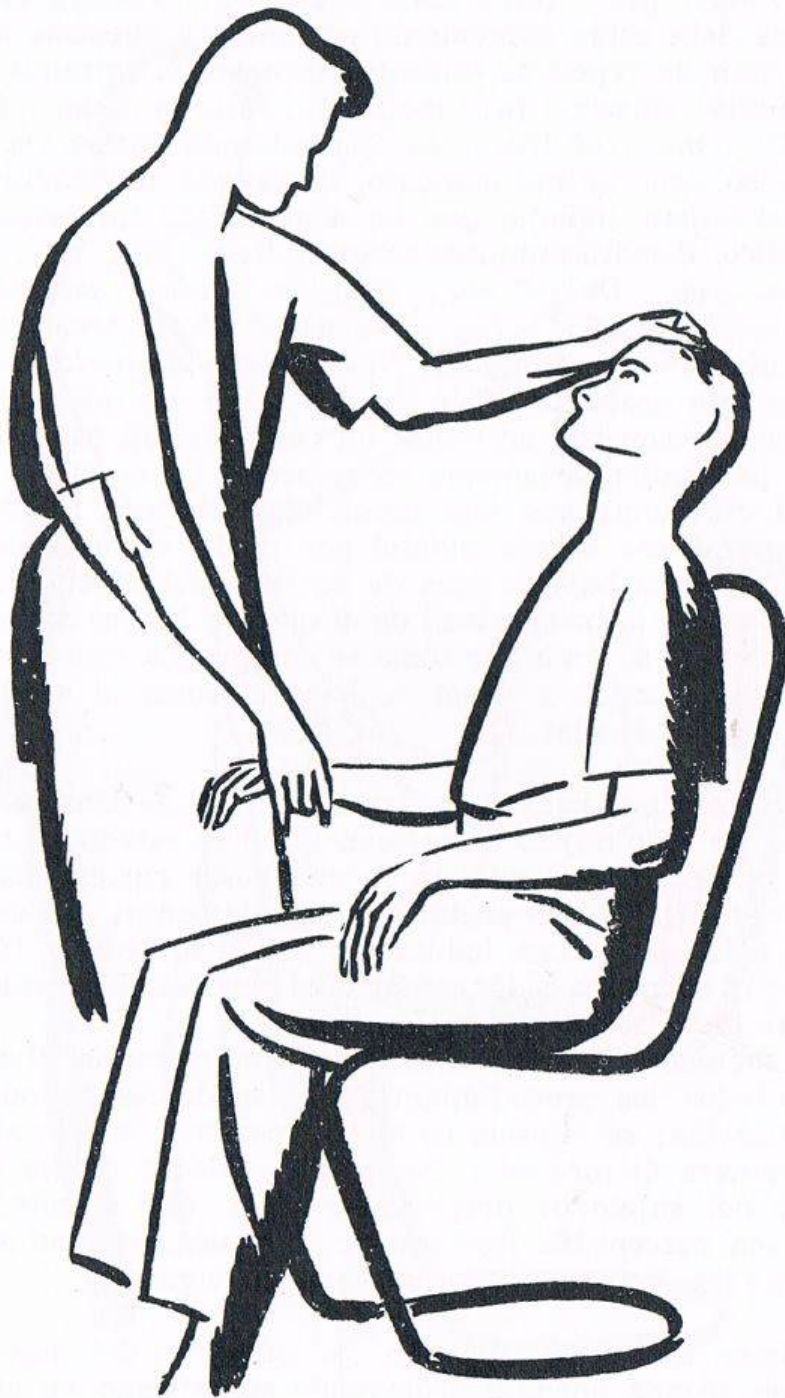


Fig. 6. PRODUCCIÓN DE LA HIPNOSIS TOTAL. Fascinación, que ejerce el operador fijando sus miradas en los ojos del fascinado.



Fig. 7. PRODUCCIÓN DE LA HIPNOSIS TOTAL, *otra forma*. El operador la ejerce, en vez de hacerlo con los ojos, utilizando un objeto brillante.

4. CONSECUTIVAMENTE AL ESTADO NORMAL. — Una persona que no ha sido objeto de influencia en el estado de vigilia y a la que deseáis dormir sin hacerla pasar por estados preliminares deberá ser instalada cómodamente, la espalda vuelta a la luz, en una habitación donde la temperatura se eleve por lo menos a 15°, en la cual tendréis la ventaja de realizar 18 y hasta 20° de calor.

El método siguiente, combinado por el autor, abarca y asocia todos los procedimientos de los demás métodos de hipnotización; su eficacia es muy superior a la de cualquier otra manera de proceder. Si podéis, colocad a uno o dos metros del sujeto un despertador o un reloj grande, cuyo tictac sea perceptible ligeramente. Después ejecutad sucesivamente las diversas manipulaciones que siguen:

Primer tiempo. — Cogiendo los pulgares del sujeto en vuestras manos, oprimid firmemente su extremo, en el sitio de la raíz de las uñas; recomendadle que se coloque en actitud displicente, de flojedad, dejando pender los brazos y las piernas, así como su espalda y su cabeza, que deberá estar apoyada en una almohadilla o en un cojín ligero. Decidle que vais a dormirle suave, gradualmente, sin que experimente la menor inquietud; que tendrá, por el contrario, una impresión dulce; que al invadirle poco a poco un ligero entorpecimiento ha de probar un bienestar efectivo, una sensación de descanso, a medida que el sueño le abrume. Decidle que va a sentir algo semejante a lo que ya ha observado cuando, después de una larga velada, se encontró vencido por el sueño. (Véase figura 6.)

Segundo tiempo. — En seguida presentad delante de sus ojos un objeto brillante cualquiera o la misma punta de vuestro índice, rogándole siga con la mirada el movimiento del punto que fija. Describid con el objeto en cuestión un círculo de cinco centímetros de diámetro muy lentamente, y, al mismo tiempo, dad las sugerencias que siguen, acompañándolas de un esfuerzo mental: Sus párpados van a ponerse pesados... Sus párpados van a ponerse pesados... Sentirá usted como un escozor en los ojos... Se le han de cubrir como con un velo... como una niebla... Sus párpados están ya pesados... Síes ojos van a cerrarse. Repetid esas sugerencias lentamente, en voz baja y monótona, hasta que el sujeto manifieste visible fatiga ocular. Luego añadid: Sus párpados están pesados, pesados como el plomo; cuando yo diré «siete» no podrá usted sostener los ojos abiertos Uno... Dos... Tres... Cuatro... Cinco... Seis... Siete... Ahora sus ojos se cierran, sus ojos se cierran... Tiene usted sueño. (Véase figura 7.)

Tercer tiempo. — Cuando el sujeto ha cerrado los ojos empezad a «cargarle» magnéticamente con pases lentos de la cabeza a la boca del estómago, continuando vuestras sugerencias mentales y verbales: Tiene usted sueño... Tiene usted sueño, el sueño le domina, va usted a dormir un profundo sueño, el sueño le invade irresistiblemente... A cada segundo se duerme usted más... Duerma, duerma, duerma profundamente... Profundo sueño', más profundo sueño... Duerma, duerma, duerma. Su cabeza se inclinará en seguida. (Véase figura 8.)



Fig. 8. PRODUCCIÓN DE LA HIPNOSIS TOTAL. Las dos acciones anteriores han determinado ya la oclusión o revulsión de los globos oculares.

Cuarto tiempo. — Colocado detrás del sujeto, poned vuestra mano de plano sobre el lado derecho de su cabeza, apoyando el índice ligeramente sobre el ojo derecho; con la mano izquierda ejerced una maniobra simétrica. Después acentuad vuestras sugerencias, ritmándolas, apoyando bien cada sílaba y dando a vuestra voz un timbre tan grave como sea posible: Duer... ma... Duer... ma... Es... tá... us... ted... dor... mi... do... Duer... ma... us... ted... con profundo sueño ... to... do... lo... ve... ne... gro... No... oye... más... que... mi... voz... Duerma... Está usted tan bien dormido que... (Véase figura 9.)

Quinto tiempo. — En este momento volved delante del sujeto, colocando vuestras dos manos de plano sobre su cabeza, los pulgares que se toquen en medio de la frente y describid con ellos dos arcos de círculo hacia los lados de la cabeza, poniendo atención en pasar tangentemente a las cejas. Esto deberá continuarse hasta el tiempo que sigue. El cambio de posición ha de realizarse de un modo instantáneo con objeto de que vuestras sugerencias no sufran interrupción ni de medio segundo: Duerma, que cuando yo diré «siete» va usted a caer en el sueño más profundo. Uno... Dos... Tres... Cuatro... Cinco... Seis... Siete... Duerma profundamente... Nada puede- despertarle... Va usted a dormir siempre cada vez más profundamente. Repetid esta fórmula dos o tres veces.

Sexto tiempo. — Tomad el puño derecho del sujeto en vuestra mano derecha y decid: Ahora está usted bien dormido. Excepto yo, nada podrá despertarle. Duerma, duerma pro-fun-da-men-te.

En seguida comprobad, como sigue, que el sujeto está bien dormido. (Véase figura 10.)

5. CÓMO SE COMPRUEBA QUE EL SUJETO SE ENCUENTRA EN VERDADERO ESTADO DE HIPNOSIS TOTAL. ANESTESIA. — Sosteniendo el puño del sujeto como anteriormente, decidle: Ahora es necesario obedecer... Todo lo que yo le diga ha de agradarle... Cierre el puño derecho... Alargue el brazo tieso y rígido... Ahora ya no lo podrá usted doblar hasta que yo lo ordene... Está tieso y rígido como una barra de hierro.



Fig. 9. PRODUCCIÓN DE LA HIPNOSIS TOTAL. Presión suave de los globos oculares.

Demostred la contractura gradualmente. En público, llamad a un hombre «fuerte» para comprobar que es imposible doblar el brazo del hipnotizado. Debe procurarse que ensaye en el sentido de la articulación para no hacer daño al sujeto. Mientras que se intenta doblar el brazo, el operador ha de repetir: Nada -puede hacer que se doble su brazo; está rígido como el acero... Nada podrá hacerlo doblar... Mientras con más fuerza se intente, más tieso se encontrará.

Resolved la contractura diciendo al sujeto: Su brazo deja de estar rígido, vuelve a su estado normal, se dobla muy fácilmente... (Véase figura 11.)

Una segunda comprobación se obtiene con la sugestión de anestesia. En la hipnosis total frustrada así conseguida persiste la sensibilidad hasta que se sugiere la anestesia. Dada esta última sugestión, si duerme realmente el sujeto se le puede picar fuertemente en la parte anestesiada sin que lo advierta lo más mínimo. He aquí cómo procedo siempre para eso. Cogiendo la mano izquierda del sujeto con mi mano derecha, efectúo una presión suave y le digo: Su mano, que yo sostengo, va a ponerse fría, helada, fría, muy fría, insensible... En el acto quedará de tal modo insensible que ha de parecerle no tener mano... Ahora está helada, se la puede punzar sin que usted lo sienta... No sentirá usted ni la más leve molestia. Después, poniéndole en la otra mano un objeto cualquiera, le digo: Huela esta flor; su perfume es delicioso. Y cuando el sujeto aspira el «perfume», le atravieso una aguja esterilizada bajo la epidermis de la mano o del puño, perforando un pequeño espesor de carne. Se lograría también anestesiar la mejilla, pero la epidermis de la mano es menos preciosa. (Véanse figuras 12, 13 y 15.)

En público, durante el tiempo en que atravesáis la carne del sujeto, podéis hacerle reír a carcajadas diciéndole sencillamente que tiene delante a una persona muy cómica y ésta le produce una loca risa y que va a reír cada vez más fuerte.

6. LA SUGESTIÓN DURANTE LA POSTHIPNOSIS (PRIMER GRADO). — Lo que denomino el primer grado de la posthipnosis total es aquel en que se encuentra el sujeto inmediatamente después de la comprobación anterior. Por lo general ejecuta los actos que se le indican y bastan algunas palabras para darle todas las alucinaciones y todas las emociones posibles. Las palabras del experimentador determinan en el subconsciente del hipnotizado las representaciones mentales correlativas, y lo mismo que en el sueño natural, el sujeto admite sin discusión todo lo que se presenta en su espíritu. En ciertos casos, parece no oír en el acto al operador. Éste debe decirle: Me oye usted bien, ¿verdad? Puede usted responderme; tiene usted ganas de responderme. Si continúa resistiendo, repetid las palabras dulce, persuasivamente, sin usar nunca un tono imperioso ni elevado. Es preciso dejar tiempo de implantarse a las ideas que se sugiere y dirigirlas gradualmente. No decir, por ejemplo, al sujeto: Cante usted, ni: Ahora va usted a cantar, porque con frecuencia esta breve fórmula no despertará en él un estado de alma preciso ni continuo. Hay que encadenar juiciosamente las sugestion. Decir, en el caso del canto:



Fig. 11. COMPROBACIÓN DE LA HIPNOSIS. Lógrase, entre otros medios, por la contractura del brazo, como se indica en la página 134.

¿Le gusta a usted la música? Sí, y es verdad que conoce varias canciones... ¿Cuál es la que usted prefiere? Tiene usted deseo de cantarla... puede cantar... Está usted bien dispuesto, etc. Dad siempre una razón a vuestros mandatos.

De esta forma, para obligar al sujeto a que baile con un personaje imaginario, no ordenarle lacónicamente: Baile, ¡va usted a bailar! Comenzad así: Nos hallamos en un salón de baile muy animado. ¿Oye usted la orquesta? ¿No muy bien? Es porque nos hemos puesto un poco lejos; aproxímese... aquí; ahora la oye bien, ¿no es eso? Resulta curioso oír la música de un baile que impulsa a bailar... Usted siente deseos de bailar... Atienda, que le invitan... Ahí está una persona que le agrada... no me cabe duda... Puede usted bailar... yo le dejo.

Para las alucinaciones visuales, auditivas, táctiles, gustativas u olfativas, igual procedimiento: Va usted a ver una cosa interesante... Tiene usted delante a tal personaje o pasa tal cosa.

Procediendo con semejante cautela manejaréis con facilidad al sujeto, haciéndole oír o ver todo lo que os agrada, y que encuentren en un vaso de agua el gusto de un vino añejo o que aspiren con delicia un frasco de amoníaco por haberle asegurado que es el perfume de moda, etc.

Sugiriéndole que representa a un personaje determinado, obrará correlativamente, pero esta objetivación se ejecuta con mucha más exactitud matemática en el segundo grado.

7. LA SUGESTIÓN DURANTE LA POSTHIPNOSIS TOTAL (SEGUNDO GRADO). — Para profundizar el sueño dad pases con lentitud como en el tercer tiempo, y sugerid con voz monótona, muy despacio, imitando el tictac de un reloj: Duerma, duerma más profundo sueño; su cabeza está pesada, sus miembros están pesados, duerme usted cada vez más profundamente; duerma, duerma, profundo sueño. Este procedimiento debe ser repetido de cinco a quince minutos.

En el nuevo estado que se produce, más profundo que el primero, además de todas las posibilidades del primer grado se está en condiciones favorables:

1.º Para producir una anestesia profunda.

2.º Para obtener una ejecución de las sugerencias más rápida, más ligera, más exacta.

3.º Para dar sugerencias de actos que se han de ejecutar después del sueño (postsugestión).

4.º Para obtener el olvido del sueño, que no se verifica siempre espontáneamente, pero que es preciso sugerir con mucho cuidado si se quiere estar seguro.

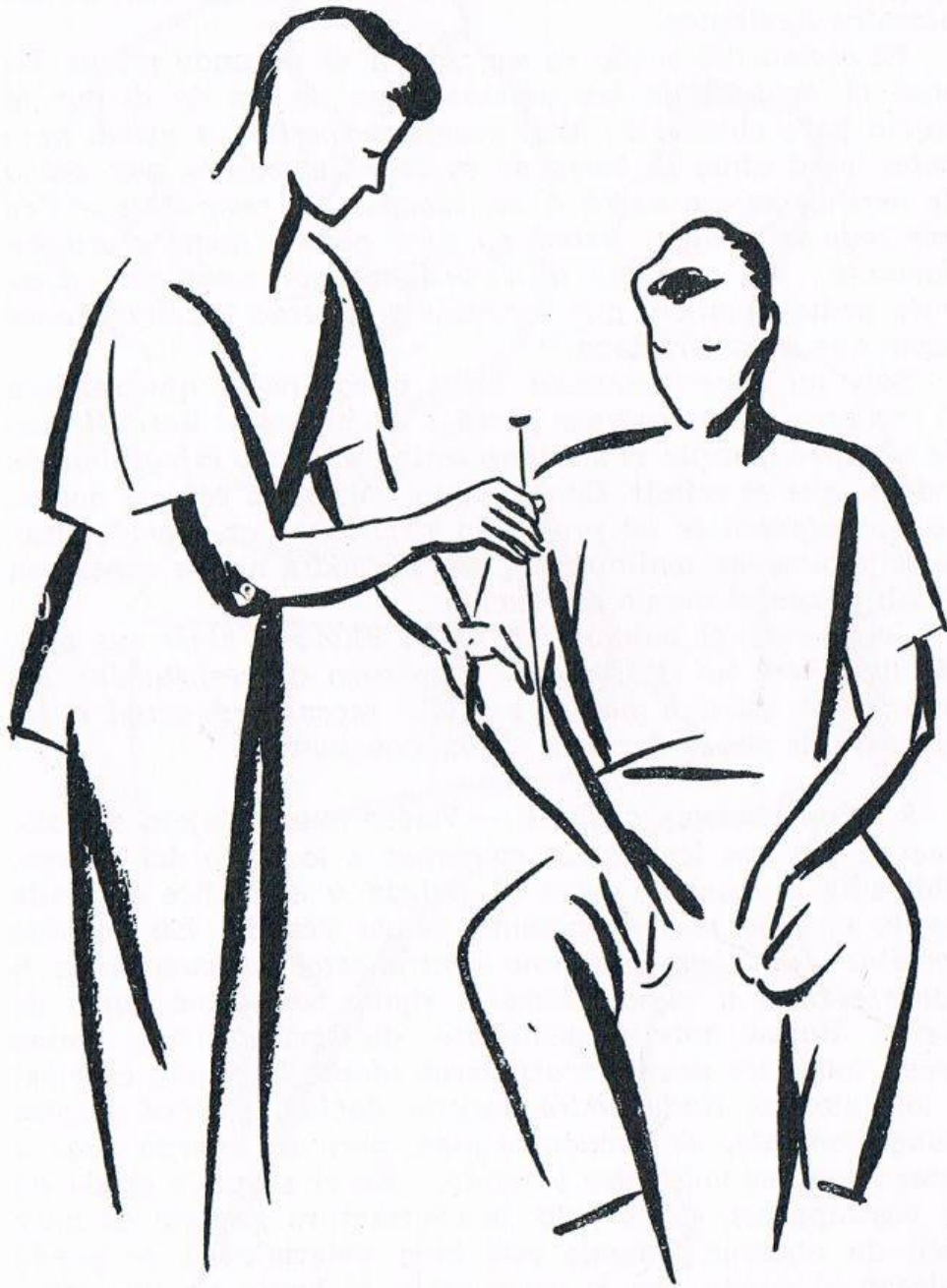


Fig. 12. OTRO PROCEDIMIENTO DE LA COMPROBACIÓN DE LA HIPNOSIS. Es el de atravesar un brazo o... una mejilla de la persona dormida, con una aguja convenientemente esterilizada. Véase página 134.

5.º Para hacer abrir los ojos del sujeto sin que despierte. La repetición de las sugerencias de insensibilidad acompañadas de pases rápidos sobre la parte que se quiere anestesiar crea un estado en que la cirugía menor siempre es posible sin dolor y hasta las grandes operaciones, a condición de sugerir largamente al sujeto.

En el grado profundo bastan la mitad menos de palabras que en el grado primero para obtener la ejecución de las sugerencias. El sujeto parece poner más alma en lo que se le ordena hacer; pierde su aspecto automático, obra como una persona despierta, enteramente absorbido en el acto al cual se le entrega o en la alucinación que se le ha creado.

Mientras que en el primer grado puede alterar su sueño con la voz de las otras personas, basta decirle: No oye usted más que mi voz para que en el segundo grado permanezca indiferente a los ruidos exteriores.

La sugestión posthipnótica, es decir, la que se da para ser ejecutada después del sueño, la describimos en uno de los párrafos siguientes.

El olvido del sueño es seguro en el segundo grado. He aquí el sentido de las palabras que se ha de dirigir al sujeto para obtenerlo: Muy pronto despertaré a usted, pero antes verá cómo se borra de su espíritu todo lo que acaba de verificarse; va usted a ser incapaz de recordarlo... Vea que todo se nubla... Usted no sabe nada... duerme profundamente... Su recuerdo se ha disipado por completo... Después pedir al sujeto que recuerde y reiterar las sugerencias hasta que haya olvidado.

Sólo un experimentador hábil puede hacer que renazca el recuerdo de las escenas pasadas en hipnosis; pero él puede siempre, porque el subconsciente conserva integralmente todo lo que se refleja. Conserva en semejante caso la noción de que alguien le ha prohibido recordar. Por consiguiente, un hipnotizador malintencionado no podrá nunca contar en absoluto con el olvido del sueño.

Sugiriendo al sujeto: Va usted ahora a abrir sus ojos, añadid: Pero no despertará, y en caso de resistencia: No reconocerá usted a nadie, o: Sólo reconocerá usted a tal persona. Se puede dar una visión imaginaria.

8. CONTRACTURA GENERAL. — Haced que el sujeto se coloque de pie con los brazos colgantes a lo largo del cuerpo. Obligadle a sujetar, entre el pulgar y el índice de cada mano, el lado correspondiente de su vestido. En seguida decidle: Junte sus pies uno contra otro; su cuerpo va a ponerse tieso y rígido, tieso y rígido como una barra de hierro. Rozad muy rápidamente, de arriba abajo, varias veces, todos los grupos musculares (desde la región cervical a los talones). Nada podrá hacerlo doblar... Usted respira tranquilamente, se encuentra bien, pero su cuerpo llega a estar cada vez más tieso y rígido...



Fig. 13. COMPROBACIÓN DE LA ANESTESIA. Manera de introducir la aguja, a que se hace referencia en la página 134.

En el segundo grado de la posthipnosis, sobre todo, la contractura general es muy fácil de obtener. Cuando está bien determinada se puede colocar al sujeto con la nuca sobre el borde de una silla, los talones sobre el borde de otro, y continuar sugestionándole hasta hacerle soportar gradualmente, en medio del cuerpo, un peso que puede pasar de cien kilos.

Cuando deseéis producir por primera vez la contractura general sobre un sujeto, hacer que descansa, no su nuca, sino el borde de sus hombros, sobre un mueble con respaldo cubierto de tela espesa; de igual modo, en lugar de colocarle sobre el borde extremo de los talones, procurad que se apoye sobre la media pierna. Hecho esto, se intenta suave, progresivamente, que soporte el peso de vuestro propio cuerpo, teniendo cuidado, para no lastimar al sujeto, de poner un cojín en el sitio de su tronco donde penséis quedar suspendido.



Fig. 14. SEGUNDO GRADO DE LA POSTHIPNOSIS. Prueba de la contractura general, con el soporte de peso hasta de cien kilos. Véase la página 140.

A partir de este momento os será fácil conducirlo, gradualmente, a soportar las condiciones rigurosas del experimento.

Para que cese la contractura es necesario que el sujeto recobre la posición vertical y se sostenga de pie, lo que se consigue golpeándole blandamente con las dos manos de plano sobre el cuello, la espalda, los riñones, los muslos y las piernas, y sugerirle: Su cuerpo ya no está rígido, vuelve a ser ligero... ligero... se afloja completamente... No le quedará usted ninguna tensión ni fatiga... A cada segundo su cuerpo llegará a ser más ligero, etc., hasta que en realidad haya vuelto a su condición normal.



Fig. 15. EL SUJETO EN ESTADO DE HIPNOSIS TOTAL. Otro aspecto de la comprobación de la anestesia.

9. POST-SUGESTIÓN. — Fijad la atención del sujeto oprimiendo uno de sus puños y apoyándole uno de vuestros pulgares en la raíz de la nariz. Después indicadle claramente lo que deberá ejecutar tal día o en tal hora y hacidle repetir palabra por palabra vuestras explicaciones hasta tener la seguridad de que las ha comprendido.

Afirmadle en seguida que esta idea se incrusta en su espíritu y que en el momento indicado experimentará un impulso irresistible de obedecer. Decidle que siente que se acordará en el instante previsto y que siente que será incapaz de resistir. Arrancadle la afirmación de que lo entiende de ese modo.

Para concluir, decidle que va a olvidar momentáneamente todo lo que acabáis de ordenarle, que aquello va a dormir en su espíritu hasta el día o la hora indicada, pero que en el momento preciso lo recordará instantáneamente, siendo incapaz de resistir.

10. DESPERTAR. — La hipnosis total producida por los métodos que acabamos de indicar se disipa con la mayor facilidad. Cuando deseéis despertar al sujeto, comenzad por anunciarle vuestra intención: Ahora voy a despertarle... Después, efectuando pases muy rápidos delante y de arriba abajo, sugeridle así 'la vuelta al estado normal: Su cabeza vuelve a estar ligera, sus miembros vuelven a estar ligeros, ha acabado usted de dormir, ya despierta, el sueño le abandona, va usted a despertar, desde que yo diré a, b, c, d, e, f, usted despertará, su cabeza será lúcida, se sentirá bien en todos los aspectos, alegre, despejado, sin que nada le abruma ni moleste.

Contad lentamente: A, b, c, de, e, f; ya acabó usted de dormir. Palmotead para hacer ruido e insistid, si es necesario : Despierte, despierte.

Si el sujeto no abre inmediatamente los ojos, sugerid: Puede usted abrir los ojos, está usted bien despierto, y sopladle un poco en la frente. Cuando haya abierto los ojos hay que continuar con pases rápidos hasta que llegue a sonreír, lo que es el signo del correcto y completo despertar.

11. PROCEDIMIENTO INFALIBLE PARA USO DE TODOS. — Este método es debido al doctor Esdaille, médico en jefe del Hospital Mesmérico de Calcuta (Indias inglesas), quien lo ha aplicado para obtener la anestesia hipnótica con miras a grandes intervenciones quirúrgicas.

Hacen falta de tres a diez operadores. Cada uno de ellos ofrece un esfuerzo de acción psíquica y de magnetización con pases lentos de la cabeza al epigastrio del sujeto durante cinco a diez minutos. En cuanto se siente fatigado es substituido por otro, que a su vez cede el puesto a un tercero. Los operadores se relevan en su papel hasta que el sujeto duerme. El último toma la dirección mental del durmiente.

12. UN PROCEDIMIENTO INFALIBLE PARA USO DE LOS MÉDICOS. — Consiste en añadir a la acción combinada de las cuatro influencias la de una débil fuente, emanación de cloroformo o de éter. Mi colega Jean Filiatre, autor de un notable curso práctico, ha construido una bola hipnótica especialmente acondicionada para este método.

El haxix, en la débil dosis de uno a dos centigramos, favorece la producción de la hipnosis.

Estos métodos se hallan formalmente prohibidos para toda persona que no sea médico.

LIBRO TERCERO

LOS FENÓMENOS PSÍQUICOS EXCEPCIONALES. INSTRUCCIONES PARA OBSERVARLOS.

Capítulo Primero

PARA OBSERVAR LOS ESTADOS Y FENÓMENOS CLÁSICOS DE LA HIPNOSIS

1. Nociones generales. — 2. Estado letárgico del hipnotismo sensorial. — 3. Estado de catalepsia del hipnotismo sensorial. — 4. Estado de sonambulismo del hipnotismo sensorial y del hipnotismo psicológico. — 5. Acción del imán y transmisiones.— 6. Hipnotismo unilateral. — 7. Transmisión de las emanaciones de un sujeto hipnotizado a otro. — 8. Acción a distancia de las substancias medicamentosas y tóxicas.

1. NOCIONES GENERALES. — Los estados clásicos del hipnotismo sensorial, estudiados principalmente por los dos jefes de la Escuela, Charcot y Dumontpallier, y tales como los he expuesto en el Libro I, capítulo II, § 5 y siguientes, constituyen lo que se llama gran hipnotismo por oposición a las formas de posthipnosis—de las que el Libro II enseña la producción — nombradas pequeño hipnotismo. Recordemos que los corifeos del gran hipnotismo utilizan exclusivamente los medios sensoriales, casi todos mecánicos, y sujetos predispuestos, es decir, atacados de altas neurosis. Por tanto, para obtener los tres estados: letárgico, cataléptico y sonambúlico de la secuela sensorial, es preciso operar en condiciones idénticas a las de Charcot. Se determinarán tales estados casi exactamente aplicando a personas normales, con anterioridad sumidas en el segundo grado de la posthipnosis, los procedimientos de La Salpêtrière y de La Pitié. El sonambulismo de los hipnotizadores sensoriales, análogo al del hipnotismo psicológico (Escuela de Nancy) es sólo una forma alterada del que obtiene el magnetismo y que niegan Charcot y sus adeptos. Los impugnadores del magnetismo han debido observar y convenir que hay dos fenómenos sonambúlicos que únicamente el magnetismo explica de modo racional :

1° La electividad manifestada por el sujeto hacia su hipnotizador cuando éste le ha llevado al sonambulismo con la presión del vértice (forma rudimentaria de la primera de las siete fases del sonambulismo determinada por los pases magnéticos o «estado de relación»).

2.° El operador que posee las preferencias del sujeto puede transmitir las a otra persona; «basta — dicen Fedé y Binet³³ — que el nuevo operador deslice su mano

³³ Citemos a Binet y Fedé, discípulos de Charcot: «Cuando la presión sobre el vértice se hace con un objeto cualquiera, por ejemplo un cortapapel, se produce, en general, un estado de sonambulismo indiferente. El enfermo está tranquilo, todo el mundo se le puede aproximar. Cuando el experimentador hace presión del vértice con su mano, el sujeto es atraído hacia el operador; tan pronto como éste se aleja, el sujeto manifiesta inquietud, malestar; en ocasiones, sigue al operador

sobre la del primero y llegue así gradualmente a coger la del enfermo, que, después de una brusca sacudida, se estrecha contra él». Esta especie de transmisión es una forma apenas alterada del estado de relación de los magnetizadores.

Como considero que un experimentador, deseoso de observar los más elevados y más interesantes fenómenos psíquicos (los del mediumnismo, por ejemplo), debe previamente comenzar por los efectos más ligeros y estudiar todos los estados intermediarios, voy a indicar cómo se pueden obtener, con la mayor exactitud posible, los estados de La Salpêtrière.

Se puede buscar primitivamente, sea el letargo, sea la catalepsia o el sonambulismo. Si se utiliza un sujeto ya en el segundo grado de la hipnosis frustrada, observándole en esta última hipnosis, se tendrá una indicación de a cuál de los tres estados clásicos se inclina más fácilmente. Al número de sujetos corresponden otros tantos sueños imprecisos distintos. Unos parecen inertes, dispuestos a caer en completa apatía desde que dejan de ocuparse de ellos; éstos son de tendencia letárgica. Otros, aunque inmóviles, no dan muestras de agobio si se les manda un acto; lo ejecutan mecánicamente, como si sintieran indiferencia por lo que hacen, y si se les levanta un brazo se observa que éste no cae con brusquedad, lo que sucede en semejante caso con un sujeto letárgico; si sucede todo lo contrario, el brazo cae con lentitud y gradualmente; éstos son los predispuestos a la catalepsia: los catalépticos. Por último (y éste es el caso más frecuente), el sujeto en estado frustrado se manifiesta apenas diferente de la vigilia; en ocasiones hasta engendra la duda de que lo simule, y es necesaria la prueba de traspasarle un tejido subcutáneo para asegurarse de que está insensible y duerme; se tiene entonces un sonámbulo.

Aconsejo, por consiguiente, a los experimentadores basarse en estas notas antes de decidir cuál de los tres estados clásicos deben buscar el primero. Cuando se ha obtenido uno de esos estados se puede pasar a cualquiera de los otros dos sin despertar el sujeto, y creo que es manifiesto el método en que se ha de inspirar.

2. ESTADO LETÁRGICO DEL HIPNOTISMO SENSORIAL. — Si encontráis un sujeto muy sensible (uno de los que caen hacia atrás, violentamente atraídos desde que se le presentan las manos de plano sobre los omoplatos) podéis obtener con él el letargo hipnótico haciéndole fijarse en un objeto no brillante colocado a tres metros aproximadamente de sus ojos.

Si operáis con una persona normal, previamente colocada en el estado de posthipnosis (segundo grado), es preferible para obtener el letargo hacer la obscuridad y el silencio más completo que sea posible.

El primer signo a descubrir es el debilitamiento muscular característico del letargo. Si el sujeto no está sentado a plomo, tiene tendencia a deslizarse a tierra.

gimiendo y sólo encuentra descanso a su lado. Todo contacto extraño le es un signo de dolor». El Magnetismo animal, por Fedé y Binet, Alean, editor.

En segundo lugar, el letargo presenta el fenómeno de hiper excitabilidad muscular neuromuscular. Para ver si se ha obtenido el estado que se busca, frotad ligeramente con la punta de una varita los músculos de la cara anterior del antebrazo; en caso afirmativo se observará el miembro contraerse en flexión y permanecer contraído. Los músculos del rostro se contraerán igualmente durante el tiempo que se los excita. Si la excitación mecánica se dirige a un tronco nervioso periférico, se nota la contractura de todos los músculos tributarios del nervio sobre el cual acaba de actuarse.

Se resuelven las contracturas letárgicas haciendo masajes ligeros en los músculos antagonistas de los que se han contraído.

En el letargo hay insensibilidad espontánea de la piel y de las mucosas accesibles. Ninguna sugestión es permitida.

El sujeto en estado letárgico pasa al estado cataléptico cuando se le levantan los párpados delante de un foco luminoso. Pasa a sonambulismo por fricción del vértice.

3. ESTADO DE CATALEPSIA DEL HIPNOTISMO SENSORIAL. — En los predispuestos, los muy sensibles, los altos neuróticos, se produce la catalepsia dando de improviso un golpe de gongo detrás del sujeto; otro ruido intenso e inesperado puede determinar igual efecto. No soy partidario de este método, muy brutal para dejar de tener malas consecuencias. Lo mismo si se trata de un sujeto excepcional en estado de vigilia que de un normal en estado de hipnosis frustrada, prefiero la acción de una luz muy brillante que se coloca delante de los ojos del sujeto, a un metro aproximadamente. Mi sujeto K..., bien conocido de mis alumnos, pasa del hipnotismo a la catalepsia, hasta en una habitación débilmente iluminada, desde que se le levantan los párpados³⁴.

Cuando se produce la catalepsia queda fija la mirada del sujeto, y levantándole un brazo se comprueba una ligereza extraordinaria de las articulaciones; cada vez más, el brazo conserva la posición que se le da. Todos los gestos y actitudes que se den al sujeto son guardados por él con rigurosa fijeza.

Esas actitudes tienen una repercusión precisa sobre su estado psíquico; excitan las emociones y las expresiones fisonómicas correlativas. Llevando la mano del sujeto a sus labios como para dar un beso, sonrío. Si se le presenta un objeto del cual tiene costumbre de servirse, o por lo menos cuyo empleo le es bien conocido, lo coge y realiza automáticamente todos los gestos exigidos para la utilización del objeto en cuestión.

³⁴ K... es un normal. Muy robusto, ha servido como bombero-zapador de París. Ejerce, con habilidad, la profesión de carpintero en una gran empresa parisiense, donde es muy apreciado desde hace más de diez años. Su salud es perfecta. Su Inteligencia muy viva. Es enérgico y muy dueño de si mismo.

La música opera en el cataléptico emociones más o menos claras, con frecuencia acompañadas de actitudes en relación.

Si el operador (o una tercera persona) fascina al sujeto durante varios minutos, parecerá como unido a su mirada; si el fascinador avanza, el sujeto retrocede; avanzará si el operador da algunos pasos hacia atrás. El fascinado repite automáticamente las palabras y los gestos del experimentador. Ejecuta automáticamente las sugerencias.

La analgesia es casi completa.

La oclusión de los párpados de un cataleptizado conduce al letargo; la fricción del vértice le hace pasar al sonambulismo.

4. ESTADO DE SONAMBULISMO DEL HIPNOTISMO SENSORIAL Y DEL HIPNOTISMO PSICOLÓGICO. — La fricción del vértice, los pases, la fijeza de la mirada y la sugestión han sido empleados para llegar al sonambulismo hipnótico, ese sonambulismo cuyos dos principales caracteres son: 1.º, en comparación con los otros dos estados hipnóticos, la exaltación de la inteligencia, y 2.º, en comparación con el sonambulismo magnético que presenta alterados algunos de los fenómenos de este último estado, sin que se pueda obtener claramente el principal, le distingue la característica de la lucidez.

El sonambulismo estudiado en La Salpêtrière es, con muy poca diferencia, el mismo que el de los hipnotizadores por sugestión.

Cuanto más sea de base sensorial el procedimiento empleado para determinar el sonambulismo (fijación, por ejemplo, aunque se trate aquí de fijación de la mirada y que el ojo emita efluvios magnéticos), tanto más claros serán los caracteres fisiológicos de dicho estado. En cambio, si las acciones ejercidas se aproximan a la magnetización, pases, presión del vértice, los caracteres psicológicos serán más precisos, particularmente la hiperactividad de la memoria.

Hay al mismo tiempo analgesia cutánea e hiperestesia de ciertos sentidos (seguro el oído, tacto, sentido muscular). Los sentidos del sujeto parecen extender a varios metros el campo de sus percepciones³⁵.

Algunos ligeros contactos o un ligero soplo ejercido sobre la epidermis de un miembro produce cierta rigidez de dicho miembro, diferente a la hiperexcitabilidad neuromuscular y a la inmovilidad cataléptica, porque la tiesura está mucho menos acusada que en el letargo y la ligereza es mucho menor que en la catalepsia.

La memoria del sujeto adquiere una viveza extraordinaria: puede recordar hechos totalmente olvidados en el estado de vigilia; aunque se le saque del sonambulismo y en el estado de vigilia haya perdido todo recuerdo de lo que ha pasado durante el

³⁵ Es de notar esta analogía con la exteriorización magnética post-letárgica.

sonambulismo, en cuanto se le someta de nuevo al mismo estado volverá a acordarse de los hechos de su vida normal y de los que ocurrieron en estados sonam-búlicos anteriores.

En ciertos casos, no obstante, el sujeto pierde la noción de su personalidad en el estado de vigilia, y cuando se le duerme parece recordar la continuación de su vida en el estado de alma que tenía durante el anterior período sonam-búlico. Hay entonces doble conciencia.

Además, toda persona llevada al sonambulismo manifiesta gustos, tendencias, facultades más o menos diferentes de lo que es en estado de vigilia. Por esto se denomina el sonambulismo segunda condición.

El sujeto ejecuta las sugerencias, pero a veces las discute, quiere razonar, y hay que hacer un esfuerzo para persuadirle a realizarlas. Adviértase que son posibles todas las alucinaciones, como igualmente todas las perturbaciones motrices y sensoriales.

La presión de los globos oculares trae consigo en casi todos los casos el estado letárgico; pero si se quiere reponer al sujeto en catalepsia, no se conoce ninguna maniobra directa; es necesario, previamente, hacer que vuelva a pasar por el letargo, y en ese estado elevarle los párpados ante un foco luminoso.

5. ACCIÓN DEL IMÁN Y TRANSMISIONES. — Todos los experimentadores han podido comprobar la acción del imán sobre los hipnotizados. Los magnetizadores explican esta acción por el desprendimiento de una forma de la energía, análoga al magnetismo animal, y que acompañaría en el imán a la de la fuerza que atrae el acero. Algunos hipnotizadores que prefieren recurrir a cualquier otra hipótesis distinta a la del magnetismo, dicen que el imán tiene una acción sensibilizadora, aunque una barra de acero no imantada nunca opera iguales reacciones que el imán.

Si se presenta el imán en la superficie de un miembro contraído durante el estado letárgico, opera la transmisión de la contractura en el miembro del lado opuesto.

En el caso de que se presente el imán antes de que se intente provocar la contractura, ésta no se manifiesta en el sitio excitado, sino en el lado opuesto. Si se obra al mismo tiempo con el imán sobre dos lugares contraídos, las dos contracturas se resuelven después de un espasmo convulsivo.

Presentando el imán en la frente o en un punto cualquiera de la superficie del cráneo crea a veces las alucinaciones; inversamente, si a un sujeto alucinado se le somete en seguida a la acción del imán, la alucinación se altera, sufre un cambio, y en ocasiones hasta se encuentra suprimida y reemplazada por una parálisis.

El doctor Luys, de la Caridad, experimentando con neuróticos de su servicio, ha observado que si colocaba sobre la cabeza de un sujeto en estado de

sonambulismo una corona imantada, previamente aplicada a otro sujeto afligido de un estado cerebral mórbido, de vértigos, aturdimientos, neuralgias, etc., el sujeto hipnotizado reproducía los síntomas del otro enfermo. Parece que hay almacenamiento de ciertas actividades cerebrales en el imán y exteriorización de estas actividades.

6. HIPNOTISMO UNILATERAL. — Es posible producir la hipnosis sobre una de las dos mitades laterales del cuerpo, dejando la otra en estado normal; es igualmente posible colocar un lado del cuerpo en uno de los tres estados hipnóticos y el opuesto en otro estado. Éstos son experimentos que no aconsejo practicar más que a condición de poseer sólidos conocimientos fisiológicos.

Para observar el hipnotismo unilateral es, por otra parte, indispensable se disponga de un sujeto excepcional, como aquellos de que se servía Charcot.

En el caso de afectar solamente uno de los lados del cuerpo y el lado inverso del cerebro, hay que obrar en consecuencia sobre este único lado. De igual manera, para realizar un estado diferente de cada lado del cuerpo, hay que obrar separadamente sobre cada lado, de acuerdo con las instrucciones ya citadas.

Se pueden entonces observar manifestaciones asombrosas. He aquí un ejemplo expuesto por el doctor Paul Richer³⁶:

«Si delante de una enferma en catalepsia se coloca un cacharro con agua, una jofaina y jabón, tan pronto como su mirada ve dichos objetos, o que su mano derecha entra en contacto con ellos, se pone con espontaneidad aparente a verter el agua en la palangana y a jabonarse las manos. Bajándole el párpado del ojo derecho, todo este lado cae en letargo y el lado izquierdo continúa solo la operación comenzada.

»Colocando entre las manos de la misma cataléptica su trabajo de ganchillo, lo coge y efectúa su obra con destreza notable. Si se cierra uno de sus ojos, la mano correspondiente cae inerte y la otra prosigue sola los movimientos, que no tienen desde entonces ninguna eficacia.»

El doctor Bérillon, que ha estudiado en particular el hipnotismo hemicerebral, nos revela que si se hipnotiza un sujeto bilateralmente, obrando aparte sobre cada hemisferio cerebral con intención de alucinar cada lado del cerebro de un modo distinto, se crean dos estados de alma -paralelos, manifestándose con igual exactitud el uno que el otro. Ejemplo:

«Si a María, en catalepsia — dice Bérillon—, se le da al miembro superior izquierdo el gesto del adiós, y al miembro superior derecho el gesto del mandato, entonces la cara derecha del rostro toma la expresión severa de una persona que pronuncia una orden imperiosa, y la cara izquierda

³⁶ Archivos de neurología.

del rostro afecta la misma expresión que una persona sonriente.» (Tesis de doctorado.)

7. TRANSMISIÓN A DISTANCIA DE LAS EMOCIONES DE UN HIPNOTIZADO A OTRO. — Este fenómeno fue observado por el doctor Luys, que lo relata en su obra *Las emociones entre los hipnóticos* y en sus *Lecciones sobre el hipnotismo*. Dejo la palabra al autor:

«Uno de los hechos más curiosos que el estudio de los fenómenos del hipnotismo me ha revelado en estos últimos tiempos es la posibilidad de hacer la transmisión de un sujeto hipnotizado a otro, no solamente de los estados hipnóticos variados por que atraviesa, sino también de las emociones experimentales que le son comunicadas. Es éste un caso nuevo de psicología muy sorprendente, puesto que nos permite actuar de ese modo a distancia sobre las regiones emotivas de un sujeto hipnotizado y modificar con ayuda de un compañero simpático los diversos estados de su emotividad.

»Para eso elijo un sujeto femenino A; lo coloco en letargo. Escojo otro sujeto femenino B, en el que igualmente produzco el letargo. Los aproximo y establezco el contacto poniendo una mano de uno sobre el puño del otro. Después hago que A pase a catalepsia e inmediatamente B abre los ojos y pasa a catalepsia.

»Es entonces cuando se ve desarrollarse un fenómeno extraño: el sujeto B, que está mucho más preparado, intenta fijar la mirada de su compañera — la hemos visto buscarla con movimientos sucesivos de la cabeza, haciendo el otro lo mismo — y al cabo de varios minutos los dos sujetos fascinados por sus miradas respectivas, caen en letargo. Recomienzo el experimento, y el sujeto A, habiendo sido puesto rápidamente en estado de sonambulismo, el sujeto B llega, medio sorprendido, a igual estado, y empieza una conversación con su compañera; le interroga sobre su situación social, su nombre, sus ocupaciones, sus sentimientos íntimos.

»En dicho instante los dos sujetos estaban todavía muy próximos, y se podría creer que llegaban a guiarse con la vista en la sucesión de las diversas fases del hipnotismo que habían seguido paralelamente.

»Los aísló; los coloco de espaldas a seis metros de distan-

cia y entonces procedo de la misma manera. Hallándose los dos sujetos en letargo bien comprobado, pongo primero a B en catalepsia, y A, instantáneamente pasa a catalepsia. Hago pasar en seguida a B a sonambulismo, y A le sigue inmediatamente. Las reacciones del segundo sujeto fueron siempre casi instantáneas. Sólo la presencia de una pantalla de cartón, de medio centímetro de espesor, produce cierto retardo en la aparición de los fenómenos.

»Prosiguiendo la serie, hago despertar a B soplándole en los ojos, y A se despierta en el acto, manifestando su asombro de encontrarse despierta espontáneamente sin que nadie estuviese delante de ella soplándole en los ojos.

»Después de registrar esos fenómenos con cuidado, paso a una nueva serie de experimentos, cuya exactitud ha sido manifiestamente demostrada.

»Sabido por ensayos preliminares que los sujetos A y B tenían los dos las mismas antipatías por las bolas de vidrio coloreadas de azul y las mismas atracciones por las bolas de vidrio amarillas, después de haberlas puesto en letargo, como anteriormente, vueltas de espalda a seis metros de distancia, presenté de improviso a A una bola azul. Viva repulsión repentina. En aquel instante igual estado emotivo se transmite a distancia sobre B, que atestigua, con sus miradas coléricas, sus gestos repulsivos, y la contracción de su rostro, la emoción profunda que la sobrecoge.

»Bien comprobado este fenómeno, cambio inmediatamente la bola azul y presento a A la bola amarilla. A se precipita silencioso sobre la bola y se apodera de ella con alegría, y en ese momento B se pone al unísono; su mirada, su fisonomía y sus actitudes cambian por completo. Llega a manifestarse alegre, sonriente, sin alegar ninguna causa.

»Hago pasar a uno al sonambulismo, el otro le sigue, y entonces se reúnen y entablan una conversación con motivo de las cosas seductoras que la bola amarilla hace centellear ante sus ojos y las imágenes que ellos ven reflejarse a su alrededor. El despertar de uno determina el despertar del otro y se asiste con sorpresa al fenómeno de que dos sujetos femeninos, que al principio del experimento se contemplaban con expresión de desconfianza y de antipatía recíproca, se han separado después del experimento en pleno acuerdo y unidos por sentimientos muy simpáticos, que ponen de manifiesto ambas partes.

»Esos experimentos delicados, que he repetido varias veces con sujetos diferentes, no me dejan duda alguna sobre la realidad. Ellos ponen una vez más en evidencia este fenómeno capital, la hiperexcitabilidad de las regiones emotivas en los hipnotizados y sus aptitudes a ser solicitadas por incitaciones infinitesimales que escapan a nuestros sentidos. En presencia de fenómenos tan extraños, se pregunta con asombro cómo esos estados psíquicos que se desarrollan experimentalmente en un sujeto determinado pueden transmitirse a distancia a otro sujeto en simpatía, que no ve lo que sucede y acoge, de modo indudable, el influjo de las incitaciones que le son silenciosamente transmitidas por su compañero. Hay aquí un campo virgen de estudios nuevos verosímilmente destinado a ser muy fecundo en sorpresas.»

Aquí tenemos también un hecho alegado por un impugnador del magnetismo en apoyo de su realidad.

8. ACCIÓN A DISTANCIA DE LAS SUBSTANCIAS MEDICAMENTOSAS Y TÓXICAS. — Cada metal tiene una acción especial sobre los hipnóticos extrasensibles. Las placas de cobre, de cinc, de oro, aplicadas en la superficie de la piel o a poca distancia de la epidermis, operan una reacción variable con cada sujeto. Hemos visto que el imán provoca transmisiones, despierta o anula las alucinaciones, etc.

Toda sustancia medicamentosa o tóxica encerrada en un tubo cuidadosamente taponado y sellado, tiene su acción propia sobre los sujetos sensibles mucho mejor definida que la de cada metal. Los doctores Luys, Bourru y Burot, así como los señores Chazarain, Décle y De Rochas, han estudiado especialmente este problema.

Cada uno de ellos ha verificado sus experimentos en condiciones idénticas.

Una serie de frascos de igual forma recibían cada uno sustancias diferentes.

El operador cogía al azar uno de los frascos que presentaba a cierta distancia del rostro de un sujeto. El efecto obtenido era anotado.

Si el cuadro de esta obra lo permitiera, reproduciría aquí in extenso la lista de los efectos determinados por cada una de las sustancias ensayadas. Los efectos son en ocasiones muy curiosos. Por ejemplo, un tubo de ron conduce generalmente a la embriaguez; un tubo lleno de agua de lauroceraso, al éxtasis religioso; el tubo de haxix, a las alucinaciones, y el de valeriana, a actitudes recordando las del gato, etc.

La acción a distancia de sustancias medicamentosas y tóxicas, descubierta por los hipnotizadores, fue un serio argumento en favor de la existencia del magnetismo. Los doctores más serios, fisiologistas, físicos, etc., admitieron una propiedad insospechada del organismo, una fuerza desconocida a la cual es necesario recurrir para darse cuenta de lo que representa, hasta Bourru y Burot, en su obra sobre esta acción³⁷, no temieron concluir:

«En presencia de hechos tan extraños y de otros inexplicables, en el estado actual de nuestros conocimientos, se establece en la ciencia una corriente que indica a los observadores que aquí podía demostrarse.»

Se ve que, desde 1887, los doctores Bourru y Burot presentían esta facultad de «metagnomía»³⁸ afirmada recientemente por Boirac.

³⁷ La sugestión mental y la acción a distancia de las sustancias tóxicas y medicamentosas, por Bourru y Burot, Baillière, 1887.

³⁸ Ver la explicación que acerca de esta palabra da el señor Boirac en la página 174. — N. del E.

Capítulo II:

PARA OBSERVAR LOS CUATRO ESTADOS DE SUEÑO MAGNÉTICO

1. Condiciones de experimentación. — 2. Experimentos preliminares. — 3. Estado sugestivo. — 4. Estado cataléptico. — ó. Estado sonambúlico. — 6. Estado letárgico. — 7. Despertar.

1. CONDICIONES DE EXPERIMENTACIÓN. — El sueño magnético difiere del sueño hipnótico en que se desarrolla gradualmente por una acción uniforme; en que produce fenómenos durante los cuales las facultades perceptivas e intelectuales del sujeto parecen exaltadas fuera del límite de lo normal, y en que no puede ser obtenido, con todas sus características, más que sobre un sensitivo.

La primera condición para obtener el sueño magnético es usar exclusivamente de la proyección del magnetismo, con pases o imposiciones. Todo lo más puede ayudarse la aparición de los síntomas con dulces excitaciones sugestivas, pero de ningún modo se han de ejercer excitaciones sensoriales. La acción telepsíquica tampoco es aconsejada. La voluntad del operador sólo debe utilizarse en crear un estado «vibrante» para que su exteriorización se manifieste con abundancia.

Los sensitivos, de los que he descrito en el Libro II las principales características, se encuentran en todos los medios a razón de 12 a 15 por 100. La aplicación de las manos en los omoplatos determina en ellos una poderosa e irresistible atracción hacia atrás, acompañada de sensación congestiva en la cabeza, del hormigueo en los miembros y hasta, en ocasiones, de contractura.

Cuando se trate de observar el sueño magnético en vuestra experimentación corriente, es indispensable hacerlo preceder de la caída hacia atrás, determinada por los cuatro medios de acción y de una aplicación simple de las manos en los omoplatos que os permitirá reconocer si el sujeto examinado es magnéticamente bastante sensitivo para que lo utilicéis.

2. EXPERIMENTOS PRELIMINARES. — Después de haber descubierto un sensitivo, es decir, una persona claramente atraída con la simple aplicación de las manos, dos experimentos os advertirán sobre su grado de sensibilidad. Recordando las leyes de la polaridad, colocad su mano derecha en la vuestra (oposición de dos polos del mismo nombre). Semejante contacto determina rápidamente una contractura más o menos fuerte sobre un sujeto que además de sensitivo al magnetismo lo es también a las leyes de la polaridad. Si este experimento resulta,

os halláis en presencia de un sujeto excelente. Si no obtenéis un efecto bien preciso, haced extender el brazo de vuestro sujeto sobre una mesa y efectúad sobre dicho brazo pases muy lentos, muy próximos, como para saturar el miembro magnetizado con vuestro influjo. Este medio debe igualmente determinar una contractura en varios minutos. Si este segundo experimento os da resultado, el sujeto, como en el primer caso, es susceptible de ser dormido magnéticamente, pero es necesario, sobre todo, ejercer sobre él acciones generales, sin descansar en las acciones polares, ya descritas suficientemente.

Para tratar de obtener el sueño colocad el sujeto en un sillón bajo, cómodo, y sentaos, por vuestra parte, en un asiento un poco más alto a fin de poder operar con el mínimo de fatiga muscular, ya que esto perjudica a la exteriorización. Coged los puños del sujeto en vuestras manos y aplicad vuestros pies contra sus pies, vuestras rodillas contra sus rodillas, hasta que vuestras manos adquieran la misma temperatura que las suyas, lo que exige generalmente de dos a cinco minutos. Comenzad entonces a dar pases lentos de la cabeza al epigastrio. La calma es necesaria, el silencio es favorable y os hallaréis mucho mejor dispuestos para magnetizar contando satisfactoriamente con buena salud y buen estado fisiológico en el momento que operéis.

Al cabo de diez o veinte minutos los párpados del sujeto empiezan a cerrarse, y es el instante de cesar en vuestros pases. Colocado detrás del sujeto debéis poner vuestra mano derecha sobre el lado derecho de su cabeza, vuestros dedos curvándolos en punta frente al ojo derecho, vuestra mano izquierda ocupando una posición simétrica. Esto de cuatro a diez minutos. Para terminar, vuestra mano izquierda ha de apoyarse en la nuca del sujeto y la otra a la derecha de su frente.

Si la oclusión de los ojos no se verifica en media hora, proseguid el experimento repitiéndolo a intervalos regulares.

Para comprobar el estado del sujeto, que en el primer sueño completo no presentará probablemente los síntomas precisos de uno u otro de los cuatro estados, decidle con dulzura: ¿Me oye usted?... ¿Me oye usted? Si responde: Sí, con voz monótona, añadid: ¿Duerme usted? El sujeto debe responder igualmente: Sí. Levantadle un brazo y pellizcad ligeramente la epidermis, después un poco más fuerte, para apreciar el estado de la sensibilidad cutánea, y, basándose en las descripciones que siguen, buscad de un modo sistemático si el sujeto presenta uno o varios síntomas de los que van a indicarse.

Repitiendo el experimento desarrollaréis poco a poco la aparición regular y exacta de las características de cada uno de los estados indicados.

3. ESTADO SUGESTIVO. — Es éste — dice Héctor Durville en su Tratado experimental de magnetismo — un estado de vigilia aparente, en el cual el sujeto ejecuta las sugerencias postmagnéticas o posthipnóticas; desde el punto de vista fisiológico se caracteriza por la anestesia cutánea, pero todos los sentidos están despiertos, y exceptuando una ligera modificación en la expresión del rostro,

conserva todas las apariencias de la vigilia. Atendiendo a su aspecto fisiológico, el sujeto es muy diferente. Cuando se le conduce a los experimentos pierde toda noción de personalidad, al menos en sus manifestaciones principales. No sabe quién es, ni dónde se encuentra, ni lo que hace, ni lo que ha hecho. A una simple afirmación, admite todo lo que se quiere y se le transforma instantáneamente en cualquier personaje. Si le dicen que asiste a una Audiencia, que los jueces y jurados se encuentran allí para sentenciar a un asesino, que él es el abogado defensor, y que el presidente del tribunal le concede la palabra, la expresión de su semblante se pone en relación con los gestos de sus brazos, y casi siempre, con mucha fantasía y viveza, empieza a hablar y ofrece excelentes argumentos en defensa de su reo imaginario. Si se le dice: Nos hallamos en la iglesia, el día de Pascua, es usted el cura que debe predicar; ahí está el pulpito y los feligreses que le escuchan, sube a un púlpito improvisado, una silla, una mesa, y comienza invariablemente un sermón con estas palabras: Mis queridos hermanos, este día nos recuerda... Designando a uno de los presentes, si se le dice que es un policía que viene a detenerle, se oculta y tiembla con todos sus miembros. En cambio, afirmándole que él es el policía y que el malhechor es el otro, lo sujeta y lo conduce... a la Comisaría. El cerebro del sujeto es esencialmente pasivo y no conserva recuerdo alguno de las impresiones experimentadas. Es imposible, como demuestra la experiencia, darle una sugestión a ejecutar cuando sale de ese estado. A los intentos practicados siempre fueron inútiles.

Aunque lo conocen todos los que realizan experimentos, el estado sugestivo no ha sido clasificado por los hipnotizadores. Para algunos es la vigilia sonambúlica, para otros es el sonambulismo despierto; los magnetizadores le llaman el hechizo y el coronel De Rochas le designa con el nombre de «estado de credulidad».

El estado sugestivo no puede observarse claramente hasta después de varias magnetizaciones, porque en las primeras el sujeto presenta, por lo general, un estado mixto, más bien cataléptico. Por esto hay que prevenirse para suspender los pases a tiempo y para interrogar al sujeto antes de que sobrevenga la catalepsia. Con un poco de costumbre se advierte perfectamente el cambio fisiológico de que habla Héctor Durville, revelador de que se obtiene el estado sugestivo.

4. ESTADO CATALÉPTICO. — «Los ojos están abiertos y la mirada posee una fijeza que constituye uno de los signos más importantes de este estado; no hay o es muy débil el parpadeo y las lágrimas se acumulan deslizándose en las mejillas. El rasgo más saliente es la inmovilidad. Los miembros conservan durante mucho tiempo las actitudes más difíciles que se les ha comunicado; cuando se les varía de postura, dan la sensación de una gran ligereza y las articulaciones no parecen experimentar ninguna resistencia. La fisonomía toma expresiones variadas en relación con las actitudes comunicadas a los miembros. La anestesia cutánea es completa, el oído y la vista persisten en parte. Hay automatismo o imitación, como en un espejo, y el sujeto ejecuta todos los movimientos que hace el experimentador delante de él. No hay contractura, y las excitaciones que determinan ese fenómeno en los estados siguientes nada producen como no sea en ocasiones la parálisis.» (Obra ya citada.)

En la catalepsia magnética es cuando el sujeto presenta la más sorprendente interpretación mímica y plástica de la música que oye. A pesar de la escasa receptividad y de la poca aptitud que pueda tener para comprender la música en el estado normal, al hallarse en catalepsia experimenta emociones en relación con la pieza ejecutada, aunque dichas emociones sean contrarias a su temperamento y a sus ideas. Por esto el más agnóstico de los individuos toma actitudes religiosas, en catalepsia, bajo la influencia de la música de iglesia; de la música litúrgica.

Si se hace mirar a tierra al individuo, su fisonomía expresa la más viva repugnancia. Por el contrario, si dirige su mirada hacia lo alto, parece encantado. La última impresión recibida de esta forma persistirá después del despertar si esto se verifica inmediatamente. Así ocurre que todos los objetos y todas las personas que hayáis hecho mirar al sujeto a través de vuestros dedos dirigidos hacia abajo, le inspirarán repulsión. Si le despertáis en seguida, esta impresión persistirá. Lo contrario tendrá lugar para lo que hayáis hecho a dicho sujeto a través de vuestros propios dedos dirigidos hacia lo alto.

5. ESTADO SONAMBÚLICO. — «Los párpados están bajos sobre los globos oculares, que se presentan generalmente convulsos y dirigidos hacia arriba. El sujeto sólo está en relación con el magnetizador, y oye a veces a gran distancia, mientras que no oye a las demás personas, ni el ruido más intenso que se puede causar a su lado. Se producen contracturas muy intensas dirigiendo a distancia un dedo hacia un músculo o hacia el nervio que anima a ese músculo. De igual modo, dirigiendo un dedo de la mano derecha hacia el bíceps derecho, se ve casi inmediatamente el antebrazo doblarse sobre el brazo y quedar en estado de contractura. Si se dirige entonces un dedo de la misma mano sobre el tríceps, la contractura se transmite y el brazo se endereza bruscamente. La contractura puede igualmente ser transmitida de un brazo al otro brazo, de un brazo a una pierna y recíprocamente. Obrando sobre los músculos del rostro se observan todas las expresiones en relación con la función de ese músculo. Desde el punto de vista psicológico el sujeto está dotado de una inteligencia más viva que de ordinario y en ocasiones se observan facultades nuevas, tales como la previsión de los acontecimientos futuros, la visión sin el recurso de los ojos, el instinto de los remedios y los fenómenos llamados de clarividencia o de lucidez. En relación con el enfermo, el sujeto ve la naturaleza, las causas más íntimas, los síntomas de la enfermedad y el remedio, con frecuencia muy sencillo, que oponerle para obtener la curación. La verdadera lucidez es rara y sólo se observa en alto grado en un reducido número de sujetos y aún en éstos a condición de ser dormidos por los procedimientos ordinarios del magnetismo humano y excluyendo todos los otros medios. En todos los casos no es constante. El estado de sonambulismo de los magnetizados lo observó por primera vez el marqués de Puységur, en 1784, en un aldeano atacado de una fluxión de pecho al que magnetizaba con intención de curarle.» (Obra citada.)

6. ESTADO LETÁRGICO. — «Los párpados están bajos sobre los globos oculares, que se presentan convulsos y dirigidos hacia arriba; los miembros se encuentran en completo estado de flojedad muscular y obedecen a las leyes de la gravedad; la anestesia es completa; los músculos tienen una aptitud especial a contraerse bajo la influencia de la menor excitación. En el estado precedente, la contractura se obtiene a distancia, mientras que en éste sólo se consigue con-el contacto, rozamiento, percusión, presión; se transmite de un músculo, de un miembro a otro, como en el estado anterior. El sueño magnético, con sus cuatro estados, parece tener lugar por una especie de aumento del tono de vibración del organismo del sujeto, determinado por la proyección de los efluvios del magnetizador. En el intento de producirlos no hay que temer ningún inconveniente. No es bueno, las primeras veces, dejar dormido al sujeto mucho tiempo; cuarenta a sesenta minutos serán suficientes. Este sueño es esencialmente reparador, tanto como el sueño natural y hasta mejor que este último. Conozco sujetos profesionales que después de una práctica desarrollada durante más de veinte años de magnetización disfrutaban de perfecta salud.»

7. DESPERTAR. — Se despierta un sujeto o bien con pases muy rápidos de arriba abajo y de la cabeza a medio muslo, o bien con aplicaciones polares de nombres contrarios (mano izquierda a la derecha de la frente, por ejemplo). Esta acción vuelve al sujeto en estado de vigilia, haciéndole pasar en sentido inverso por las diversas etapas que acaba de recorrer. Es decir que, estando el sujeto en letargo en el momento que se comienza a desprenderle, vuelve al sonambulismo, después a la catalepsia, luego al estado sugestivo y por último al estado de vigilia. El soplo frío prolongado en medio o a la derecha de la frente, basta a despertarle, pero no por esto se dejan de efectuar en seguida algunos pases rápidos para regularizar las corrientes magnéticas del sujeto.

Capítulo III

PARA OBSERVAR LA LUCIDEZ SONAMBOLICA

1. *Elección de los sujetos.* — 2. *Sonambulismo médico.* — 3. *Experimentos elementales.* — 4. *Visión a distancia.*

1. ELECCIÓN DE LOS SUJETOS. — Todos los sujetos magnéticos que se pueden conducir al sonambulismo no presentan el fenómeno de lucidez, pero es raro que se encuentre uno sin poseer ciertos rudimentos. Puesto en relación el sujeto con una persona por el contacto de las manos, se empieza intentando arrancarle indicaciones sobre el estado fisiológico de la persona; después sobre su carácter, sus tendencias, sus preocupaciones; en seguida sobre el pasado inmediato y el porvenir inminente del consultante; por último sobre un pasado y un porvenir más lejanos y sobre los que hayan de tener influencia en su vida. Tal es, según creo, el mejor método general. Todo sonámbulo lúcido tiene predisposición marcada por uno u otro género de esas percepciones. Uno os dará indicaciones absolutamente exactas y muy precisas sobre el estado de salud de las gentes; otro será casi nulo en este concepto, pero asombroso si lo que se le pregunta es del dominio psicológico; un tercero parecerá más bien dotado para prever los acontecimientos, etc.

Añadiré, para advertir a mis lectores sobre el grado de confianza que se debe conceder a las consultas sonambúlicas, que ciertos sujetos parecen leer en el espíritu del consultante en lugar de ver las personas o los acontecimientos de interés para éstos.

Además, según el carácter del sujeto, estará más predispuesto a ver ciertas cosas y no ciertas otras. Uno, sólo os anunciará hechos desagradables que puedan sobrevenir; otro percibirá únicamente lo que importe a vuestros sentimientos. Encontraréis quienes parecen acaparar las insignificancias, así como otros no verán más que los grandes sucesos, los cambios importantes de la existencia, etc.

2. SONAMBULISMO MÉDICO. — El experimento más sencillo que se puede intentar consiste en poner al sujeto en relación con una persona atacada de una afección que en lo posible os sea desconocida. Si el enfermo está poco instruido desde el punto de vista médico-fisiológico y poco apto en comprender la naturaleza de su mal, su sitio exacto, su etiología sobre todo, el experimento tendrá más importancia porque el factor «lectura del pensamiento» quedará así anulado hasta cierto punto. Habiendo colocado las manos del consultante en las del sujeto, decid a este último: Esta persona va a producir en usted una serie de impresiones de las que me dará cuenta; dígame exactamente lo que le venga a la mente. Si el sujeto

está predispuesto al sonambulismo médico, no solamente indicará el sitio del mal y su naturaleza, sino que se extenderá a veces sobre las causas que lo han determinado, sobre la duración y la consecuencia probable del caso y también sobre los remedios más eficaces. Aunque tratando a un enfermo magnéticamente, nunca se debe hacer nada para aprovechar el sonambulismo; si éste sobreviene, puede aprovecharse el momento preguntando al paciente las indicaciones que se refieren a la dirección del tratamiento, la duración que conviene conceder a las sesiones, los procedimientos exactos que han de emplearse, etc.

3. EXPERIMENTOS ELEMENTALES. — Colocad entre las manos del sujeto, y si tarda en responder aplicadla en el vértice, en la nuca y en el epigastrio, una carta todavía cerrada que acabéis de recibir, ignorando totalmente su procedencia. Decidle que intente enterarse de lo que significa la carta, de la persona que la ha escrito, de sus intenciones actuales, de su estado de alma en el momento que la escribió, etc. Este experimento da casi siempre un resultado satisfactorio.

4. VISIÓN A DISTANCIA. — En los experimentos citados hay percepción más bien que visión a distancia. La lucidez del sujeto que se utiliza es un poco generalizada; no es superior para ninguna otra forma de lucidez y las presenta todas parcialmente, lo que resulta sin duda por hallarse sometido a gran número de experimentos diferentes. La visión a distancia de los acontecimientos presentes, pasados o futuros debe ser buscada en particular con un sujeto que manifieste en la prueba de la carta cierta precisión. Es fácil también con un sujeto cualquiera entregarse a una preparación sistemática, reiterar los ensayos en sentido progresivo.

Para la preparación, no siendo preciso elegir débiles distancias, rogad al sujeto que mire a un local lejano que conocéis bien, debiendo indicar lo que ocurre, y luego a otro sitio donde no habéis estado nunca. En el primer experimento puede hacerse la pregunta en dos formas; decid al sujeto: «Pienso en un sitio adonde voy con frecuencia; en un sitio donde he estado algún tiempo; ¿lo ve usted?» También se le puede pedir que se traslade con el pensamiento a un lugar determinado, detallando el camino recorrido por medio de una descripción.

Cuando un sujeto ha descrito correctamente a una persona según una carta o cualquier objeto que proceda de ella, se le puede pedir que explique el sitio donde fue escrita la carta, el departamento de la persona en cuestión, y si se desvía, volverle al asunto en forma de localizar sus facultades sobre esta visión a distancia.

Se obtienen, por otra parte, resultados más satisfactorios para tal género de lucidez experimentando siempre en el mismo sentido. En este supuesto, para la lucidez en el espacio deberá abstenerse de hacer al sujeto ninguna pregunta relativa a otra cosa que no sea el describir un asunto determinado a distancia.

El mismo método debe ser aplicado para la obtención de previsiones del futuro, pero comenzando con cosas sencillas y relacionadas. Preguntad al sujeto qué personas os visitarán el día siguiente, a quién encontraréis, o hablando de la prueba de la

carta y cuando haya descrito al firmante, que os diga si le veréis pronto, qué día y a qué hora.

Un buen método para preparar al sujeto en la previsión de los acontecimientos es empezar por preguntarle siempre sobre el mismo consultante: mientras sea posible, una tercera persona que conozcáis bien. El escollo de este género de investigación es la tendencia manifiesta que tienen los sonámbulos y clarividentes en basarse sobre vuestros pensamientos, que ellos perciben por lo general con más facilidad que cualquiera otra cosa, y en predecir acontecimientos calcados en vuestros planes, preocupaciones y deseos. Conviene, por consiguiente, elegir al principio determinado número de hechos que mire con indiferencia el consultante. No llevar nunca el mismo sujeto a la lucidez y a la transmisión del pensamiento.

Para tratar a fondo de la lucidez sería necesario un volumen especial. No obstante, con las indicaciones que se acaban de hacer, estoy seguro de que mis lectores pueden, en primer lugar, convencerse de la realidad de estos fenómenos y obtener resultados cada vez más satisfactorios.

Casi todos los que experimentan como aficionados después de seguirme en la preparación progresiva que forma la directiva de este volumen, han podido comprobar la lucidez. Uno de ellos, colocando a su sujeto en relación con un amigo, ha obtenido la predicción precisa de lo que este último haría el día siguiente y los sucesivos, detallando las casas que iba a visitar, los sitios donde él no pensaba acercarse y hasta la conclusión de una próxima entrevista de negocios, etc.

Otros dos experimentadores me han traído a un sujeto que, además de describir perfectamente a las personas de quienes se le entrega una carta, llega a ver la hora de un reloj colocado sobre su cabeza, sin mirar el cuadrante y aunque se le cambie varias veces la posición de las agujas.

Una última observación; lo mismo en la práctica que en la lectura de los casos históricos más extraordinarios de lucidez, he sido inclinado a admitir que los mejores sonámbulos se encuentran entre jóvenes adolescentes impúberes, o entre los simples y los primitivos. Parece que las diversas huellas ahondadas en el curso de la vida, así como la mayor actividad cerebral, alteran la facultad de lucidez.

Capítulo IV

PARA OBSERVAR LA CLARIVIDENCIA

1. Psicología del «clarividente». — 2. La clarividencia espontánea en el estado de vigilia y en el estado de sueño. — 3. La clarividencia voluntaria. — 4. Visión de formas o de seres normalmente invisibles. — 5. Algunas ideas sintéticas. — 6. Nociones prácticas.

1. PSICOLOGÍA DEL «CLARIVIDENTE». — Debemos entender por clarividencia la visión o percepción obtenida sin ser magnetizado, de seres o de cosas reales, más o menos lejanas en el tiempo y en el espacio; visión de acontecimientos pasados, actuales y hasta futuros. La clariaudiencia es al oído lo que la clarividencia es a la vista.

El sonámbulo lúcido es generalmente un primitivo, un simple, un inerte, a quien hasta en la vida ordinaria le falta personalidad. El «clarividente», en cambio, es un contemplativo, un sensitivo, un receptivo a la manera de los artistas, y como ellos, tiene una personalidad que es mucho más característica por lo mismo de que es más sutilmente perceptiva.

El fenómeno de lucidez sonambúlica y el de clarividencia parecen casi semejantes; acaso tienen un mecanismo idéntico, o sea la exteriorización parcial o total del doble étero-flúidico, pero ese mecanismo no funciona de igual forma en los dos casos, y no veo que un sonámbulo lúcido haya sido clarividente, como tampoco que se haya obtenido el sueño provocado y la lucidez en un clarividente.

Con relación a un hipnotizador, a un telepsiquista, el clarividente parece figurar lo inverso; mientras que los que provocan en otros los fenómenos psíquicos se desarrollan en sentido activo, se preparan a exteriorizar la influencia, los clarividentes están dotados para una pasividad mental especial en la que absorben las vibraciones, en la que se hacen receptivos.

En todo lo que precede se trata de seres raros que ejercen voluntariamente la clarividencia. Una conclusión se deduce para el lector, y es ésta: que la preparación psíquica con objeto de experimentar el Magnetismo, el Hipnotismo, la Sugestión y la Telepsiquia, es inversa de la que se resuelve en la clarividencia, y que para observar este último fenómeno sobre sí mismo, no es necesario entregarse al ejercicio activo de los cuatro factores de influencia, puesto que por el contrario el clarividente debe ser un instrumento pasivo³⁹.

³⁹ La preparación necesaria para desarrollar la clarividencia está indicada en mi obra: Ciencia oculta y magia práctica.

Las instrucciones que siguen tienen por objeto documentar al lector de modo que le permita darse cuenta de los fenómenos de clarividencia desarrollados a su alrededor⁴⁰ y distinguir, cuando llega el caso, a los individuos dotados a voluntad de doble vista frecuentemente periódica o hasta constante, y colocarse con ellos en las condiciones más favorables para la obtención del fenómeno aludido.

El señor Boirac, el sabio rector de la Academia de Dijon, en un reciente trabajo sobre este asunto, ha propuesto reunir la clarividencia con algunos otros fenómenos bajo el nombre de metagnomía, vocablo que viene a significar nos dice su autor, «conocimiento de cosas situadas más allá de las que podemos conocer normalmente». Esta definición puede aplicarse a todo lo que es llamado doble vista, psico-metría, etc., manifestaciones que con la clarividencia y la clariaudiencia parecen grados o modos diferentes de la metagnomía.

Según el temperamento, hay más aptitudes para unas modalidades que para otras. Tal individuo tendrá la intuición de la inminencia de un hecho; tal otro tendrá la visión. El llamamiento mental del prójimo en agonía será percibido por uno como un sonido, por otro como una imagen. Y cada modo tiene también sus grados. La clarividencia, por ejemplo, es más o menos clara, en ocasiones simbólica, con frecuencia tan poco usada que no despierta la atención.

¿En qué condiciones se producen todos esos fenómenos metagnómicos?

Pueden verificarse espontáneamente entre personas a las cuales son en absoluto extrañas las cuestiones psíquicas o ser provocadas voluntariamente por medio de diversos procedimientos.

2. LA CLARIVIDENCIA ESPONTÁNEA. — Todas las clases de individuos proporcionan casos de clarividencia espontánea. En su obra *Lo desconocido y los problemas psíquicos*, cita Flammarión numerosos casos recogidos en todas partes. He aquí cuatro de los más notables. Primero una observación característica, expuesta por la señora A. Hess de Albi:

«...Tenía proyectado salir aquel sábado 8 de abril. Comí tranquilamente a mediodía, pero hacia las dos de la tarde se apoderó de mí una angustia mortal. Subí a mi habitación, arrojándome en un diván, donde estallé en sollozos; veía a mi madre tendida en su lecho, cubierta con un gorro de muselina, que nunca le había visto, y evidentemente muerta... Salí de la casa como una persona inconsciente. Cinco minutos después oí detrás de mí el paso rápido de mi marido que me traía un telegrama: “Mamá muy grave, no pasará de la noche”. “Ha muerto — dije yo—. Lo sé, la he visto.” Hasta el lunes a las 11 de la mañana no llegué a Estrasburgo (donde ocurrió el fallecimiento) y ya se había efectuado el entierro de mi madre,

⁴⁰ Está probado que un gran número de personas pueden ocasionalmente ser objeto de un hecho de clarividencia.

pero los que la vistieron recordaban el gorro de muselina con que se le cubrió la cabeza para ser sepultada, y el cual con tan extraña exactitud se había aparecido en mi visión.»

Segundo caso:

«En 1875 — escribe el señor Berger, profesor en Roan-ne—, un primo hermano de mi madre, el señor Claudio Périchon, entonces jefe de contabilidad de la fábrica metalúrgica del Horme, municipio de Saint-Julien-en-Jarret (Loira), al entrar en un estanco, vio claramente la imagen de mi madre reflejada en la vitrina. Al día siguiente recibió la noticia de su muerte.

»La veracidad de este relato no puede ser puesta en duda; mi primo lo refirió varias veces a sus hijos, de quienes yo lo sé, y es un hombre de cierta instrucción, poco expansivo, muy serio y por consiguiente digno de fe.»

Observemos que la casi totalidad de las visiones espontáneas está en conexión con un grave acontecimiento que interesa al clarividente.

El caso que sigue fue comunicado a Flammarión por la señora Féret, de Juvisy, madre del administrador de correos de dicha población:

«...El hecho de que se trata se remonta a muy lejos, pero lo recuerdo como si hubiera ocurrido ayer, porque me emocionó profundamente, y aunque viviese cien años no podría olvidarlo.

»Era en 1855, durante la guerra de Crimea. Yo habitaba entonces en la calle de la Tour, en Passy.

»Un día, a la hora de la comida, bajé a la bodega. Un rayo de sol penetraba por la claraboya del sótano, iluminando el suelo. Aquella tarde esclarecida me pareció de improviso una playa de arena, a la orilla del mar, y tendido muerto sobre dicha playa, yacía uno de mis primos, jefe de batallón.

»Aterrorizada, no pude dar un paso más, y retrocedí subiendo penosamente la escalera. Mi familia, testigo de mi palidez y de mi turbación, me apremió a preguntas, y cuando les referí lo que había visto se burlaron todos de mí.

»Quince días después recibimos la triste noticia de la muerte del comandante Solier. Había muerto al efectuar un desembarco en Varna y la fecha correspondía al día en que le vi tendido sobre el suelo de nuestra bodega.»

En este caso, como en el primero, se tiene la «visión de una escena desarrollándose a lo lejos». En el segundo hay solamente «visión de una persona querida al clarividente».

En el que se va a leer y que fue expuesto por la baronesa de Stasse, la visión de lo que sucede no es tan clara:

«...La señora M..., que por su casamiento llegó a ser francesa y perteneciente a la gran familia médica, era la veracidad personificada. Hubiera muerto antes de proferir una mentira.

»Ahora bien, véase lo que ella me ha referido. En su adolescencia vivía en Inglaterra, aunque no fuese de nacionalidad británica; a los dieciséis años habíase casado con un joven oficial del ejército de las Indias.

»Un día de primavera, en el puerto inglés donde habitaba, hallábase asomada al balcón de la casa de su padre, pensando naturalmente en su esposo. De improviso lo vio en el jardín, frente a ella, pero muy pálido y como extenuado. Sin embargo, alegre y dichosa, gritó: «¡Harry!... ¡Harry!» y bajó con toda rapidez la escalera. Precipitadamente fue a abrir la puerta, creyendo encontrar a su marido en el umbral; no había nadie. Salió al jardín, examinando el sitio donde no dudaba haberle visto; no había nadie.

»Sus familiares acudieron, intentando consolarla, persuadirla de que era una ilusión, pero la joven repetía: «¡Le he visto! ¡Le he visto!»

»Quedó entristecida e inquieta.

»Poco tiempo después supo que su esposo había sucumbido en alta mar, de una dolencia repentina, en el día y a la hora en que ella le vio en el jardín.»

La clarividencia espontánea es habitual en ciertos seres. Se dice de éstos que son «psicómetros» o que poseen una «doble vista».

El psicómetro es aquel que le basta tomar contacto con una persona—teniéndole la mano, por ejemplo — para percibir cierto número de cosas exactas que se refieren a di-< ha persona. Existe en París un clarividente, el señor De F..., muy conocido y del cual no indicaré el nombre para evitar que se diga que hacemos reclamo: Este señor sujeta el puño de la persona que va a consultarle y sin necesidad de que le adviertan nada la consulta empieza. Uno de mis alumnos, el señor B..., consejero del Comercio exterior de Francia, hombre muy reflexivo y de raro buen sentido, me refiere que consultó a De F... hace varios años con motivo de una enfermedad de su mujer. Después de conversar sobre multitud de hechos, sólo conocidos del consultante, le describió con exactitud admirable los síntomas experimentados por la enferma, afirmándole que viviría dos años. Esta predicción se ha realizado puntualmente.

El doctor De Sermyn, en su libro sobre las facultades cerebrales desconocidas, expone un caso personal de sueño predestinativo:

«Sueña que tiene en brazos a su hijo delante de una estufa encendida. De repente el niño se desliza y cae entero en las llamas. En lugar de apresurarse a retirarlo del brasero, el doctor De Sermyn cierra precipitadamente la estufa y oye con

inexpresable angustia cómo se remueve y abrasa la criatura. Despierta lleno de sobresalto. Su hijo duerme tranquilo.

»A la mañana siguiente el niño se levanta, alegre, contento como de ordinario. Al mediodía comienza a sentirse molesto. Su padre le comprueba un pulso agitado, algo febril, y la auscultación le revela un catarro generalizado de los dos pulmones. Cuatro días después el niño sucumbe.»

Pudiéramos citar otros muchos casos análogos de autores que merecen completo crédito.

La intuición, ese presentimiento más o menos súbito de la presencia en lugar determinado de una persona conocida, o de un hecho que se produce fuera del conjunto de nuestra expectación, nos parece que debe también incorporarse a la clarividencia propiamente dicha; intuición, clarividencia, premonición, tienen, como si dijéramos, un mismo asiento en nuestro subconsciente, quizá debiéramos decir sobreconsciente.

Hay personas que en sus sueños ven exactamente lo contrario de lo que debe suceder. Cuando despiertan les basta invertir sus sueños para tener la expresión de la verdad. Conocemos varios casos de ese género que son más frecuentes de lo que se cree.

Otros tienen sueños simbólicos.

X..., por ejemplo (amigo de la infancia del autor), en vísperas de saber la solución de una demanda de empleo administrativo, hacía tiempo solicitado y seguido de multitud de gestiones, sueña que corre para atrapar un tranvía sin conseguir alcanzarle. Cuenta con una próxima parada y se esfuerza por continuar su carrera. La estación de parada se aproxima; trabajo perdido, el conductor suena implacable el timbre y el coche sigue su marcha. Desesperado, X... se desploma en el suelo y... despierta. Al día siguiente, en el primer correo, encuentra una carta de la Administración negándole la plaza.

La analogía del sueño con la marcha del asunto que ocupa el campo de la conciencia de X... puede explicarse sin intervención metagnómica, pero da idea perfecta de lo que puede ser ésta en un modo poco intenso.

3. LA CLARIVIDENCIA VOLUNTARIA. — La clarividencia se obtiene con diversos medios. Una bola de cristal, a cuyo interior se mira, constituye el más conocido. Tomamos del estudio del señor A. Lang, *Las visiones en el cristal*, el ejemplo siguiente de visión provocada:

«Miss Angus, una inglesa que practica la visión en el cristal, fue solicitada por una de sus amigas para que mirase en su bola; ésta quería informarla de un acontecimiento, contemplando con ansiedad en el campo de su cristal; un lecho en el cual se encuentra un hombre que parece muy enfermo. Ve también que ha

muerto, pero se abstiene de decirlo. Una dama enlutada se encuentra junto a la cama. No reconoce en el hombre a ninguno de sus familiares, e invita a su amiga a mirar en la bola. Ésta lo hace y dice en el acto: “¡Oh! Veo un lecho también, pero ¡el hombre ha muerto!” Después describe a varias personas en la alcoba fúnebre.»

Esta visión correspondía a la muerte del cuñado de un primo de la consultante.

El doctor J. Maxwell, abogado general en la Audiencia de Burdeos, clasifica de esta forma las visiones obtenidas en el cristal:

- 1.º Visiones de hechos imaginarios, alucinación ordinaria.
- 2.º Recuerdos olvidados, vueltos a la memoria bajo forma de visión.
- 3.º Hechos pasados de los que el sujeto afirma siempre su ignorancia.
- 4.º Hechos actuales ciertamente desconocidos del sujeto.
- 5.º Hechos futuros.
- 6.º Hechos de interpretación dudosa.

La visión de miss Angus, antes citada, pertenece indudablemente al cuarto de los grupos de Maxwell; los tres primeros grupos, no estando constituidos por hechos reales de metagnomía, salen del cuadro de nuestro trabajo.

J. Maxwell, que ha estudiado de cerca los fenómenos psíquicos y especialmente la clarividencia provocada, refiere varios ejemplos característicos en su libro *Los fenómenos psíquicos*:

«Había entregado — dice — una bola de cristal al señor X..., hombre honorable que se interesa mucho en las investigaciones psíquicas. La señora X... tiene la facultad de ver en el cristal, pero nunca he tenido ocasión de interrogarla sobre sus visiones. El hecho que su marido me ha contado concierne a una dama que es cajera en uno de los grandes restaurantes de Burdeos. El señor X..., que come allí con frecuencia, mostró un día la bola de cristal a la cajera; ésta miró en el globo y vio la figura de un perrito. El animal le era absolutamente desconocido y la visión no parecía tener ningún interés.

»Pocos días después el señor X... volvió a comer en el restaurante. La cajera le llamó diciéndole que estaba muy asombrada. Acababan de hacerle el regalo de un perro semejante al que había visto en la bola de cristal.»

La frivolidad del objeto de esta visión no disminuye el interés de la percepción del futuro que es manifiesta.

El segundo caso citado por Maxwell fue obtenido en el espejo de un armario por una dama conocida del eminente psiquista.

«Vio una vez a un hombre sentado en la acera de una calle determinada; aquel hombre tenía en la frente una herida de una forma igualmente determinada. Un pedazo de piel había sido arrancado cayendo sobre el ojo. El hombre, entre otros detalles del traje, presentaba un saco enrollado en el cuello. Sobre el saco observó impresas dos iniciales:

V.L. La dama se reconoció en su visión, acercándose al herido, y conduciéndole al hospital para hacerle curar.

»Al día siguiente salió muy de mañana, encontrando al herido donde lo había visto la víspera, y su visión se realizó completamente; basta en el detalle del saco envolviendo el cuello del hombre y con las mismas iniciales impresas.»

«Otra vez dicha dama vislumbró en iguales condiciones, es decir, en el espejo de su armario, a una de sus amigas casada con un extranjero, cónsul de una potencia vecina de Francia. En la visión, esta señora parecía remontar el paseo de Tourny, en Burdeos, en el sitio donde esta bella vía desemboca en el muelle Gambetta. Los detalles del traje fueron particularmente retenidos por la observadora; eran una ligera manteleta y una blusa escocesa con un galón de oro bordado en torno del cuello.

»Dos o tres días después la perceptora se encontraba en un tranvía. En el momento de pasar el coche próximo a la desembocadura del paseo Tourny en el muelle Gambetta, advirtió la presencia de su amiga en las condiciones exactas de la visión anterior.»

«Véase ahora — continúa el mismo autor — un último ejemplo todavía más significativo que los anteriores, porque la visión me fue contada ocho días antes que el acontecimiento se realizara, y yo mismo hice el relato a varias personas antes de dicha realización.

»Un sensitivo con el cual yo operaba percibió en un globo de cristal la escena siguiente: un gran steamer, ostentando un pabellón de tres bandas horizontales, negro, blanco y rojo y ostentando el nombre Leutschland⁴¹, navegaba en alta mar; de repente apareció el buque envuelto en humo ; los marinos, los pasajeros y gentes de uniforme corrían en gran número sobre cubierta y a poco se hundía el barco.

»Ocho días después los diarios dieron cuenta del accidente ocurrido al Deutschland, en el que estalló una caldera, y según creo el paquebote hizo arribada forzosa.»

Nuestras modernas pitonisas substituyen con mucha frecuencia los objetos clásicos de la clarividencia (bolas de cristal, superficies pulimentadas de diversas naturalezas) con el poso de café, los alfileres, o la clara de huevo. Esas mujeres interpretan, según ciertas reglas, los dibujos formados por esos productos cuando

⁴¹ ¿La L no sería una D bastante borrosa?

se vierten en una copa, desde bastante alto. Distinguen: un cuadrado, un círculo, una cara humana, un edificio, un animal, etc., y formulan presagios en relación con cada figura. Todos los que se han entregado personalmente a observar ese medio de adivinación saben que algunas de las que lo practican consiguen a veces, tanto sobre el pasado como sobre el porvenir inminente, indicaciones rigurosamente exactas, muy precisas y muy bien relacionadas para que se atribuyan en su totalidad a la interpretación de las figuras rudimentarias aludidas.

Las superficies contempladas son, en parte, análogas a los instrumentos clásicos de la clarividencia. Parece indudable que se trata también de un fenómeno metagnómico. Otro tanto pudiera decirse de la cartomancia. Aunque el tarot reúne en sus 78 láminas todos los presagios posibles bajo una forma muy clara a pesar de ser simbólica, no se conseguiría utilizarle con éxito sin la predisposición a la doble vista. Alfileres, clara de huevo, poso de café y tarokes se presentan, en definitiva, como otros tantos medios de poner en acción la facultad metagnómica.

4. VISIÓN DE AGENTES, DE FORMAS Y DE SERES NORMALMENTE INVISIBLES. — Puesto que estamos examinando, según la definición de Boirac, citada al principio de este capítulo, los hechos de «conocimientos de cosas situadas más allá de las que podemos conocer normalmente», terminaremos esta exposición con algunas observaciones relativas a la percepción de que nuestro ojo físico no es afectado en el estado normal.

Las personas muy sensibles a la acción del Magnetismo — los sensitivos — ven los efluvios que se desprenden de nuestros ojos y de nuestras manos. En una cámara oscura, el cuerpo humano aparece a los ojos de los sensitivos aureolado de una luz azul en los polos magnéticos positivos, amarillo-anaranjada en los polos negativos. El imán y el cristal tienen también una aureola muy aparente a los ojos de los sensitivos.

Dichos efluvios serían visibles para casi todos nosotros en ciertas condiciones que todavía no conocemos del todo. El doctor G. Durville ha observado diferentes casos en que sus propios efluvios fueron vistos colectivamente por personas no prevenidas y tomadas al azar.

Los teósofos, que han dado gran impulso al estudio de algunas manifestaciones psíquicas, establecen, gracias a ciertos clarividentes, las leyes de la emisión radiante que parece acompañar el pensamiento. Las formas coloreadas, de contornos en extremo variados, emanan, según dicen, de nuestro ser pensante. La cualidad de nuestros pensamientos determina el color de esas formas, su naturaleza corresponde a los contornos de su precisión, a la pureza de éstos.

Numerosas personas, por completo extrañas a todo estudio ocultista o teosófico, nos han hecho la descripción de formas coloreadas muy semejantes a las que ilustran sobre este asunto los escritos de los maestros de la teosofía. Nuestro testimonio sólo se dirige a los lectores que hubieran ya hecho semejante

comprobación, indicio seguro de predisposición metagnómica, como se concebirá por el estudio del capítulo siguiente.

Sin querer considerar aquí la hipótesis, admitida por el ocultismo, de la existencia de ciertos seres constituidos de una substancia más sutil que la materia física, que viven en el mismo espacio que nosotros, deberemos decir que algunas alucinaciones revisten el aspecto prestado a esos seres.

«Yo operé — dice Maxwell en su libro ya citado — con un sensitivo que, según creo, ignoraba sus teorías (las de los ocultistas) y las de los espiritistas, no teniendo noción alguna sobre las formas que les presta la literatura especial de las ciencias ocultas. Ahora bien, el sensitivo tuvo en dos ocasiones la visión de un árbol que se hallaba aislado en un bosque. La tierra parecía blanca y el árbol también era blanco y cubierto de peras blancas colgando de las ramas. En su visión, el sensitivo se aproximó, comprobando que las peras eran en realidad bichos blancos de apariencia odiosa. Eran como cabezas sin cuerpos, terminando en colas alargadas. Dichos seres se veían suspendidos de las ramas con la cola. Esta visión me pareció puramente imaginaria, pero la he anotado porque las curiosas formas descritas concuerdan muy bien con el aspecto prestado a las larvas por los escritores ocultistas»⁴².

Esta observación tiene su importancia. No es aislada. Pudiéramos citar otros casos análogos, pero creemos que basta a su objeto; despertar la atención de los que aseguran que ven lo invisible y alentarlos a orientar sus visiones por el método racional.

5. ALGUNAS IDEAS SINTÉTICAS. — Bajo el efecto de un grave acontecimiento sobrevenido a uno de nuestros semejantes, nuestro estado psíquico puede modificarse y reflejar — si así es permitido llamarlo — más o menos claramente dicho acontecimiento. Accionado por la llegada de vibraciones, procedentes de la persona en cuestión, nuestro organismo psíquico sufrirá una resonancia cuya expresión, según nuestra mayor o menor aptitud clarividente, ha de ser una sensación intuitiva, etc. Todo lo que nos interesa, sea en el pensamiento, sea en las acciones de otro, puede seguramente ser percibido a distancia por nuestro intelecto, si sabemos colocarnos en el estado de receptividad requerido, ese estado que buscan los que se dedican a contemplar una bola de cristal.

Se puede admitir que el epifenómeno radiovibratorio que acompaña nuestras emociones, nuestros sentimientos, nuestras reflexiones, nuestras voliciones, tiene raramente la intensidad deseada para entrar, por decirlo así, con violencia en el metal de aquellos en quienes pensamos e imponerse a ellos bajo la forma de una brusca percepción. Por otra parte se encuentra también con dificultad, llegando a su destino, la pasividad o la semejanza de tono, de movimiento necesario a una receptividad pasiva.

⁴² Ver: Ciencia oculta y magia práctica.

En lo que se refiere a la visión a distancia de cosas materiales, ¿a qué ley misteriosa obedece? Boirac, en presencia de la realidad del fenómeno, llega a la hipótesis de las radiaciones, uniendo los seres y las cosas. Es casi lo mismo que nos dicen los teósofos:

«Vivimos sin cesar — dice Leadbeater—, bañados en un vasto mar, mezcla de aire y de éter, penetrando éste en todas partes, como penetra toda materia física, y es, sobre todo, por medio de vibraciones, en el mar inmenso de materia, como nos llegan del exterior las impresiones. Eso lo sabemos todos, pero muchos quizá nunca se han dado cuenta de que el número de vibraciones a las cuales somos capaces de responder es decididamente infinitesimal.»

Entre las vibraciones en extremo rápidas a las que está sometido el éter, existe una pequeña sección, una sección muy pequeña, a la cual la retina del ojo humano es capaz de responder, y esas vibraciones particulares producen en nosotros la sensación que llamamos luz. Dicho en otra forma, nosotros solamente somos capaces de ver los objetos en los cuales esta especie particular de luz puede ser admitida o reflejada.

De modo semejante, el tímpano del oído humano es capaz de responder a cierto orden muy débil de vibraciones comparativamente lentas, bastante lentas para actuar sobre el aire que nos rodea; de suerte que los únicos sonidos que podemos oír son los producidos por objetos cualesquiera en este orden particular de vibraciones.

En los dos casos se trata de un fenómeno bien conocido de la ciencia, que tiene grandes cantidades de modos vibratorios en grado superior o inferior a las dos secciones y, por consiguiente, hay muchas vibraciones luminosas que nosotros no podemos ver y muchas vibraciones sonoras que nuestros oídos no pueden oír (la clarividencia).

El ocultismo describe toda una serie de prácticas que tienen por objeto hacer al adepto capaz de percibir las vibraciones más sutiles. Además de una preparación combinada con el fin de transformar en pasivos los instintos y de comprobar la emotividad, el individuo debe dedicarse a la contemplación de los objetos que se nombran «espejos mágicos» sobre la superficie de los cuales se han de efectuar las visiones.

6. NOCIONES PRÁCTICAS. — La pasividad psicoemocional e instintiva, el aislamiento, el silencio, predisponen ciertamente a la clarividencia, a la presciencia bajo una u otra forma. La vida moderna parece difícilmente conciliable con la adquisición de semejante estado y mucho menos con la posibilidad de observar las prácticas de la Magia caldeo-egipcia o de la yoga. No indicaré el detalle de una preparación sistemática, sino únicamente las mejores condiciones para poner en actividad la clarividencia cuando es innata. Una esfera de cristal de roca debe ser preferida como medio de concentración abstracta, pero a falta de ésta, se puede perfectamente obtener visiones con una garrafa o un vaso de cristal liso, llenos de

agua y descansando sobre una superficie igualmente lisa. El mejor alumbrado es una débil luz difusa como la que daría una lámpara eléctrica de 5 bujías a través de un vidrio deslustrado. La persona deseosa de saber si le es posible conseguir la clarividencia, debe sentarse en una posición cómoda, a un metro aproximadamente de la bola, de la garrafa o del vaso y dirigir su mirada al centro del objeto, procurando pensar lo menos posible para crearse un estado mental pasivo y expectante.

La fatiga indica que es inútil continuar, debiendo suspenderse hasta varias horas después.

Repitiendo el ejercicio, la fatiga se dejará sentir cada vez menos.

Ya he dicho al principio de este capítulo que prepararse en la clarividencia tiende a desarrollar facultades inversas a aquellas con las cuales se ejercen las influencias psicomagnéticas. Por esto los que no quieran trabajar ellos mismos con la bola de cristal o sus sucedáneos, podrán elegir un «sensitivo» magnético, a quien se abstendrán de influir colocándolo en las condiciones que acabamos de indicar.

Capítulo V:

PARA OBSERVAR LA EXTERIORIZACIÓN DE LA SENSIBILIDAD Y EL DESDOBLE

1. En qué consiste la exteriorización de la sensibilidad. — 2. Método de experimentación. — 3. El desdoble magnético de un sujeto. — 4. El desdoble espontáneo. — 5. El desdoble personal.

1. EN QUÉ CONSISTE LA EXTERIORIZACIÓN DE LA SENSIBILIDAD. — Recordará el lector que la sensibilidad cutánea desaparece en los diversos estados de sueño magnético. Esta desaparición se acompaña de un fenómeno señalado por primera vez, en 1892, por el coronel De Rochas: «Desde el estado de relación (estado sugestivo) — dice este experimentador en su obra *Los estados profundos de la hipnosis* — se forma alrededor del cuerpo del sujeto una capa sensible, separada varios centímetros de la piel. Si el magnetizador o una persona cualquiera punza, pica o acaricia la piel del sujeto, éste no siente nada; si el magnetizador hace las mismas operaciones sobre la capa sensible, el sujeto experimenta la sensación correspondiente.

»Cada vez más se comprueba que a medida que profundiza la hipnosis se, forman una serie de capas análogas casi equidistantes, cuya sensibilidad decrece proporcionalmente a su alejamiento del cuerpo.»

Las observaciones y experimentos y su verificación, realizadas por el doctor Luys, de la Caridad, fueron en 1893 objeto de un informe publicado en los *Anales de Psiquiatría*, por el doctor Sicard y del cual reproduzco algunos extractos:

«Ya el señor De Rochas había observado con frecuencia que los sujetos llegados a un grado suficiente de hipnosis sentían su contacto cuando se aproximaba a ellos, sin que los tocara, no obstante, logrando reconocer que a cada una de las zonas coloreadas correspondía una zona de sensibilidad exteriorizada.

»Efectivamente, si el señor De Rochas pica con una aguja la atmósfera de una de las zonas que rodean al sujeto, en el acto es percibida la picadura sobre un punto del cuerpo.

»Estos fenómenos se observan también algunas veces en el estado de vigilia.

»El señor De Rochas ha hecho en la Caridad el experimento siguiente sobre un sujeto a quien veía por primera vez y que ignoraba en absoluto la naturaleza del experimento que iba a intentarse.

»Margarita J... estaba despierta. El señor De Rochas dio algunos pases sobre la mano derecha, que perdió rápidamente la sensibilidad cutánea. Los pases fueron continuados; después, bruscamente, el señor De Rochas pinchó en la atmósfera a una docena de centímetros de la mano del sujeto, quien dio un grito, retrocediendo vivamente.

»Hemos visto varias veces al doctor Luys dormir a L.W.4. que ha sufrido la amputación del dedo meñique de la mano derecha. Cuando se encuentra en estado hipnótico, reaparece la sensibilidad en el sitio donde debió estar el dedo, W... se estremece, se queja, retira la mano y frota con suavidad su dedo imaginario para calmar el dolor.

»Con otro sujeto en estado hipnótico, Luys ha visto producirse las flictenas en el momento de aproximarle una bujía a cincuenta o sesenta centímetros de su cuerpo.»

Después de resumir en esta forma el punto de partida de las investigaciones del coronel De Rochas y del doctor Luys, el doctor Sicard se extiende sobre la posibilidad, afirmada por los dos experimentadores citados, de condensar en el aire o en una disolución cualquiera la sensibilidad de un sujeto puesto en contacto con el líquido. Con este motivo reproduce los informes que siguen, del señor De Rochas.

«En mis primeros experimentos, hechos durante el invierno de 1891, después de cada sesión, arrojaba al jardín, desde la ventana de mi despacho, los líquidos sensibilizados. Esto fue lo que hice particularmente una noche que helaba y en la que había operado con dos sujetos, comprometidos a volver el día siguiente. Ninguno se presentó a la hora convenida. Al otro día vi aparecer a uno de ellos muy compungido y con cara cadavérica. Me refirió que su compañero y él se sintieron atacados de cólicos violentos durante la noche y que no pudiendo calentarse se habían helado hasta la medula.

»He sensibilizado — prosigue el señor De Rochas — una disolución saturada de hiposulfito de sodio, colocándola al alcance del brazo de L... dormido y exteriorizado. Despierto el sujeto y sin que supiera nada, un ayudante ha terminado la cristalización y en el mismo momento el brazo de L... se ha contraído, haciéndole experimentar violentos dolores. Esto lo había previsto, pero lo que no pude imaginar es que doce días después, cuando hundí la punta de un puñal en un balón que contenía el hiposulfito cristalizado, resonó un grito en la habitación vecina donde L..., ignorante de lo que yo hacía, conversaba con otras personas; seguramente sintió el golpe en el brazo, pero no ocupándome entonces del fenómeno de la localización de las sensaciones, me abstuve de preguntarle.

»Si se reemplaza el líquido cristalizable por una estatua de cera, se observan fenómenos idénticos. Si se pellizca o punza la estatua, el sujeto se queja de ser pellizcado o punzado.

»Yo ensayé la cera pensando en si disfrutaría como el agua de la propiedad de almacenar la sensibilidad, y reconocí que la posee en alto grado, lo mismo que otras sustancias, como el colcrén y el terciopelo.

»Una figurita, confeccionada con la cera de modelar y sensibilizada con una permanencia de algunos instantes enfrente y a poca distancia de un sujeto exteriorizado, transmitía a este sujeto la sensación de las picaduras con que la perforé; hacia lo alto del cuerpo si pinchaba a la cabeza; hacia abajo si la pinchaba en los pies.

»Al cabo logré localizar exactamente la sensación implantando en la cabeza de la figurita un mechón de cabellos cortado en la nuca del sujeto durante su sueño.

»El señor X... se llevó entonces la estatua así preparada detrás de un estante donde nosotros no podíamos verla, ni el sujeto, ni yo. Desperté al sujeto que, sin abandonar su sitio se puso a conversar, hasta el momento en que, revolviéndose bruscamente y llevando la mano detrás de su cabeza, preguntó riendo quién le tiraba de los cabellos, en el instante preciso en que el señor X..., desde su escondite, arrancaba los cabellos de la estatua.»

El doctor Sicard se extiende en seguida en otra serie de experimentos donde la figurita de cera es substituida por una placa fotográfica cargada de la sensibilidad exteriorizada de un sujeto, y cada vez que se toca la fotografía, el sujeto se estremece o deja oír un quejido.

«Cada vez — añade — que el señor De Rochas tocaba la imagen, el sujeto dormido y exteriorizado sentía el contacto precisamente en el punto de su cuerpo correspondiente al punto tocado del retrato. De Rochas, provisto de un alfiler, arañó dos veces la placa en el sitio de la mano del sujeto; éste se desmayó. Cuando fue despertado, su mano presentaba dos estigmas rojos.

»Hemos visto varias veces al doctor Luys en el laboratorio de la Caridad repetir los experimentos de exteriorización de la sensibilidad.

»Ha podido obtener, por medio de una fotografía, la relación sensible a treinta y cinco metros, es decir, que a esta distancia sintió las picaduras hechas, sin que lo supiera, en su retrato.

»Todavía más: el doctor Luys ha observado los mismos fenómenos, con cambio de personalidad del sujeto, como veremos, en el experimento que sigue:

»Luis W... después de dormido, es llevado al estado sonambúlico y el doctor Luys le sugestióna haciéndole ver que ya no es L. W..., sino el mismo Luys. Se le presenta entonces un retrato de este último y lo reconoce sin vacilar como el suyo.

»El doctor Luys vase a una habitación próxima y pincha su retrato en el estómago, en el brazo y en la mejilla. W... se agita, lleva la mano sucesivamente al estómago, al brazo y a la mejilla, y como Luys continúa pinchando la imagen, W... se agita cada

vez más, y por último abandona el sillón donde está sentado. Se le interroga y responde que no quiere permanecer allí porque le pinchan.

»Fracasó un primer experimento en el cual el sujeto no había visto el retrato.

»El mismo experimento fue hecho igualmente en la Caridad, con Margarita J...»

Otro experimentador de gran talento, Horacio Pelletier, vivamente interesado por los fenómenos obtenidos por De Rochas y Luys, de los que acabamos de referir los principales, trató de reproducirlos, confirmando enteramente los hechos. Las observaciones de Horacio Pelletier se encuentran resumidas por el doctor Dupouy en un volumen que apareció casi en la época de los primeros experimentos de exteriorización de la sensibilidad.

«Basta — dice—, para obtener esos fenómenos, impregnar ciertas sustancias con el fluido de la persona sobre la cual se quiere operar. El fluido que se llama magnetismo humano o fuerza psíquica no queda a perpetuidad en nuestro cuerpo; como el aire que dejamos penetrar en nuestros órganos, después que se hace salir por medio de la espiración, tan pronto entra, tan pronto sale; es un vaivén incesante. De continuo extravasado, se esparce en torno nuestro y forma una especie de atmósfera que nos envuelve por todos lados. Si nuestro fluido impregna una sustancia como, por ejemplo, la cera de modelar, y si con la punta de un alfiler se hace una ligera desgarradura sobre la superficie de esta cera, inmediatamente sentimos en nuestra carne la punta del alfiler, y el arañazo se encuentra reproducido sobre nuestra piel, con tal, no obstante, de que seamos suficientemente sensitivos, porque lo que se llama hechizo no podrá ser operado con todo el mundo; se necesitan personas dotadas de un cierto grado de sensibilidad, pero tales personas, así dotadas, no son absolutamente raras y suelen hallarse en la proporción de treinta por cada cien individuos.

»Lleno de profunda impresión por los asombrosos resultados obtenidos por el señor De Rochas, que tuvieron eco en la prensa científica, me propuse ensayar a mi manera la práctica del hechizo, o diremos mejor, la exteriorización de la sensibilidad.

»Durante una de mis sesiones sobre la fuerza psíquica, he ordenado a uno de mis sensitivos, la señora Masson, tuviera en su mano bien cerrada un cabo de vela, por faltarme la cera de modelar para el experimento. La señora Masson, obedeció mi orden tomando el cabo de vela en su mano cerrada y conservándolo un buen cuarto de hora; mando yo se lo dije me lo entregó. El cabo de vela quedó bien impregnado de su fluido y la señora Masson estaba en la más absoluta ignorancia de lo que me proponía hacer. Cogí mi navaja y me puse a hendir la punta de la vela; inmediatamente la señora Masson sintió vivo dolor como si en lugar de hundir la punta en la vela, la hubiese hundido directamente en su carne. Fue en la mano que sostuvo la vela donde sintió el dolor. Mientras yo hundía la punta de la navaja, me hallaba alejado de la paciente más de tres metros.

»Juzgué mi ensayo muy interesante, y lo que sobre todo sorprendía mi imaginación era el haber hecho sufrir a una persona torturando un objeto que tuvo en la mano y

encontrándome a gran distancia de ella en el momento de operar con la hoja de la navaja.

»Reanudé el experimento utilizando esta vez un pedazo de cera de sellar en lugar del cabo de vela, cera que la señora Masson sostuvo en su mano cerrada durante otro cuarto de hora. Pasado este tiempo recogí el pedazo de cera, acercándolo a la llama de una bujía que acababa de encender. Al tocar la llama el extremo del pedazo de cera, se fundió y la señora Masson experimentó en la mano con que la había tenido la sensación de una fuerte quemadura. La piel se puso roja y dolorida.» (Doctor Dupouy. — Ciencias ocultas y fisiología psíquica.)

Parece existir una estrecha conexión entre los anteriores fenómenos y aquellos otros, de los que ya hemos dicho algunas palabras a propósito de la acción del imán en los estados clásicos del sueño hipnótico. Se trata de la transmisión de diversos estados psíquicos y nerviosos por medio de una corona imantada en forma de herradura, colocada de una sien a otra, pasando el occipucio. Este almacenamiento, seguido de una exteriorización de actividades cerebrales en el imán, fue descubierto por el doctor Luys en las circunstancias siguientes, referidas por él mismo en la Sociedad de Biología:

«Hace más de un año coloqué una corona imantada sobre la cabeza de una mujer que sufría ataques de melancolía con ideas de persecución, agitación y tendencia al suicidio. La aplicación de aquella corona sobre la cabeza de la enferma produjo a las cinco o seis sesiones un alivio progresivo en su estado, y al cabo de varios días creí poder volverla a enviar sin peligro al hospital. Después de quince días, teniendo aislada aparte dicha corona, tuve la idea puramente empírica de ponérsela a un sujeto que se encontraba allí en tal momento.

»Era un sujeto varón hipnotizable, atacado de crisis frecuentes de letargo. ¡Cuánta no fue mi sorpresa viéndole, en estado de sonambulismo, proferir lamentos, en todo iguales a los proferidos quince días antes por la enferma curada!

»Había tomado el sexo de la enferma; hablaba en je-menino; se quejó de violento dolor de cabeza; dijo que se iba a volver loca, que sus vecinos se introducían en su habitación para hacerle daño, etc. En resumen, el sujeto hipnótico, merced a la corona imantada, había adquirido el estado cerebral de la enferma melancólica.

»La corona imantada obró lo suficiente para retener el influjo cerebral mórbido de la enferma (ya curada) y para perpetuarse como un recuerdo persistente en la textura íntima de la lámina magnética.

»Es éste un fenómeno que hemos reproducido varias veces desde hace varios años.» (Citado por el doctor Dupouy.)

La exteriorización de la sensibilidad ha sido comprobada por otros experimentadores notorios y se la produce hoy con tanta frecuencia como el sueño magnético. Este fenómeno explica el papel de la figurita de cera de los hechiceros. Es sabido que la cera condensa el influjo de una persona con la cual se la pone en

contacto. Ahora bien, las prácticas de la hechicería mencionan la introducción en la figurita de cabellos, uñas, vestidos, procedentes de la hechizada, cuya sensibilidad se encuentra de este modo condensada en la cera sobre la cual el hechicero proyecta su energía psíquica al mismo tiempo que traspasa la imagen — convertida en sensible — de su víctima.

2. MÉTODO DE EXPERIMENTACIÓN. — He aquí las condiciones más favorables para observar la exteriorización de la sensibilidad. Operar en una habitación bien cerrada y que se caldee a una temperatura casi constante de 18 a 20° centígrados. Limitar a dos o tres el número de los asistentes, con objeto de evitar que una acción colectiva inconsciente perturbe los efectos de la vuestra sobre el sujeto. Éste deberá ser un sensitivo suficientemente preparado para presentar, por lo menos, el estado sugestivo donde la desaparición de la sensibilidad cutánea es ya casi un hecho. Cuando más profundo sea el estado de sueño magnético provocado, más claros y más intensos serán los fenómenos de exteriorización que pueden observarse.

Dormido el sujeto, tomad una punta cualquiera, y colocado a un metro detrás del individuo, avanzad lentamente con la punta dirigida hacia él, mirando a la región dorsal. Un asistente estará encargado de examinar las expresiones fisonómicas del sujeto. En el momento que dé una señal de dolor, suspender la marcha hacia delante calculando la distancia que separa su epidermis de la capa sensible así determinada.

Se puede entonces proceder a experimentos decisivos. Interponiendo una pantalla (una pieza de tela, por ejemplo) entre la epidermis y la capa sensible exterior, de tal manera que el sujeto no pueda darse cuenta del sitio en que se pincha, obrar sucesivamente sobre varios puntos de la capa sensible. Un ayudante anotará las diversas expresiones fisonómicas del sujeto y el experimentador preguntará a este último, después de cada pinchazo, dónde se ha sentido tocado. Las regiones diversas de la capa sensible en las que el operador pinchará pueden ser decididas por una o varias personas y escritas en boletines numerados, que se le pasarán, uno tras otro.

Después de este experimento general, obrando especialmente sobre un miembro (un brazo y la mano, por ejemplo) con pases longitudinales lentos y apretados, se podrán obtener reacciones precisas. Para este nuevo ensayo hago siempre pasar el brazo del sujeto a través de un cartón, de un metro de lado por lo menos, con objeto de ocultarle completamente los gestos del operador.

A partir del estado cataléptico, la sensibilidad del sujeto puede condensarse en una figurita de cera. La estatua que yo confecciono acostumbro a bañarla varios días en un recipiente con agua, y de esta forma diluir los influjos de los que la hayan tenido antes, haciendo a la cera tan «vacía» como sea posible. Ruego al individuo que sostenga con sus dos manos la figurita aplicada contra la región del plexo solar. A los quince minutos, el objeto se encuentra suficientemente cargado.

El experimentador, pasando entonces a una habitación vecina, puede tocar la figurita en diversos sitios, decididos y escritos anticipadamente en una hoja de papel por un interventor, para eliminar toda idea de acuerdo preliminar entre el magnetizador y su sujeto.

Se sabe que continuando la actuación magnética sobre un sujeto en estado de catalepsia magnética, se le lleva al estado siguiente del sueño: el sonambulismo. He observado aquí algo de lo que no hablan De Rochas, Luys, Pelletier y Durville, y es que si una vez aislado se magnetiza la figurita, el sujeto se conduce como si a él mismo le magnetizaran.

Este hecho me fue revelado por casualidad en las condiciones siguientes: Para demostrar la exteriorización de la sensibilidad a uno de mis colaboradores, el conde de Y..., sabio mineralogista, puse en catalepsia a un sujeto descubierto por mi amigo y al que me condujo para intentar el referido experimento. Habiendo cargado un muñeco de cera con la sensibilidad del sujeto, dejé a éste en mi despacho confiado a la vigilancia del conde V... y me oculté con la figurita en la habitación vecina. Allí, deseoso de actuar en forma que no hubiera sugestión mental, coloqué la figurita sobre una mesa, apoyada contra una pila de libros y cerrando los ojos varios segundos, alargué la mano a tientas hasta tocar la estatua en un punto del que no pude darme cuenta. Cuando sentí el contacto de la cera arañé con fuerza, sirviéndome de la uña, y volví a mi despacho después de comprobar el sitio donde había tocado. Mi colaborador observó un estremecimiento general del sujeto. Levantando a éste un brazo vimos que caía en seguida; la catalepsia había substituido el sonambulismo como si yo hubiese friccionado el vértice del sujeto en lugar del de la figurita.

Repitiendo el experimento con el mismo sujeto y con otros varios, adquirí la convicción de lo que he dicho anteriormente, o sea que, magnetizando la figurita, se obtiene un resultado idéntico al que se lograría obrando directamente en el sujeto.

La exteriorización de la sensibilidad es más clara todavía en el letargo y en el estado postletárgico, si se continúa dando pases al sujeto. Es, sobre todo en estas condiciones, cuando permanece más tiempo en la cera y se le puede observar a grandes distancias.

3. EL DESDOBLE DE UN SUJETO. — Como para los experimentos anteriores es necesario limitar el número de los asistentes y dar a la habitación donde se opere una temperatura de 18 a 20°. Uno o dos sensitivos, capaces de ver efluvios humanos, deberán ser elegidos para observar el fenómeno en sus aspectos luminosos. El sujeto sometido al experimento deberá ser una persona acostumbrada a los cuatro estados del sueño magnético, de salud casi equilibrada y en el cual tenga completa confianza el experimentador. Después de alcanzar el estado letárgico, se continúan los pases. La sensibilidad que se exterioriza en capas concéntricas, bajo la influencia de una magnetización suficientemente prolongada, no tarda en resolverse gradualmente hacia la izquierda condensándose bajo la forma de un vapor blanquecino del que señalarán la formación los testigos

sensitivos. A medida que las capas de la derecha se juntan con las de la izquierda y que la luminosidad precedente llega a ser más perceptible a los sensitivos, éstos dejan de ver el cuerpo físico del sujeto dormido, sólo ellos, porque no ocurre así para el magnetizador y los asistentes. Poco a poco se forma el «doble», toma contornos distintos y aparece coloreado de azul a la derecha y amarillento a la izquierda. Si se le varía de sitio no conserva esta coloración que vuelve a entrar a veces en el cuerpo material. El doble parece entonces completamente blanquecino. Un cordón fluídico une el sujeto a su doble.

Si se pica fuertemente la epidermis del sujeto, éste no manifiesta la menor conciencia; pero si se toca el doble, el sujeto siente el contragolpe, y Héctor Durville, ha comprobado que se formó una esquimosis en la espalda de uno de sus sujetos, porque su doble sufrió un violento choque. El doble parece conservar la sensibilidad táctil, auditiva, visual, gustativa y olfativa, y, además, el pensamiento y la voluntad.

No solamente la inteligencia y la sensibilidad parecen consubstanciales al doble, sino que éste puede ejercer acciones mecánicas más considerables que las realizadas por el sujeto despierto. Se ha obtenido del «fantasma» de un sujeto el transporte de un peso de más de cien kilogramos en un recorrido de varios metros.

Para hacer que cese el desdoble hay que obrar con el sujeto como para despertarle; pases muy rípidos de la cabeza a la mitad del muslo o aplicación de los polos de nombres contrarios, por ejemplo imposición de la mano izquierda en medio y a la derecha de la frente. Poco a poco el doble se reintegra al cuerpo del sujeto, y si se continúa la acción anterior, éste vuelve al estado sugestivo y por último al estado de vigilia.

4. EL DESDOBLE ESPONTÁNEO. — En los hechos de clarividencia, singularmente en los que una imagen aparece al clarividente o tiene la visión brusca de una persona que conoce, hay con toda probabilidad desdoble parcial o total de esta persona.

Hemos visto en el capítulo anterior que los hechos se verificaron en general como bajo el determinismo de un gran acontecimiento. Los ejemplos no faltan. Gurney Myers y Podmore de la Psychic Research Society, de Londres; Lancelin, un erudito psiquista muy conocido por sus trabajos, y Flammarión los citan a millares. He aquí uno; recogido por este último y característico desde el punto de vista del desdoble, porque la visión de que se trata fue percibida por dos personas:

«En la noche del 21 de agosto de 1869, entre ocho y nueve de la noche me hallaba sentado en una alcoba de la casa de mi madre, en Devonport. Mi sobrino, un niño de siete años, dormía en la habitación vecina; me sorprendió viéndole entrar corriendo, de improviso, gritando con acento aterrorizado:

»—¡Oh, tío! Acabo de ver a mi padre dando vueltas alrededor de mi cama.

»Le respondí:

»—¡Qué tontería! Has debido soñar.

»Replicó que estaba bien despierto, y no quiso volver a su alcoba. Viendo que no podía convencerle, hice que ocupara un sitio en mi lecho. Me acosté entre diez y once de la loche. Una hora después vi claramente, del lado de la chimenea, la figura de mi hermano sentado en una silla, y lo que en particular me llamó la atención fue la palidez mortal de su rostro. En aquel momento mi sobrino estaba dormido. Fue tan grande mi espanto (mi hermano se hallaba en Hong-Kong) que oculté mi cabeza bajo las sábanas. Poco después oí su voz con toda claridad, llamándome por mi nombre; éste fue repetido tres veces. Me decidía entonces a mirar, pero la figura había desaparecido.

»A la mañana siguiente referí a mi madre y a mi hermana todo lo ocurrido y anoté la fecha.

»El correo de China nos trajo la triste nueva de la muerte de mi hermano, el 21 de agosto de 1869, fallecido repentinamente a consecuencia de una insolación en la bahía de Hong-Kong⁴³.

Minnie Cox

Summer Hill, Queenstown (Irlanda).»

Bajo la acción de una causa que afecta poderosamente la actividad psicoemocional de un ser, su doble — asiento del pensamiento y de las emociones según los experimentos del desdoble magnético — se encuentra seguramente proyectado a través de la distancia hacia la persona que es objeto de su preocupación dominante.

En ciertos estados accidentales; en el coma, el síncope, en esa postración a la que tiende a colocarnos toda brutal emoción sentimental, el desdoble espontáneo puede efectuarse.

Yo he tenido, sin buscarlo, un ejemplo personal.

Era en 1914. La muerte de mi hermano, víctima de una hemorragia cerebral, me produjo terrible impresión, porque yo le creía, aunque movilizado, fuera de peligro. La tarde del 31 de octubre, día siguiente al del entierro, quebrantado por la fatiga física a consecuencia de dos noches en vela y de un viaje penoso, me disponía a descansar en el lecho, cuando un motivo de meditación se impuso en mi espíritu, haciéndome reflexionar. Me instalé en un sillón. Mi pensamiento estaba por entero concentrado en el recuerdo de una amiga de París ausente y cuya presencia me hubiera sido de un gran consuelo moral en las horas penosas. El cansancio la apartó de mis meditaciones y me dormí pesadamente.

⁴³ Flammarión, Lo desconocido y los problemas psíquicos.

Poco tiempo había transcurrido cuando recibí la visita de dicha amiga, de regreso de París después de la batalla del Marne, y me dijo: «Una tarde he tenido la ilusión muy clara de verle a usted, pero en un estado que me pareció singular. La contracción de los rasgos de su rostro, el desorden de sus cabellos y de sus vestidos, daban un aspecto extraño a su figura. Le vi sentado en un viejo sillón estilo Voltaire donde usted parecía dormir...»

Mi amiga desconocía en absoluto el mobiliario de la habitación donde yo pasé la noche citada.

Como no tenía motivo alguno para anotar la fecha de la aparición, no lo hizo, pero coincidía en sus recuerdos con la tarde en que me dormí pensando en los consuelos que hubiera podido prestarme la presencia de mi amiga. Es posible que, como afirman los ocultistas y los teósofos, nuestro doble se desprenda con frecuencia durante el sueño natural, aunque al despertar no conservemos ninguna noción, como no sea en el caso de sueño premonitorio. Existen numerosos ejemplos de que una visión sobrevenida en sueños y conservada al despertar presente en el espíritu, se reconoció después como la expresión exacta de un hecho que realmente tuvo lugar en el mismo instante que la visión había surgido en el espíritu. He aquí dos casos de ese género que extracto, entre tantos otros de la obra de Flammarión, ya citada varias veces: Lo desconocido y los problemas psíquicos :

«1.º Varias veces, en mi vida de treinta y ocho años de sacerdocio, he sido impulsado instintivamente hacia el lecho de moribundos que no sabía enfermos. Si no temiera fatigarle, atendiendo al gran número de cartas que debe usted recibir, se los contaría. Un caso nada más.

»Una noche, a la una de la madrugada, desperté bruscamente viendo en su lecho a uno de mis parroquianos moribundo que me llamaba a grandes voces. Me vestí en cinco minutos, y con una pequeña linterna en la mano corrí hacia la casa del enfermo. En el camino encontré a un emisario que a toda prisa venía a buscarme.

»Llegué junto al moribundo, que había perdido el conocimiento a consecuencia de un ataque de apoplejía. Tuve el tiempo justo para recitarle la fórmula de la absolución y en seguida falleció.

»Pues bien, aquel hombre, muy fuerte, muy robusto, se había acostado a las nueve de la noche en las mejores condiciones.

Bouin

Canónigo honorario, párroco de Couze (Dordogne).

«2.º Habitaba en Cette con mi esposa, mi suegra, y mis dos hijos, una quinta en la vertiente de la montaña. Todas las mañanas iba a la población, conducido en un tana, matándose del golpe. Lo comuniqué a mi familia; eran las siete, hora en que

todos se levantaban, y también quedaron impresionados. Bajé al jardín a esperar el coche que debía llevarme, como de costumbre, a las ocho y media; no se presentó hasta las nueve y media, pero el cochero me dijo que reemplazaba a su amo, el cual casi siempre guió el carruaje, porque aquella misma mañana, a las cinco, su hija (de diez años, según creo) se había caído de la ventana, estrellándose en el suelo.

Martin Halle

Calle Clément-Marot, 19, París (Letra 61)

Llegado a cierto grado de desarrollo psíquico, el ser humano puede ciertamente tener conciencia de un desdoble, en lugar de conservar tan sólo una impresión dominante, como parece haberse verificado en los dos casos anteriores.

5. EL DESDOBLE VOLUNTARIO. — Desde que se comprobó el desdoble postletárgico de un sujeto magnetizado; desde que los trabajos serios han establecido la realidad de las apariciones, de las bilocaciones, muchos adeptos de las ciencias psíquicas se han preocupado de la posibilidad del desdoble voluntario. La Magia indica a sus neófitos una preparación para llegar a la «salida en astral» — léase desdoblarse —, pero esta preparación no encontraría hoy muchos que la hicieran, porque implica un «ascenso» muy apartado de las costumbres contemporáneas. Los teósofos admiten que el desdoble consciente y voluntario llega a ser posible en cierto grado de evolución y de desarrollo de nuestros potenciales superiores.

La hechicería — que pretende lograr los resultados dispensándose de la preparación sistemática — da recetas empíricas para llegar al desdoble: los electuarios de los narcóticos en los cuales figura frecuentemente el haxix.

He investigado en qué condiciones se podrá llegar al desdoble consciente, inspirándome en todas las fuentes, pero sin salir del dominio de los hechos adquiridos, y sin que sea necesario alcanzar una existencia ascética ni correr el riesgo de desequilibrarse con la absorción de tóxicos.

Habiendo visto en los casos en que parece verificarse el desdoble, que el organismo del desdoblado se encuentra en sueño magnético, o en ese otro letargo que precede a la muerte, o en el sueño natural, no tuve duda de que se ha de realizar como primera condición la pasividad más completa posible del cuerpo.

Basándome después en el hecho de que la actividad psíquica del desdoblado se encuentra siempre poderosamente accionada, sea por la acción del magnetismo, sea por una emoción violenta, he deducido que, paralelamente a la pasividad psíquica, es indispensable realizar un estado psíquico caracterizado por una especie de repliegue del pensamiento sobre la noción de abandono momentáneo y voluntario del cuerpo material.

Consideré, por último, que para dirigir el fenómeno (y no ser juguete como se efectúa cuando el determinante es una viva emoción) es preciso aplicarse a eliminar del experimento toda subjetividad: impaciencia, temor, deseo de influir con objeto de una satisfacción emocional, etc.

He aquí la preparación gradual que propongo a los que quieran ensayarlo:

Primer estadio. — Cada día, a la misma hora, retiraos a una habitación silenciosa, débilmente iluminada u oscura, donde tomaréis todas las disposiciones requeridas para que nadie os moleste. Tendido sobre el lecho, en un diván o sentado cómodamente, os aplicaréis primero a aflojar por completo vuestros músculos. Para eso poned atención en vuestros pies, vuestras piernas, vuestro busto, vuestros brazos, vuestra cabeza, con objeto de asegurarse de que cada parte descansa en todo su peso, suavemente, sin la menor tensión. Dedicad todo el tiempo indispensable para realizar ese estadio y con la mejor buena voluntad. De otro modo sería inútil pensar en seguir adelante.

En seguida llevad vuestra atención sobre la función respiratoria. Su ritmo debe ser igual. La boca, cerrada sin apretarla, no ha de participar en la inspiración ni en la espiración, que se harán solamente con las fosas nasales. Los ojos y las manos deben estar medio cerrados.

En tercer lugar haced un esfuerzo para enrarecer vuestros pensamientos, para llegar a no pensar en nada, con el fin de que la única actividad mental subsistente en vosotros sea una noción de aislamiento, de parada voluntaria de las relaciones con el exterior, de concentración personal, de inmovilización psicofísica...

Este ejercicio debe durar de treinta minutos a una hora, y mientras no sea muy bien ejecutado es inútil ir más adelante. Desde que se consigue realizar el estado a que se aspira, se advierte con toda claridad. Desde luego resulta fácil «no pensar en nada». Se tiene conciencia de que el «yo» es distinto de las funciones y que una simple decisión de ese «yo» restablecerá el curso de los pensamientos en cuanto se quiera. Esta noción no es, como se pudiera creer, una sucesión de pensamientos: está como inmóvil. Explicándola sé de sobra que sólo puedo dar una vaga idea, porque constituye un estado de conciencia imposible de definir claramente por escrito. Hallándose en hiperestesia la actividad sensorial, llegan a percibirse los ruidos del exterior con más claridad que de ordinario, y parece colocada bajo la influencia voluntaria. De este modo los rumores que os llegan son mal percibidos, y apenas molestan, quedan indiferentes. Si una mosca viene a posarse sobre vuestra carne, su contacto, perfectamente sentido, no os afecta.

Si se toma la precaución de hacer en la pieza una completa obscuridad, acabará por convencerse de que en las tinieblas más opacas esta opacidad disminuye, y si se inclina voluntariamente la atención hacia un objeto especial, la visibilidad aumenta en lo que se refiere a dicho objeto. Además, cuando el estado llega por completo a realizarse, comienza a dominar la impresión de ser distinto y algo por encima del lugar que ocupa el cuerpo, tendido o sentado.

Segundo estadio. — Este estadio empieza en el momento en que el estadio anterior puede realizarse a voluntad en cinco o diez minutos y como ya se ha previsto. Entonces hay que apartarse del silencio y del aislamiento, esforzándose en realizarlo a pesar de las idas y venidas de los familiares, o en medio de una reunión, entre la multitud, en el teatro, en la iglesia, en todos los centros de distracción. Hasta conviene entregarse a este ejercicio, aunque exista una grave preocupación o un dolor físico agudo. En este último caso se verá que con diez o treinta minutos de esfuerzo se llega a la disminución y luego a la abolición de la sensibilidad.

Tercer estadio. — Renovando las condiciones del primer estadio, se llegará ahora con rapidez casi instantánea y gran facilidad al estado descrito anteriormente. La noción de exteriorización se hará cada vez más precisa, y por una especie de esfuerzo mental, suave pero continuo, será posible entonces acentuar el comienzo de desdoble proponiéndose ir a un metro o dos a hacer que caiga un objeto ligero colocado en el borde de un mueble. También será posible embadurnar el muro con harina o polvos de arroz, etc., a un metro aproximadamente sobre el nivel donde descansa la cabeza, y esforzándose en ir a aplicar una huella digital⁴⁴.

Conozco varios experimentadores que han conseguido esos diferentes resultados, y tengo la certeza de que prosiguiendo la preparación llegarán en un porvenir más o menos próximo a desdoblarse consciente y voluntariamente a una distancia cada vez mayor.

Existe otro método de desdoble personal cuyo punto de partida es el sueño natural; no soy de ningún modo su partidario, porque conozco los inconvenientes, debidos, según parece, a que la conciencia completa es anulada en el momento del fenómeno y deja desarrollar un estado subjetivo que a veces persiste después del experimento.

Los procedimientos que indico para el desdoble son más largos y más difíciles que los de este último método, pero estoy seguro de que no ofrecen ningún peligro. Diré que hasta forman una verdadera preparación de la influencia en sí mismo, del equilibrio mental, de la potencia volitiva, y que constituyen la base de una auto-terapéutica psíquica de la que me he servido y me sirvo todavía con la mayor satisfacción.

⁴⁴ Ya se comprenderá que hablamos del «doble» de los dedos, que Imprime en esa forma.

Capítulo VI:

PARA OBSERVAR LA TRANSMISIÓN DEL PENSAMIENTO Y LA SUGESTIÓN MENTAL A DISTANCIA

1. En estado de vigilia. — 2. En estado de posthipnosis. — 3. El onambulismo. — 4. El sueño provocado por orden mental sobre un sujeto que ha sido ya hipnotizado y despierto. — 5. La lectura del pensamiento.

1. EN ESTADO DE VIGILIA. — He consagrado todo un volumen al desarrollo y ejercicio de la facultad telepsíquica. Para obrar por sugestión mental sobre una persona no prevenida y alejada varios kilómetros (telé: a lo lejos), es necesaria una preparación preliminar, a menos de estar excepcionalmente dotado. En el presente capítulo vamos a tratar de algunos experimentos que no demandan cualidades especiales por parte del operador, bastando casi siempre la buena disposición de una persona receptiva. Para dar una primera idea de lo que se puede intentar en estado de vigilia, he aquí el relato de varios experimentos, ejecutados por Emilio Desboux, y cuyo informe, redactado por él mismo, lo publicó su colega Flammarión en *Lo desconocido y los problemas psíquicos*:

«El 23 de mayo de 1891—dice — hice sentar en un rincón oscuro de mi salón a M. G., agregado de ciencias físicas, para quien esta clase de experimentos eran absolutamente desconocidos. Eran las nueve de la noche. M. G. tenía los ojos vendados y la cara vuelta hacia la pared.

Me coloqué a cuatro metros del sujeto, delante de una mesita, donde puse dos lámparas.

Primer experimento. — Sin ruido y no sabiéndolo M. G., tomo un objeto y lo pongo a plena luz. Concentro mis miradas con el deseo de que M. G. vea el objeto.

Al cabo de cuatro minutos y medio, M. G. me anuncia que ve un disco metálico.

Ahora bien, el objeto era una cuchara de plata (cucharilla de las de café), cuyo mango desaparecía en mi mano y de la cual sólo fijé la paleta, un óvalo algo alargado.

Segundo experimento. — M. G. ve un rectángulo brillante.

Yo tenía una tabaquera de plata.

Tercer experimento. — M. G. ve un triángulo.

Yo había dibujado un triángulo, a grandes rasgos, sobre un cartón.

Cuarto experimento. — M. G. ve un cuadrado con aristas luminosas y con perlas brillantes', unas veces ve dos perlas solamente y otras veces ve varias.

Era un objeto del que nadie podía sospechar su presencia en mi casa; un grueso dado de cartón blanco, en el que la luz esclarecía vivamente sus aristas, dando reflejos brillantes de perlas negras a los puntos grabados encima.

Quinto experimento. — M. G. ve un objeto transparente con hilos luminosos formando óvalo en el fondo.

Yo tenía una jarra de cerveza, en cristal tallado, de fondo oval.

Creo que estos cinco experimentos (hechos en condiciones excelentes de comprobación y de sinceridad) pueden ser considerados como habiendo tenido buen éxito.»

Las transmisiones de imágenes visuales necesitan de parte del operador un poco de atención para mantener en: el campo de la conciencia la intención firme de comunicar al «sujeto» el aspecto que se mira. Este último debe hacerse todo lo pasivo que sea posible.

Observemos que se trata, propiamente hablando, no de la transmisión de un pensamiento, sino de una impresión sensorial. A priori se llega a admitir, que no hay en eso diferencia. En realidad, es mucho más difícil transmitir una idea que una impresión o un impulso.

Transmitir una serie de impulsos, es decir, sugerir el cumplimiento de un acto del cual se imaginan concretamente las diferentes fases, es una cosa posible hasta con una persona en estado de vigilia.

El sujeto, con los ojos vendados, se hallará de pie en el centro de la habitación, colocándose detrás del operador. Supongamos que se quiere sugerir al sujeto que marche al ángulo izquierdo de la pieza situada al lado y se presente de cara a la pared, levante los brazos y aplique las manos de plano sobre dicha pared. Es preciso, primero, limitar la sugestión a la representación mental del sujeto, dando media vuelta y dirigiéndose hacia la izquierda; imaginar que da la indicada vuelta y repetir esta ficción hasta que de verdad lo realice. En segundo lugar, imagínese al sujeto marchando hacia el ángulo y descomponer este acto suponiéndole que avanza una pierna y luego la otra; acompañar mentalmente cada movimiento de cada pierna. En tercer lugar, cuando llega a su destino, detenedlo imaginando que se inmoviliza; cuarto, pensando en los brazos del sujeto imaginad el movimiento ascensional que ha de realizar; quinto, cuando levante sus brazos hacedle alargar los dedos, y por último, sugeridle el movimiento de aplicar las manos contra la pared.

Si se sugiere al sujeto la frase: «Vaya usted y aplique de plano sus manos contra la pared en el rincón de la izquierda», habrá 999 probabilidades sobre mil de que no se obtenga nada. Este ensayo demostrará al lector la exactitud de lo que ya hemos anticipado, o sea que la transmisión de impulsos, de imágenes concretas, es decididamente más fácil que la transmisión de pensamiento.

2. EN ESTADO DE POSTHIPNOSIS. — Lo que se consigue en el estado de posthipnosis se puede obtener igualmente en el estado de vigilia, pero el sujeto dormido se encuentra en condiciones para ser conducido por sugestión a una receptividad a la que parece rebelde en su estado normal.

He aquí un ejemplo: En presencia de dos testigos, los señores L. Le Goff y Giamachi, duermo a uno de mis sujetos de demostración, D. C., hipnotizable hasta el segundo grado de la hipnosis frustrada, poco sensitivo a la acción magnética y muy apático cerebralmente. Pido a uno de los observadores que escriba en un papel el nombre de una carta de la baraja francesa y que me pase el papel, el cual miro detrás del sujeto. Habíamos acordado que, para eliminar la hipótesis de un alfabeto cifrado convenido, no daría otra sugestión que ésta: «Haga un esfuerzo, es preciso absolutamente que vea usted lo que pienso». El sujeto está prevenido de que se trata de una carta y se le transmitirá primero el color, luego el género (cuadrado, corazón, espada, trébol) y por último el valor. La primera vez hago mi sugestión; la repito dos veces, tres veces, sin resultado alguno. Entonces digo a los testigos que escriban en un papel las sugestiones siguientes: «Quiero absolutamente que ponga usted atención sostenida en lo que voy a transmitirle; deberá usted hacer el mayor esfuerzo posible; es preciso que obedezca, no puede resistir, mire atentamente; yo lo quiero.»

En seguida se me indica una nueva carta con objeto de apartar la hipótesis de que la fórmula anterior haya sido combinada en vista de descubrir al sujeto la carta primeramente propuesta.

Hago mis sugestiones de la manera más enérgica, con acento de irritación que siento realmente. El sujeto crisca los puños, estira los brazos, castañetea los dientes y acaba por indicar el color negro. Casi en el acto añade: «Ya lo veo; es el diez de trébol.»

Con el mismo sujeto, procedemos en seguida a experimentos de sugestión mental de actos. De una vez para siempre le fueron dadas las sugestiones más imperiosas para que prestara atención y preparase su espíritu hacia la percepción del impulso que se le sugería, etc. Después los testigos escribieron en un papel el acto que habían decidido, lo que yo leí, comenzando inmediatamente a sugestionar, sin decir una palabra, sin variar de sitio, sin mover las manos ni los pies.

Todos los actos sugeridos fueron ejecutados.

El inconveniente de este método es la fatiga que impone al sujeto. Al fin de la sesión, D. C. castañeteaba los dientes, encontrándose casi en contractura general.

Aunque las sugerencias dadas antes del despertar disipan la fatiga causada por los experimentos, evito esta manera de proceder porque no estoy seguro de que no acabe por alterar el sistema nervioso del sujeto.

Lo he indicado, no obstante, a causa del interés superior que concedo a dar todos los medios con los cuales el lector podrá «hacer la prueba», «comprobar» y establecer sus convicciones experimentales.

3. EL SONAMBULISMO. — Es ciertamente en el sonambulismo magnético y hasta en lo que Feré y Binet llaman el sonambulismo magnético «electivo», donde se observan con más claridad y frecuencia la lectura de transmisión de pensamientos y la sugestión mental. En ese estado es percibido el pensamiento abstracto sin estar descompuesto en imágenes como anteriormente.

Si disponéis de un «sensitivo» para realizar experimentos de transmisión de pensamientos en las mejores condiciones, no dejéis que nadie magnetice a vuestro sujeto, de manera que se establezca entre vosotros y él una relación que ningún influjo extraño venga a turbar. Cuando el sujeto se encuentra casi en sonambulismo⁴⁵ comenzad a transmitir mentalmente sugerencias sencillas; por ejemplo, hacerle levantar un brazo.

Ensayad sucesivamente varias clases de sugerencias mentales. He aquí las de que me sirvo y que os pueden dar una idea: Tiene usted ganas de levantarse; siente usted que hace aquí un calor horrible; tiene usted deseos de reír; desea usted respirar tal perfume y va a permitirselo; siente la impresión de que un insecto roza su mano. A continuación doy órdenes imperativas: Cambie de asiento... quiero que vaya usted a sentarse más allá... es preciso; tome mi reloj y mire la hora; etc.

No sigo necesariamente el mismo orden; elijo la primera idea que se me ocurre.

Hasta ahora he encontrado en sonambulismo muy pocos casos de lucidez, de lectura con los ojos vendados, de visiones a distancia de cosas reales, de previsiones comprobadas de acontecimientos, etc., pero en cambio obtengo con mucha frecuencia el fenómeno de sugestión mental en sonambulismo.

Aquí, como en los estados frustrados de la hipnosis, la sugestión puede ayudar grandemente a la obtención del fenómeno. Imbuido en la idea de que nunca debía emplear las sugerencias en los estados provocados únicamente por medio de la acción «magnética», idea que recibí de mis primeros iniciadores, no hubiera quizá pensado en desarrollar la receptividad de un sonámbulo por el procedimiento verbal. Una observación publicada por el doctor Dariex en los Anales de las ciencias psíquicas y reproducido por Flammarión en su obra ya varias veces citada, fue el

⁴⁵ No olvidemos que los cuatro estados de sueño magnético, se obtienen raramente de una manera precisa.

punto de origen de mis tentativas para obtener por sugestión verbal que un sujeto en sonambulismo obedezca a mis sugestiones de referencia:

«Durante numerosas sesiones de sueño — dice el experimentador— había ensayado en vano la transmisión mental, y hasta el 11 de noviembre (los experimentos empezaron el 7 de enero) no obtuve ni traza de la ejecución de las órdenes dadas.

Una noche, mientras escribía mis notas de lo observado en mi sujeto femenino, éste, dormido detrás de mí, tuvo una alucinación espontánea muy penosa y se puso a llorar copiosamente. Le calmé con trabajo, y para poner término a sus sueños le prohibí que pensara en ninguna cosa cuando yo le dejaba dormir. Después, reflexionando que todos mis fracasos a propósito de la transmisión mental podían provenir de aquel estado polideico del cerebro, insistí en mi sugestión y la formulé de este modo:

«Cuando usted duerma y yo no le hable, le prohíbo pensar absolutamente en nada; su cerebro queda vacío de pensamientos para que no puedan oponerse a la entrada del mío.»

Repito esta sugestión cuatro veces, del 11 de noviembre al 6 de diciembre, día en que pude comprobar por primera vez la transmisión mental siguiente:

«Cuando despierte irá usted en busca de un vaso, y, echándole algunas gotas de agua de Colonia, me lo traerá.»

Al despertar, se encontraba visiblemente preocupada; no pudo quedar en su sitio, y plantándose delante de mí preguntó:

— ¡Ah, eso es! ¿En qué piensa usted? ¿Qué idea se le ha metido en la cabeza?

—¿Por qué me habla usted de esa forma?

—Porque tengo la idea de que sólo puede proceder de usted y no quiero obedecerle.

—No me obedezca, si así le parece; pero exijo que me diga usted inmediatamente lo que piensa.

— ¡Muy bien! Hay que ir en busca de un vaso, ponerle unas gotas de agua de Colonia y traérselo. ¡Es ridículo!

Mi orden, por primera vez, había sido perfectamente comprendida, y a partir de aquel momento, 6 de diciembre de 1887, hasta hoy (1893), salvo en muy raras jornadas, la transmisión mental en el estado de vigilia o de sueño es de las más claras. Sólo se turba en ciertas épocas, o cuando María tiene preocupaciones muy vivas.

El 10 de diciembre de 1887, sin que lo supiera María, oculté un reloj parado detrás de los libros, en mi biblioteca. Cuando ella llegó, la dormí y le di esta orden mental:

«Vaya a buscar el reloj que he escondido detrás de mis libros, en la biblioteca.»

Yo estaba en un sillón, María detrás de mí, y procuré no mirar hacia el lado donde estaba oculto el objeto.

Ella abandonó bruscamente su asiento, fue derecha a la biblioteca, pero no pudo abrir; los movimientos regulares, enérgicos, se manifestaban cada vez que tocaba la puerta, y sobre todo el cristal.

— ¡Es aquí! ¡Es aquí! Estoy segura, pero este vidrio me quema.

Me decidí a abrirle y María se precipitó sobre mis libros, los sacó y cogió el reloj, manifestándose muy contenta de haberlo encontrado.

Ensayos análogos han sido hechos con órdenes que me transmitía uno de mis amigos, escritas previamente sin la presencia del sujeto, y el resultado fue siempre definitivo; pero si la persona que me pasaba la orden le era desconocida, no quería obedecer, diciendo que hiciese yo el mandato.

Un amigo común llegó un día a mi despacho, hallándose María dormida, y me entregó la nota siguiente:

«Dele la orden mental de ir a buscar un cigarrillo a la sala de espera, que lo encienda y me lo traiga.»

Como se encontraba sentada detrás de mí, sin abandonar mi sillón, y dándole la espalda, le envié la orden mental. Mi amigo había cogido un libro y fingía leer, pero sin perderla de vista.

— ¡No me fastidie usted! ¿Cómo quiere que me levante?

Orden mental: «Fácilmente podrá levantarse; descruce los pies.»

Haciendo un esfuerzo logró descruzar los pies (que siempre cruzó bajo su asiento), se levantó y fue lentamente y tanteando hacia una caja de cigarros, los tocó y se echó a reír diciendo:

— ¡Ah! No. Yo me engaño...

Avanzó hasta la habitación próxima, y no vacilando más tomó un cigarrillo y lo presentó a mi amigo.

Orden mental: «Hay algo más que hacer; enciéndalo en seguida.»

María cogió una cerilla, pero le costaba trabajo encenderla, y la detuve, enviándola a su asiento.»

Se notará que el experimentador dice haber obtenido por sugestión, dada en sonambulismo, no solamente que el sujeto obedezca sus órdenes mentales en dicho estado, sino que lo realice también hasta en el estado de vigilia. Esta última consecuencia nunca la conseguí con la precisión señalada en la observación anterior, y me lo explico muy bien. El estado de relación entre el magnetizador y el sujeto llega a ser de día en día más característico si las sesiones son frecuentes y proseguidas meses y años, como sucede en el caso referido. Ahora bien, jamás he querido experimentar muchas semanas con el mismo sujeto magnético, porque vengo observando que la costumbre de ser magnetizado por el mismo experimentador crea en ellos una verdadera necesidad de este experimentador; necesidad que domina gradualmente hasta llegar a ser tan imperiosa como la del toxicómano para la morfina u otras drogas. No me asombra que el magnetizador antes citado haya obtenido hasta en el estado de vigilia la comprensión de sus sugestiones mentales por el sujeto, teniendo en cuenta que desde un largo período lo dormía, logrando hacer cada vez más estrecho el estado de relación magnética.

Una última consideración a propósito de las sugestiones mentales en sonambulismo. Se ha querido explicar el fenómeno por la hiperestesia del oído del sujeto y por el hecho de que una palabra pensada es imperceptiblemente pronunciada. No habría por consiguiente, transmisión psíquica, sino audición pura y simple.

Los sutiles autores de esta teoría debieron ensayar las sugestiones en uno de sus sujetos de bien definida hiperestesia; hubieran comprobado que la hiperestesia es insuficiente para permitir al sujeto oír, y sobre todo interpretar con claridad, el insignificante movimiento de ondas sonoras (???) que emite inconsciente un individuo al pensar una palabra. No han comprendido que era esto negar de plano el magnetismo, el sonambulismo⁴⁶ lúcido y todo lo que sale de la estrecha fase del psiquismo donde la fisiología basta a reconocerse.

4. EL SUEÑO PROVOCADO POR ORDEN MENTAL EN UN SUJETO QUE HA SIDO YA HIPNOTIZADO Y DESPIERTO. — Como ya he demostrado en mi obra El hipnotismo a distancia, la continuidad durante días, semanas y meses de una acción psíquica sistemática llega siempre a afectar a la persona que se intenta sugestionar. Lo extraordinario es obtener de improviso un resultado, ni en sonambulismo, ni en estado de vigilia, con un sujeto al que se ha dormido y despertado una o dos veces. Una opinión muy esparcida entre las gentes «de mundo» es la de que si alguien se deja dormir una sola vez por un hipnotizador, después que le despierten seguirá bajo la influencia del que le ha dormido. ¿Cómo ha podido formarse esta opinión

⁴⁶ Charcot, el maestro del hipnotismo sensorial, no ha negado el magnetismo ni la doble vista; fueron algunos de sus satélites y continuadores : «Nosotros tomaremos — dice Charcot en sus lecciones preliminares — los hechos sencillos, fáciles de analizar, dejando a un lado los fenómenos superiores, la doble vista, la lucidez.» Se ve que no niega nada, aparta provisionalmente los hechos superiores de la hipnosis.

errónea? Seguramente a causa de dos o tres hechos aislados de ascendente moral.

Sólo algunos raros predispuestos pueden ser hipnotizados por orden mental después de dos o tres hipnotizaciones directas preliminares. He aquí uno de esos experimentos muy raros que han sido coronados de éxito. El hipnotizador que lo expone no es otro que Boirac, el llorado rector de la Academia de Dijon.

El sujeto es un lector del pensamiento, un profesional llamado Dockmann, dormido una vez por Boirac mediante el contacto de los pulgares y la mirada. Al día siguiente de esta hipnotización, el experimentador vio por casualidad a Dockmann instalado en un establecimiento (el Casino de Amélie-les-Bains), en una mesa cercana a la suya, y le sugirió el sueño que obtuvo, por otra parte, rápidamente. Dejo la palabra a Boirac:

«Me senté en la terraza para tomar el café que acababan de servirme, dejando vagar mis miradas a mi alrededor. Dockmann, sentado en el jardín con un amigo que leía un diario casi vuelto de espaldas, hallábase entretenido en liar un cigarrillo. ¿Cómo se me ocurrió la idea de ensayar el experimento cuyo relato va a leerse? No lo sé, pero es lo cierto que le dediqué todas las fuerzas de mi voluntad y la puse inmediatamente en ejecución. Concentrado, aislado en este solo pensamiento, mirando fijamente en dirección a Dockmann, le ordené que cesara en toda acción y se durmiera. En ningún momento pareció percibir mi mirada, pero con bastante rapidez vi detenerse sus gestos y quedar con los ojos fijos. Tenía el cigarrillo sin acabar entre sus manos, cuando bajó de improviso sus párpados, permaneciendo inmóvil, como una estatua. Su amigo levantó la cabeza y, viéndole en aquel estado, le llamó sin obtener respuesta. Una artista, sentada a la mesa vecina, se puso a dar gritos de espanto. Me apresuré a descender, y en pocos segundos, soplándole vivamente en los ojos, pude despertar mi sujeto improvisado, que no parecía darse cuenta de lo ocurrido.

»Intenté aquel experimento a la ventura, no contando de ninguna manera con el éxito, y yo mismo quedé sorprendido. Al día siguiente se me ofreció ocasión de renovarlo. Llegué al Casino hacia la una y media. Esta vez Dockmann se había sentado en la terraza, solo, a una mesa donde escribía, muy abstraído, casi con la nariz sobre su secante. Mi mesa estaba a cinco o seis metros de la suya; entre él y yo se veía un grupo de jugadores de cartas. Me encontré de nuevo en una tensión nerviosa que en cierto modo me hacía vibrar de la cabeza a los pies, y ordené a Dockmann, con todas mis fuerzas, siempre sin verle los ojos, que dejara de escribir y se durmiese. La acción fue menos rápida que la víspera. Se hubiera dicho que el sujeto luchaba contra mi voluntad. Al cabo de uno o dos minutos dio señales visibles de crispación. La pluma quedó en suspenso, como si buscara en vano palabras; hacía con la mano el gesto de alguien que aparta una influencia obsesionante; después desgarró la carta y se puso a escribir otra, pero muy pronto su pluma quedó clavada en el papel, durmiéndose en esta posición. Me acerqué con varios de los asistentes, que habían interrumpido su juego; todo su cuerpo estaba contraído, duro como un leño... Algunos soplos sobre sus ojos bastaron a despertarle.»

M. Boirac ha obtenido dos o tres veces semejante resultado con nuevos sujetos, a los que durmió y despertó con anterioridad por los métodos corrientes.

Repito que para obtener, por sugestión mental, el sueño de un sujeto que no se haya sometido durante meses a vuestra influencia periódica, es necesario encontrar un predispuesto. Todos los sensitivos no son, como Dockmann, sugestionables mentalmente en estado de vigilia. Lo he comprobado con frecuencia. Aunque especialmente dirigido a la acción telepsíquica, he visto que, a menos de pasar mucho tiempo en concentración y de renovar varios días las sesiones preparatorias con un sujeto dado, no se realizaba la orden de dormir dada por el pensamiento ex abrupto. El más sensible de todos los sujetos que haya conocido, me lo presentó en marzo de 1914 un joven empleado de la casa, Enrique K..., quien, después de la lectura de algunas páginas de un curso, quiso realizar algunos experimentos por haber descubierto a dicho sujeto, una mujer de 52 años, robusta y fuerte, que caía en sonambulismo a los tres o cuatro segundos de imposición de la mano derecha en la frente. Pensé ensayar en ella, cuanto antes, la sugestión mental (a la cual quedó insensible en sonambulismo). Con tal motivo fingí un pretexto para subir al mismo vagón del metropolitano donde la mujer había tomado asiento; a pesar de un esfuerzo sostenido del Chatelet a Montparnasse, no conseguí absolutamente nada.

Independientemente de la sensibilidad a la acción del agente magnético, hay de seguro una sensibilidad a la acción psíquica, porque a la inversa del caso anterior he obtenido la ejecución de sugestiones mentales con personas difíciles de hipnotizar y afectadas de una manera insignificante por los pases magnéticos.

5. LA LECTURA DEL PENSAMIENTO. — Son seguramente los predispuestos, los sensitivos a la acción telepsíquica, quienes pueden captar con más facilidad los pensamientos que se les dirigen. Aunque la lectura del pensamiento, tal como se le presenta en las sesiones públicas, esté preparada el noventa por ciento de las veces, existen casos reales y debidamente comprobados.

Todo el mundo conoce el cumberlandismo. El operador elige una persona nerviosa, le coge el puño y le ruega sugerir un acto; los movimientos inconscientes del puño de la persona que sugestiona guían al «lector del pensamiento» ocasional. Este fácil experimento hace mucho efecto en sociedad y puede servir de introducción a los experimentos de hipnosis parcial. Varias revistas y hasta grandes periódicos han indicado las diversas combinaciones por medio de las cuales se puede simular la telepatía sin contacto; colección de preguntas mencionando la respuesta que ha de hacerse; serie de señales convenidas, imperceptibles, de los dedos, de los pies, de la cabeza, que el sujeto sigue a través de una venda... transparente, etc.

En las sesiones preparadas no hay nadie que transmita directamente la orden al sujeto; sólo su pseudomagnetizador a quien debéis indicar por adelantado lo que deseáis sugerir. La trama es burda, pero el público sólo exige ser ilusionado, con tal de que la ilusión sea agradable y hábilmente presentada.

Hay otra forma de operar cuando se dispone de un verdadero lector del pensamiento; con éste no hay necesidad de tomar contacto y le sugestionáis directamente sin tener que comunicar a nadie en qué consisten los pensamientos que queréis transmitir.

Flammarión relata en *Lo desconocido y los problemas psíquicos* una sesión de lectura de pensamientos, con Ninof, en casa de Clovis Hugues. El poeta mismo y Ad. Brisson obraron al mismo tiempo sobre Ninof, que ejecutó las órdenes que le daban mentalmente.

«Yo pienso — dice Flammarión — que Ninof debe ir a apoderarse de una fotografía que se encuentra con otras varias en el extremo del salón y llevarla a un señor a quien no conozco, y que elijo, como siendo la sexta persona sentada a partir de allí, en un grupo de treinta concurrentes.» Esta orden mental es ejecutada puntualmente y sin ninguna vacilación.

Clovis Hugues piensa que debe ir a buscar un pequeño grabado representando a Michelet, que se encuentra sobre el piano, junto a otros varios objetos, y en seguida colocarlo delante de una estatua de Juana de Arco, en el lado opuesto del salón. La orden es ejecutada sin vacilación.

Era la primera vez que Ninof había ido a aquella casa, en la que se presentó sin hacerse acompañar de ninguna persona.

Se le puso, entonces, una fuerte venda encima de los ojos, anudándola adecuadamente en torno a su cabeza para aislarle de toda distracción posible y...

Cuatro cabellos tomados por A. Brisson a cuatro personas diferentes, los encontró Ninof en el sitio donde estaban ocultos, llevándolos sobre las cabezas de cada uno en el sitio mismo en que se arrancaron.

Hasta este experimento yo no había visto más que compadrazgos. En las lecturas de pensamientos y búsqueda de objetos hechas seriamente, comprobé que son los movimientos inconscientes de la mano los que guían al adivino. En los experimentos de Ninof no hubo contacto.

Se puede muy bien llevar un sujeto a la lectura del pensamiento. Para eso procédase como he indicado al principio de este capítulo, es decir, en el estado de vigilia, procurando someterle en una misma sesión a la acción sucesiva de varias personas diferentes. Antes de comenzar el experimento, el sujeto deberá permanecer alrededor de un cuarto de hora en estado completo de inmovilidad y de relajación muscular con objeto de favorecer en él la inercia mental, la calma, la pasividad necesaria para los ensayos.

Entre un experimento y otro, déjese al sujeto dos o tres minutos de descanso, de manera que se disipe enteramente la acción acabada de sufrir. Las sugerencias de actos son, con toda seguridad, las más fáciles de obtener; les siguen las

transmisiones de imágenes muy sencillas, de sensaciones gustativas, olfativas, táctiles y auditivas.

Con frecuencia al principio sólo se logran resultados aproximativos. Es importante, al fin de un experimento, dejar que el sujeto ignore si ha reaccionado o no correctamente; distraerlo con apreciaciones generales y solamente después de cada serie de experimentos.

LIBRO CUARTO

EL MEDIUMNISMO

Capítulo Primero

CÓMO SE PRESENTA GENERALMENTE A LA ATENCIÓN INDIVIDUAL EL PROBLEMA DEL MEDIUMNISMO

1. Una sesión espiritista. — 2. Las afirmaciones de los fieles del dogma espiritista. — 3. La lectura de una obra exponiendo las investigaciones experimentales de una autoridad científica. — 4. Los escritos de propaganda espiritista.

Ciertos seres, nombrados «médiums» por los que los consideran como intermediarios entre las almas de los muertos y los vivos, están dotados de extrañas facultades: exteriorizan su motricidad: varían de sitio los objetos sin contacto; animan a un mueble de movimientos que, interpretados según un alfabeto convenido, se traducen en comunicaciones literarias, filosóficas, metafísicas, proféticas y parecen a veces emanar de una persona difunta; hacen aparecer fantasmas fotografiables, etc.

Operando en condiciones de comprobación científica perfecta, sometiendo el «médium» a constante vigilancia, una pléyade de investigadores serios han podido establecer la realidad de la mayor parte de los fenómenos citados y de varios otros del mismo orden. Estos fenómenos atribuidos por unos a los espíritus de las personas difuntas, son considerados por otros como manifestaciones explicables en el psiquismo del mismo «médium».

Examinemos en primer lugar bajo qué aspecto se presenta el problema a la atención individual. Se verán después las condiciones de experimentación y las diversas interpretaciones.

1. EN UNA SESIÓN ESPIRITISTA.— ¿Quién no tiene entre sus relaciones una persona que se ocupe del «espiritismo»? ¿Quién no ha tenido contacto en el transcurso de su vida con experimentadores de ese género? La idea de asistir a una «sesión» se presenta entonces naturalmente en el espíritu y es de ese modo, casi siempre, como se abordan las cuestiones psíquicas. Es lo más frecuente que sólo se observen cosas insignificantes en las sesiones espiritistas, pero en ocasiones se es testigo de hechos extraordinarios. Un médico, el doctor De Sermyrn, cuenta en su obra *Contribución al estudio de ciertas facultades cerebrales desconocidas*, las sorprendentes manifestaciones de que fue testigo cuando le admitieron por primera vez en un cenáculo mediúmnico. Invitado a asistir a una sesión en casa de uno de sus amigos, V. M., funcionario, se encontró allí con un oficial muy incrédulo. Éste hizo a la mesa una pregunta en lengua rusa y, con gran asombro suyo, le respondió

en el mismo idioma⁴⁷. Intrigado, tomó asiento a la mesa con otros dos asistentes que ignoraban la lengua rusa y, según el rito, preguntó: «¿Quién está ahí?» La mesa respondió: «Su hermano». Aquel oficial había tenido recientemente la desgracia de perder a uno de sus hermanos muerto loco en un sanatorio de Odesa. La segunda pregunta fue: «Dígame su nombre». La mesa indicó entonces exactamente el nombre del desaparecido.

«...El capitán — refiere el doctor De Sermynn—, se levantó, mirando atentamente a las dos personas que con él colocaban las manos sobre la mesa. Estaba seguro de que no sabían ni una palabra del idioma ruso, y además, ¿cómo era posible que conocieran el nombre de su hermano?

»Muy emocionado dio varios pasos en la habitación, volviendo luego precipitadamente hacia la mesa y colocando en ella sus dos manos, temblorosas esta vez, hizo esta pregunta mental:

»—Para demostrarme que eres mi hermano, ¿me dirás cómo has muerto?

»Respuesta: “En el sanatorio de Odesa, de un ataque de locura”.

»—¿Puedo verte?

»Respuesta: “Sí”.

»—¿Cuándo y cómo?

»Respuesta: “Mira en el espejo”.

»Había un gran espejo en la habitación; el capitán, muy excitado, fue a mirar y, abriendo los brazos, dio un grito, para caer en un desmayo, derribando diversos objetos en su caída, entre otros una enorme lámpara de petróleo, por fortuna apagada.

»Se concibe el espanto y la emoción de los espectadores.

»Recobrado el conocimiento, el capitán gritó:

»—¡He visto a mi hermano! ¡He visto a mi hermano, ahí, en ese espejo! ¡Quiso abrazarme y se me trastornó la cabeza!»

El fenómeno precedente fue considerado por el doctor De Sermynn como un hecho de autosugestión y de autoalucinación; no obstante, deseoso de impulsar más lejos el examen del «espiritismo», volvió de nuevo a la casa donde se celebró la primera

⁴⁷ Si la mesa se levanta una vez, quiere decir «a»; dos veces, «b»; tres veces, «c», etc. Tal es el más sencillo alfabeto espiritista. En otras ocasiones se corresponde por medio de series de «golpes dados» por la motricidad del médium.

sesión, colocándose a la mesa con su huésped, el «médium» Georges y una jovencita nombrada Giselle. Dejo otra vez la palabra al doctor:

«Interrogada la mesa, dijo dirigiéndose a mí:

»—¿Por qué no cree usted en el espiritismo, doctor?

»—Porque nunca he visto un fenómeno que ofrezca razones suficientes para creer en él — respondí a la pregunta.

»La mesa replicó:

»—Va usted a verlo. Componga primero un alfabeto en el que cada letra será indicada por una cifra cualquiera.

»En seguida tracé sobre una hoja de papel todas las letras del alfabeto y puse un número sobre cada letra. Naturalmente, A no estaba representada por uno, ni B por dos, ni C por tres; había colocado junto a cada letra una cifra cualquiera. A, podía estar representada por cuatro o por diez, no sabía nada. Escribí las cifras rápidamente en cada letra, sin poder recordar su correspondencia. Guardé el papel en mi bolsillo, sin examinarlo, doblado y no mostrándolo a nadie.

»La mesa comenzó a levantarse. Contamos uno, dos, tres, cuatro. Si la mesa se detenía en cuatro, por ejemplo, nosotros preguntábamos: “¿Es cuatro?” Si la mesa decía: “Sí” yo escribía cuatro en otro pedazo de papel, y Rossi, con su lápiz, comprobaba las cifras. Habíamos convenido por adelantado que un solo golpe indicaría sí, y dos golpes, uno tras otro, no.

»Tuvimos de ese modo una serie de números cuando la mesa se detuvo.

»Saqué entonces mi alfabeto, lejos de Rossi, que me indicaba desde el otro extremo de la habitación las cifras proporcionadas por la mesa.

»Me decía, por ejemplo: “Tres”. Yo buscaba el tres en mi alfabeto; era V. Escribía V. “Diez”, decía Rossi; buscaba, y diez era la A, y así sucesivamente. Imagínese mi asombro al ver que las cifras indicadas por los movimientos de la mesa formaban con las cifras de mi alfabeto una frase, la siguiente: Va usted a ver otro fenómeno; apaguen las luces.

»Yo estaba literalmente estupefacto. ¿Quién pudo leer el papel doblado que guardé en el bolsillo de mi chaleco? Hubiera exigido mucho tiempo el aprender de memoria aquel alfabeto nuevo donde cada letra era indicada por una cifra diferente. Si no se ha leído en mi cerebro, en mi pensamiento, debieron leerlo en el papel doblado en mi bol-cilio. ¿Pero quién? ¿Era una clarividencia de otro género, sin hipnotismo? ¿Era un espíritu?

»—¡Apagad las luces!

»Las damas protestaron.

»—¡No, no apaguen!—exclamaban—. ¿Quién sabe lo que va a suceder? Quizás una espantosa aparición.

»Se necesitó bastante tiempo para calmarlas y que se colocaran alrededor de la mesa.

»Apagué el gas, pero la chimenea llameaba lo suficiente para permitirnos percibir con claridad todo lo que había en la habitación.

»Gran silencio de nuestra parte; momentos llenos de ansiedad ; la mesa no se movía. Giselle acabó por decir:

»—Creo ver a alguien en la habitación.

»—No hay nadie — respondí.

»—Silencio y recogimiento — murmuró Rossi emocionado.

»En aquel instante, la mesa, que tenía poco más de dos pies cuadrados, empezó a agitarse. Dio varias vueltas alrededor de su eje antes de elevarse.

»Las manos de Giselle y de la señora C... no podían seguirla en su movimiento ascensorial; se elevó sola, sin el contacto de ninguna mano, y llegó lentamente hasta el techo. Tuve tiempo de despertar a C..., que seguía durmiendo en el sofá.

»—Mire la mesa — le grité.

»Se levantó frotándose los ojos y sin darse cuenta exacta de lo que sucedía.

»La mesa entonces descendía lentamente con un movimiento oscilatorio. Cuando estuvo bastante baja para que pudiera atraparla, sentí la misma blanda y suave resistencia que ofrece un globito lleno de hidrógeno cuando se le atrae. Viendo que parecía iba a elevarse otra vez, la solté; subió con velocidad y descendió rápidamente.

»Estábamos como extasiados.

»—Nada de comentarios — dije con energía —; ya los haremos después. Volved a colocar vuestras manos sobre la mesa y veamos lo que quizá va a suceder todavía.

»Después de unos minutos en el recogimiento de la espera, la mesa se levantó de un lado y se detuvo.

»—¿Queréis hablarnos, buen espíritu?—preguntó Rossi

»Respuesta: "Sí".

»—¡Muy bien, hablad!

»Hubo primero un golpe, luego cuatro, en seguida nueve ; después veinte; por último veintiuno.

»—¿Es la despedida?

»—Sí.

»La mesa no se movió. Fue inútil suplicarle, solicitarle; permanecía inmóvil, como clavada en la alfombra.

»Estuvimos allí hasta medianoche. Rossi decía que los grandes fenómenos se producen a dicha hora. Sonaron las doce y la mesa no se movió. Había dicho adiós y mantuvo su palabra.

»Cuando quise meditar, tenía la cabeza aturdida. ¿Qué quería decir todo aquello?»

El doctor De Sermyrn, dotado de espíritu científico y armado por sus estudios profesionales contra la ilusión y el fraude, se propuso examinar los fenómenos mediúmnicos con espíritu objetivo y crítico, a consecuencia de la sesión cuyo relato acabamos de hacer. Concluye admitiendo su realidad, pero sabe guardarse de atribuir un papel en su producción a inteligencias extrañas a la humanidad viviente. En presencia de hechos tan característicos como aquellos de que fue testigo, muchas personas deducirían sin más reflexiones la intervención de los muertos, dejando esta conclusión incrustarse en su espíritu.

2. LAS AFIRMACIONES DE LOS FIELES DEL DOGMA ESPIRITISTA. — Los primeros fenómenos mediúmnicos fueron comprobados por personas impresionables que creyeron ver la manifestación de un individuo, muerto hacía tiempo, en la casa donde se efectuaron dichos fenómenos. Éste fue el punto de partida de un movimiento que acabó en la creación de una verdadera religión nueva basada en la creencia de que los desaparecidos continúan obrando sobre los vivientes y manifestándose a ellos. A la hora presente no se tiene ninguna prueba experimental de la comunicación de los vivos y de los muertos, nada más que la realidad de los fenómenos mediúmnicos. No obstante, el misticismo espiritista continúa conquistando adeptos. La doctrina espiritista ofrece un consuelo inmediato a los que lloran el fallecimiento de uno de los suyos; y si cuando un propagandista de esta doctrina la predica a una madre desconsolada por la pérdida de su hijo, a un ser a quien la muerte ha arrancado un amigo, el hermano, la esposa querida, no cabe duda de que encuentra casi siempre un espléndido terreno de cultivo para las ideas que sostiene. Hay constante inclinación a admitir la realidad de una cosa cuando os sería agradable que esta realidad existiese. Todas las personas de alma muy sensible se dejan fácilmente seducir por lo que halaga su sensibilidad. Todos aquellos cuya organización intelectual depende especialmente de estudios filosóficos, teológicos o metafísicos, se sienten atraídos a hipnotizarse en las

ideologías compatibles con su carácter. «Las ideas — ha dicho Peladan — no expresan quizás otra cosa que los temperamentos.» De este modo tendrá siempre sus fieles la doctrina de una comunicación de los muertos y de los vivos, implicando la posibilidad para los últimos de obtener la protección, la ayuda, la inspiración, la asistencia de los primeros.

3. LA LECTURA DE UNA OBRA EXPONIENTE LAS INVESTIGACIONES EXPERIMENTALES DE UNA AUTORIDAD CIENTÍFICA. — En los últimos años se han publicado algunas obras relatando los ensayos emprendidos por varios representantes de la ciencia experimental sobre los fenómenos mediúnicos. Uno de los más clásicos es el del coronel De Rochas. La exteriorización de la motricidad. Se encuentran en dicho volumen informes y fotografías en apoyo de la realidad de los fenómenos indicados. El de Flammarión, Las fuerzas naturales desconocidas, es igualmente de los más interesantes. Ocupándose exclusivamente de comprobar los hechos, estos dos meritorios trabajos que analizan el mediumnismo hicieron avanzar la ciencia psíquica, eliminando de sus experimentos toda posibilidad por parte del «médium» de utilizar acciones mecánicas susceptibles de explicar los fenómenos por un ilusionismo cualquiera. En tales condiciones han obtenido y fotografiado movimientos y elevación de mesas sin contacto; el aumento o la disminución del peso de una mesa o de otros objetos, debidamente registrados en el dinamómetro, la oscilación de una campanilla mantenida a distancia de los dedos del «médium»; la levitación del cuerpo del «médium»; la elevación de objetos muy pesados; la producción de ruidos repitiéndose a voluntad y análogos a los que se causarían en choques materiales, tocamientos ejercidos sobre los asistentes por manos invisibles; apariciones de manos, de cabezas, de fantasmas; impresión en un bloque de tierra arcillosa, colocado a distancia, de la cara o del puño del «médium»; la indicación por la mesa de cosas desconocidas á los asistentes, etc.

En todo eso el estudio general del psiquismo permite distinguir inmediatamente:

1. ° Hechos de exteriorización motriz.
- 2 ° Hechos de desdoble.
3. ° Hechos de lucidez.

4. LOS ESCRITOS DE LOS PROPAGANDISTAS ESPIRITISTAS. — El primero de todos fue Allan Kardec, cuyo verdadero nombre era Rivail. Tenedor de libros en el diario El Universo, fue conducido a una sesión espiritista por Victoriano Sardou. La mesa, por medio del alfabeto convenido de que ya he hablado, declaró, de parte de los espíritus, que Rivail era el elegido por lo invisible para publicar trabajos sobre el espiritismo. Incontinenti, nuestro hombre, convencido de improviso, comenzó su apostolado, escribiendo una serie de obras: El libro de los espíritus, El libro de los «médiums», El Evangelio según el Espiritismo, etc., que son todavía actualmente libros fundamentales de los buenos espiritistas.

La obra de Allan Kardec contribuyó prodigiosamente a dar al espiritismo el aspecto dogmático y religioso que ha conservado y que sus continuadores respetan

estrictamente. La literatura espiritista cuenta con verdaderos talentos, en particular León Denís, autor de una veintena de volúmenes donde el asunto se presenta bajo aspectos de tal modo seductores y en una forma tan persuasiva, que encanta la imaginación y adormece el sentido crítico.

Capítulo II

MODOS DE EXPERIMENTACIÓN

1. La escritura automática. — 2. Levitación con contacto y tiptologías. — 3. Levitación sin contacto, golpes, cambio de sitio de objetos. — 4. Materializaciones. — 5. Aportes, escritura directa. — 6. Correspondencia cruzada. — 7. ¿Quién puede ser «.médiu»?

1. LA ESCRITURA AUTOMÁTICA. — El «médiu» se sienta delante de una mesa, coge un lápiz o una estilográfica, coloca la punta de este objeto sobre una hoja de papel y acto seguido invoca con el pensamiento o verbalmente a los «buenos espíritus», suplicándoles que le comuniquen algo. Poco a poco su brazo se anima de movimientos involuntarios, traza sus rasgos primero indescifrables, después escribe legiblemente y en ocasiones durante mucho tiempo. El «espíritu», que según la doctrina espiritista hace mover el brazo del «médiu», firma generalmente sus «comunicaciones». Éstas pueden ser de tres clases. Con frecuencia consisten en una serie de frases, más o menos frívolas, reflejando claramente la mentalidad subconsciente del «médiu» ; otras veces parecen emanar de una personalidad más desarrollada, o, al menos, revelar de parte del experimentador una exaltación de la inteligencia análoga a la que se observa en sonambulismo; por último, se encuentra — raramente — una indicación ignorada del «médiu» y de los asistentes eventuales, como si el «espíritu» manifestase querer probar que es muy distinto del «médiu», o como si éste fuese objeto de un fenómeno de lucidez, de vista a distancia, de telepsiquia.

Para obtener la escritura automática, algunos experimentadores tienen necesidad de la presencia de cierto número de personas que hacen la «cadena», es decir, colocan sus manos sobre la mesa, teniendo cuidado de poner sus auriculares en contacto. Al cabo de un momento el «médiu» cae en el estado segundo, nombrado «ansiedad», y se pone inmediatamente a escribir.

2. LEVITACIÓN CON CONTACTO Y TIPTOLOGÍAS. — Los experimentadores hacen la «cadena» como en el caso anterior, y muy pronto la mesa oscila, se inclina de un lado, se levanta medio metro, y hasta un metro. Se encuentra a veces impulsada y se desliza sobre el suelo o bien da una vuelta en torno a sí misma. Es costumbre hacer a la mesa, es decir, al «espíritu» que la anima, las preguntas a las cuales responde dando cierto número de golpes. La manera más sencilla es de exigir simplemente que se hagan las preguntas de tal forma que la mesa sólo necesite responder con un sí o con un no; un golpe significa sí, dos golpes, no. Se puede también convenir con el «espíritu» que un golpe significará a, dos golpes b, tres golpes c y así sucesivamente; esta conversación por medio de golpes se

denomina tipto-logía. Como con la escritura automática, se observa en las respuestas de las mesas o bien un reflejo de la mentalidad de los asistentes, o bien una elevación de ideas que no tendrían en estado normal, o bien indicaciones exactas sobre hechos ignorados de ellos.

3. LEVITACIÓN SIN CONTACTO, GOLPES, CAMBIO DE SITIO DE OBJETOS. — El «médium» y sus colaboradores forman o no la cadena poniendo sus manos en contacto, pero ni uno ni otros tocan la mesa. En las sesiones serias, los pies y las manos son mantenidos por dos o cuatro comprobadores, con objeto de evitar el fraude. Con algunos «médiums» excepcionales y en las últimas condiciones, se han obtenido movimientos y hasta levitaciones completas de la mesa.

Los «raps» o «golpes dados» se hacen oír en la mesa o en la superficie de otro mueble. Coinciden o no con un gesto de mano del «médium» en el aire. A veces se inicia una conversación entre el «espíritu» y los asistentes por medio de golpes, que reemplazan los levantamientos de la tiptología.

Los objetos fuera de alcance del «médium» y de los asistentes cambian en ocasiones de sitio a la vista de todos. Flammarión, particularmente, fue testigo de este último hecho. Durante una sesión celebrada en su casa con la famosa «médium» Eusapia Paladino, vio un sillón muy pesado cambiar de sitio varias veces, sin contacto ni truco posible.

4. MATERIALIZACIÓN. — El «médium» se coloca generalmente en un rincón de la pieza, delante o detrás de una cortina. El espacio que queda entre la cortina y el ángulo de los muros le llaman los iniciados «gabinete mediúmnic». Hasta ahora el fenómeno de materialización no ha sido tan seriamente establecido como los otros.

Los asistentes, en algunas ocasiones, han reconocido en una materialización a una persona difunta que ellos trataban.

5. APORTES. ESCRITURA DIRECTA. — Cito esos fenómenos de memoria, porque los más benévolos para la tesis espiritista entre los hombres de ciencia experimental que se han ocupado de la cuestión, según sus propias declaraciones, nunca pudieron obtener un informe o un hecho de escritura directa en condiciones de que la posibilidad del truco quede enteramente eliminada. El aporte consiste en que un objeto material atraviese a otro; un libro pasa a través de una cortina. Un ramo de flores extraño a la casa y de procedencia desconocida, aparece y queda como un recuerdo palpable del experimento. La escritura directa se obtiene (?) colocando, por ejemplo, en una caja un lápiz y un papel. Después de cierto tiempo el papel aparece cubierto de caracteres.

6. CORRESPONDENCIA CRUZADA. — Dos «médiums» se encuentran alejados, y uno de ellos traza un fragmento de frase por medio de la escritura automática o de

los golpes. Por su parte, el otro recibe también la comunicación de una frase incompleta. Se observa que los dos fragmentos de frases, incomprensibles separadamente, forman yuxtapuestos una sentencia inteligible. Textos enteros se reconstituyen de la misma manera, teniendo un «médium» la comunicación de algunas palabras y el segundo «médium» la de otras.

7. ¿QUIÉN PUEDE SER «MÉDIUM»? — Si entendemos por «médium» a un ser capaz de obtener levitaciones sin contacto, golpes, cambio de sitio de objetos, o materializaciones, sólo un número muy reducido de individuos tendrá probabilidades de conseguir algún resultado entregándose a las prácticas espiritistas; son a estos raros individuos a los que se denomina «médiums» de efectos físicos. Pero toda persona, sobre todo impresionable, subjetiva, nerviosa, después de repetidos ensayos, puede esperar conseguir la escritura automática, las levitaciones de contacto y la tiptología.

Eso se explica muy bien. Colocando varias personas las manos sobre una mesa, con la idea fija de lo que se desea conseguir, sucede que se impulsa inconscientemente el mueble y que se le imprimen movimientos y rotaciones, haciéndolo inclinar de un lado o del otro y hasta levantarse de los tres lados. El ilustre físico Faraday demostró muy bien, por medio de un ingenioso dispositivo, que la mesa era movida por los asistentes y no por una causa extraña a ellos mismos.

En lo que se refiere a la escritura automática, un simple fenómeno de automatismo psicólogo basta a explicarla. La práctica desarrolla la aptitud para este género de automatismo a un extremo excepcional, pero nunca se ha establecido la intervención de un agente sobrenatural. Algunos «médiums» — Victoriano Sardou en particular — han trazado inconscientemente dibujos muy curiosos, y yo he visto hacerlos a personas, de educación limitada, que estoy seguro de su incapacidad en estado normal para ejecutar otro tanto.

Existe otra clase de «médiums» llamados «curanderos». Junto a un enfermo caen o no en estado de «angustia», después de pronunciar las invocaciones de costumbre y el enfermo suele encontrar alivio. Nuestros lectores saben que este efecto se explica por otras causas muy distintas a la intervención de un «espíritu».

Capítulo III

EL ESTUDIO RACIONAL DEL MEDIUMNISMO

1. *La opinión de los sabios.* — 2. *Espiritismo y e spiritualismo.* — 3. *La técnica operatoria rigurosamente científica.* —
4. *La tradición y el espiritismo.*

1. LA OPINIÓN DE LOS SABIOS. — Toda persona deseosa de formarse una opinión sobre el mediumnismo, puede deducir sus conclusiones, provisionalmente, según los trabajos de las autoridades científicas. Pero como en éstas no hay todavía conceptos unánimes, sólo las pruebas experimentales personalmente en condiciones que excluyan con todo rigor toda posibilidad de fraude o de ilusión, pueden justificar una opinión seria.

Véase, según la obra de Flammarión, *Las fuerzas naturales desconocidas*, el parecer de los principales experimentadores de calidad sobre los fenómenos mediúmnicos :

...«Para el conde de Gasparin, esos movimientos (los de las mesas) los produce un fluido emanado de nosotros bajo la acción de nuestra voluntad.

»Para el profesor Thury, ese fluido, al que denomina psícolo, es una substancia que uniría el alma con el cuerpo; pero pueden existir también ciertas voluntades extrañas y de naturaleza desconocida actuando junto a nosotros.

»El químico Crookes atribuye los hechos a la fuerza psíquica como siendo el agente que interviene en la producción de los fenómenos; pero añade que esta fuerza, en ciertos casos, puede muy bien ser captada y dirigida por alguna otra inteligencia. «La diferencia entre los partidarios de la fuerza psíquica y los del espiritismo — escribe — consiste en esto: nosotros sostenemos que además de la inteligencia del «médiu», no existe prueba alguna de que haya otro agente de dirección y mucho menos de que sean los espíritus de los muertos quienes obran, mientras que los espiritistas aceptan como artículo de fe, sin exigir pruebas, que los espíritus son los únicos agentes de la producción de los fenómenos observados.»

»Alberto de Rochas define esos fenómenos «una exteriorización de la motricidad» y los considera como producidos por el doble fluídico, el «cuerpo astral» del «médiu», fluido nervioso pudiendo obrar y sentir a distancia⁴⁸.

⁴⁸ El autor del presente libro comparte la opinión del coronel De Rochas.

Lombroso declara que la explicación debe ser buscada, sencillamente, en el sistema nervioso, y que en él están las transformaciones de fuerzas.

»El doctor Ochorowiz afirma que no ha encontrado pruebas en favor de la hipótesis espiritista ni mucho menos en favor de la intervención de inteligencias extrañas, y que los fenómenos tienen por causa un doble fluídico destacándose del organismo del «médium».

»El astrónomo Porro tiene tendencia a admitir la acción posible de espíritus desconocidos, de formas de vida diferentes de la nuestra, sin que sean por eso las almas de los muertos, sino entidades psíquicas que se han de estudiar.

»En una carta reciente, el profesor Charles Richet opina que la hipótesis espiritista está muy lejos de ser demostrada, que los hechos observados se refieren a otro orden de causas todavía muy difíciles de determinar, y que en el estado actual de nuestros conocimientos no puede hacerse ninguna conclusión definitiva.

»El naturalista Wallace, el profesor De Morgan, el ingeniero Varley, se declaran, por el contrario, suficientemente documentados para aceptar, sin reservas, la doctrina espiritista de las almas desencarnadas.

»El profesor James H. Hyslop, de la Universidad de Columbia, que ha hecho un estudio especial de los fenómenos en los «Proceedings» de la Sociedad de Investigaciones Psíquicas de Londres, cree que las comprobaciones rigurosas no son suficientes para autorizar ninguna teoría.

»El doctor Maxwell concluye de sus observaciones que la mayor parte de los fenómenos son producidos por una fuerza existente en nosotros y que la inteligencia manifestada procede de los experimentadores; ésta sería una especie de conciencia colectiva.»

Si bien es verdad que casi todos discuten el papel de los muertos en los fenómenos mediúmnicos, en cambio, les parece establecida la realidad de los fenómenos. Los más escépticos con respecto a dichos fenómenos, serían muy imprudentes negándolos; pero, repito, que en semejante materia sólo autoriza a una opinión definitiva, la prueba experimental personal.

2. ESPIRITISMO Y ESPIRITUALISMO. — «El espiritismo — nos dice Gabriel Delanne, al principio de su obra El fenómeno espiritista — es una ciencia que tiene por objeto la demostración experimental de la existencia del alma y de su inmortalidad por medio de comunicaciones con los que impropriamente son llamados los muertos...» Pero el papel de los que «impropriamente son llamados los muertos» en los fenómenos mediúmnicos es todavía un postulado. En los hechos que citan los espiritistas en general y en particular Delanne, que es uno de los jefes del movimiento espiritista, como pruebas absolutas del papel de los espíritus, no veo realmente nada que no sea explicable por la actuación de las propias facultades psíquicas del «médium».

Extracto, por ejemplo, de la obra citada del señor Delanne, el hecho siguiente:

«En la pequeña población de G... la noche del 3 de agosto de 1882, tres señores se colocan alrededor de una mesa para tratar de obtener los fenómenos de variación de sitio o de los golpes dados en el mueble. No tuvieron que esperar mucho tiempo; la mesa empezó a moverse y se comprendió, preguntándole, que los espíritus deseaban manifestarse ; se entabló la conversación siguiente por medio del alfabeto:

»—¿Quién está ahí? — Un sastre aplastado. — ¿Cómo aplastado? — Un tren me pasó por encima. — ¿Cuándo? — Hace tres años. — ¿Dónde? — En Unterbarmen.

— ¿Qué día? — El 29 de agosto de 1879. — ¿Tu nombre? — Sieg-wart Lekebusch.

— ¿Tu domicilio? — Barmen. — ¿Viven tus padres todavía? — Sí. — ¿Eras patrón u obrero? — Aprendiz. — ¿A qué edad has muerto? — A los diecisiete años. — ¿Eres feliz? — ¡Oh, sí! — ¿Quieres que lo comuniquemos a tus padres? — No. — ¿Por qué no? — No creen en la otra vida. — ¿Esto quizá les convencería? — Sólo conseguirán que se burlen. — ¿Cómo ocurrió el accidente? — Quise hacer una visita a mis parientes en el Auerstrasse en Unterbarmen; siguiendo la vía y llevando la cabeza baja, no vi llegar el tren; era de noche y fui aplastado. — ¿En qué te ocupas actualmente? — No puedo describir mi trabajo.»

Esta conversación se prolongó bastante tiempo, pero no ofrecía interés positivo y el informe deja de mencionarla.

«Los experimentadores, sorprendidos de la comunicación, resolvieron enterarse y esclarecer el misterio. Con este objeto el maestro albañil K... escribió el día siguiente a la alcaldía de Barmen y con fecha 17 de agosto de 1882, el inspector de policía enviaba esta respuesta:

»«A consecuencia de la demanda que usted me hace en su carta del 8 corriente, puedo informarle que, según las actas aquí archivadas, el aprendiz de sastre Siegwar Lekebush, de 17 años de edad, fue alcanzado el 29 de agosto de 1879, a las once y catorce minutos de la noche, por un tren de la línea de las montañas de Lamarche y aplastado en la vecindad de la estación de Unterbarmen. La causa del accidente fue atribuida a que el fallecido circulaba indebidamente por la vía.»

»Los informes oficiales coincidían perfectamente con la comunicación del aprendiz de sastre; sólo nos faltaba comprobar la existencia de una Auerstrasse. M. E... se dirigió para eso el 18 de agosto a la redacción de la Reinisch Westhal Post, en Barmen, rogando que le dieran todos los detalles posibles del suceso. La respuesta fue:

»—Sólo podemos añadir a lo publicado el 30 de agosto de 1879, que existe en Unterbarmen una Auerstrasse.»

¿Qué hay de más en todo eso que un hecho de visión del pasado? Eliminando la parte que no se podía comprobar, es decir, las respuestas del supuesto espíritu sobre su condición actual, ¿qué hay de más que un hecho de visión del pasado? Semejante hecho es obtenido aparte de toda práctica espiritista por los «clarividentes», de quienes hemos hablado en el Libro III, capítulo IV. Los tres experimentadores en cuestión eran evidentemente adeptos del espiritismo; de este modo su personalidad tenía clara tendencia a traducir las percepciones metagnómicas de que podían ser objeto según la forma espiritista. Hay aquí lucidez, intuición, clarividencia; ¿por qué suponer gratuitamente que el espíritu del joven aplastado haya intervenido en algo?

Fuera del espiritismo se han visto manifestaciones supra-normales, por lo menos tan extrañas, particularmente en los niños prodigios dotados de la facultad de calcular de un modo instantáneo.

«Benjamín Hall Blyth — dice el doctor De Sermynn—, de seis años de edad, paseaba un día con su padre, cuando de improviso le preguntó: —Papá, ¿qué hora era cuando yo nací? —Las cuatro, respondió el padre. —¿Qué hora es en este momento? —Las ocho y diez, dijo el padre consultando su reloj. —¡Muy bien!, exclamó el niño sin pararse a reflexionar. He vivido tantos segundos. (Aquí una cifra.)

»El padre, sorprendido, sacó su lápiz e hizo el cálculo. — Benjamín — dijo —, te has equivocado en 172.000 segundos, pero con todo, tu cálculo mental se aproxima mucho a la verdad y me parece prodigioso. —Papá — respondió el niño —, yo no me equivoco, porque veo la cifra entera.

»Rehízo su padre el cálculo, descubriendo que había olvidado dos días de años bisiestos. El niño nació el 6 de julio de 1819.

»Vita Mangfianele, hijo de un pastor de Sicilia, fue presentado a la Academia de Ciencias de París, a la edad de diez años. Arago le preguntó —¿Cuál es la raíz cúbica del número 3.797,416? — El niño respondió en el acto, sin vacilar, sin que aparentara reflexión ni cálculo: Ciento cincuenta y seis. Lo cual es exacto.» (Obra ya citada.)

Y aquel niño observado en 1894, en casa del doctor Quintard, quien presentó un informe de sus observaciones a la Sociedad de Medicina de Angers. Apenas de edad de siete años, el joven prodigio:

1.º Resolvía instantáneamente los problemas de matemáticas por difíciles que fuesen. Ejemplo: Su padre eligió al azar un problema en un libro de aritmética y se lo expuso así: «El radio de la tierra es igual a 6,366 kilómetros; encontrar la distancia de la Tierra al Sol sabiendo que equivale a 24,000 radios terrestres. Expresar esta distancia en leguas.» El chico, sin vacilar, respondió de modo terminante: 38.196,000 leguas.

2.º Indicaba cuál era la página de un libro abierto en el que leía una tercera persona.

3. ° Leía el pensamiento sin la menor dificultad. Para esto una persona escribía una frase larga y poco inteligible a un niño de tan corta edad, colocándole el papel bajo sus ojos. Inmediatamente el niño indicaba la frase escrita. Se ocultaba un objeto, el niño iba en seguida a encontrarlo, por muy escondido que estuviese.

4. ° Traducía en el acto una frase escrita en lengua extranjera, muerta o viva.

¿Nos dirán los espiritistas, refiriéndose a los prodigios del niño, que un «espíritu» le dictaba las respuestas?

En resumen, si se está animado ante todo por el deseo de conocer la verdad, cualquiera que sea, es necesario iniciarse en el estudio de los fenómenos mediúmnicos, considerándolos como hechos psíquicos cuyo proceso exacto está todavía determinado de modo insuficiente.

Numerosas personas tienen, ante todo, «necesidad de creer» en algo que satisfaga su sensibilidad o sus tendencias metafísicas. Para ellos nada mejor que admitir la tesis espiritista. Su atención se hipnotiza en lo que armoniza con su temperamento. Tienen la «fe» pero no poseen ninguna «certidumbre».

3. LA TÉCNICA OPERATORIA RIGUROSAMENTE CIENTÍFICA. — Intentar obtener un fenómeno bien definido en las debidas condiciones para que no haya posibilidad de fraude, superchería o truco, tal ha de ser el objetivo de los que deseen estudiar racionalmente el espiritismo.

La escritura automática y la tiptología no pueden ser consideradas como significativas, porque ellas se explican por la función del subconsciente. No existe ninguna comunicación mediúmnica en la que se pueda descubrir ni el menor detalle que no figure ya en los conocimientos humanos.

Son, por consiguiente, las levitaciones sin contacto, los cambios de sitio de los objetos, los golpes y las materializaciones, los que se deben primero investigar y examinar.

Para ello, es preciso disponer de un «médium» excepcionalmente dotado, porque faltando éste, no se llegaría a trabajar con fruto.

El «médium» deberá ser objeto de una vigilancia y una observación rigurosas. Los «médiums» más famosos, los que en presencia de sabios honrados de toda la Humanidad, han podido producir fenómenos reales, fueron todos sorprendidos en flagrante delito de fraude en un momento o en otro — todos sin ninguna excepción —. Como, por lo general, son individuos cerebralmente por debajo del nivel medio y para quienes sus facultades mediúmnicas constituyen una fuente de ingresos muy importante, se puede admitir que cuando no se sienten «en forma» hacen trucos para mantener su reputación. Los crédulos espiritistas han encontrado un argumento delicioso para excusar los fraudes; pretenden que si los «médiums»

defraudan es porque se los vigila demasiado y de esta forma se les sugiere inconscientemente el deseo de engañar. Una persona escéptica, deseosa de formarse una opinión basada en hechos indiscutibles y que ejerce estrecha vigilancia en el «médium» actuante, parece crear un estado de alma receloso que por telepsiquia se transmite al «médium» y le obliga a simular. Ya veis cuál es la conclusión de los espiritistas; es necesario crear, ante todo, en la sala de experimentos, una atmósfera de confianza que predisponga bien al «médium». Pero todo el mundo no está dispuesto a prestarse a un engaño, y considero un poco duro exigir a personas razonables que admitan gratuitamente postulados tan audaces como la intervención de los espíritus de los muertos o la subordinación de la honradez del «médium» al estado de alma más o menos receloso de los asistentes.

Siempre que sea posible no se deben dejar en la habitación donde se opera, más que los muebles indispensables, y sólo se admitirán en las sesiones a personas dignas de fe y dotadas de espíritu científico. Hacer registrar cuidadosamente los vestidos del «médium» antes de la sesión y cuando se hace la obscuridad y pide cambio de observadores vi-gílese que sus dos manos y sus dos pies estén realmente juntos. Además, se puede colocar delante y detrás del «médium» un aparato fotográfico con el magnesio dispuesto a funcionar y confiar a dos personas el cuidado de hacer la instantánea en cuanto un fenómeno parezca producirse. Siendo la luz, según se cree, susceptible de turbar considerablemente al «médium», es preciso aplicarle un cojín sobre el rostro cuando surja el flogonazo del magnesio.

Es, por otra parte, de esta forma como han operado el coronel De Rochas, Lombroso, Flammarión y todos los experimentadores dedicados a este estudio con espíritu libre e imparcialidad, sin ninguna idea preconcebida de fe ni de incredulidad.

4. LA TRADICIÓN Y EL ESPIRITISMO. — La inmortalidad del alma ha sido admitida por todos los pueblos antiguos y hasta la posibilidad de comunicación de los muertos con los vivos, pero esas comunicaciones fueron siempre consideradas como excepcionales. El ocultismo moderno y la teosofía, depositarios de lo que ha llegado hasta nuestros días del saber de los santuarios antiguos, están de acuerdo con la tradición. La idea de una generalización de las probables manifestaciones postmortem, y la admisión de ésta para cada uno, o sea de poder evocar el alma de los desaparecidos y conversar con ellos, fue puesta en circulación hacia 1850, aproximadamente dos años después de las primeras «manifestaciones» comprobadas en Hydesville por la familia Fox.

Según la teosofía, el ser humano está constituido por siete cuerpos diferentes, cuya substancia, el átomo principio, es distinto para cada cuerpo. El cuerpo psíquico, único visible durante la vida terrestre — salvo para los «sensitivos» que perciben los otros — está animado por un segundo cuerpo; es éste el doble etérico que le interpenetra siendo de una substancia más sutil que la materia física. El doble etérico sería en cierto modo el asiento de la fuerza vital.

Nosotros tendríamos, en tercer lugar, un cuerpo llamado «astral», sitio de la sensibilidad física y moral, más sutil todavía que el doble etérico e interpenetrando

este doble como aquél interpenetra el cuerpo físico. El «doble» de los experimentos de exteriorización de la sensibilidad y del desdoblamiento postletárgico, me parece identificable con el cuerpo etérico y el cuerpo astral reunidos de la teosofía. Le siguen, en orden de sutilidad : el cuerpo mental, sitio del intelecto; el cuerpo causal, sitio de la conciencia psicológica, y, por último, los cuerpos «budhí» y «atma», todavía poco desarrollados en el hombre actual y que contienen en estado latente los potenciales superiores.

Cuando se muere, el «doble» complejo, constituido por los cuerpos etérico, astral, mental, causal, búdico y átmico, se desprendería del «ropaje» físico inerte. El doble etérico no tardará así en disociarse. En lo que se refiere al cuerpo astral, asiento de la sensibilidad y de toda pasionalidad, quedará viviente, reteniendo en un estado de conciencia especial que se nombra «kamaloka» nuestros cuerpos superiores durante un período de tiempo tan prolongado como el que haya transcurrido en vida en los disfrutes materiales, en la satisfacción de nuestras pasiones, etc.

En tal concepto, los individuos poco evolucionados, en quienes predominan los bajos instintos y con mayor razón los criminales, permanecerán mucho tiempo en la esfera humana, retenidos por la vitalidad de su cuerpo astral. Los «suicidas», que han adelantado la hora fijada por las normas para su muerte espontánea, seguirán también en la Tierra, aunque invisibles, hasta el momento en que normalmente debían morir.

La mayor parte de nosotros, según los teósofos, no conservarían su cuerpo astral hasta pocos días después de la muerte. Las «entidades» que suelen manifestarse en las sesiones espiritistas sólo pueden ser, en opinión de la teosofía, los individuos inferiores que, ligados todavía a la vida material, aprovechan la ocasión ofrecida por el organismo para ellos muy penetrable del «médium» y se encarnan un momento⁴⁹.

No soy teósofo, pero he comprobado, en favor de la existencia en nosotros de varios cuerpos, multitud de hechos que retuvieron mi atención, y en lo concerniente al espiritismo, he visto que por las manifestaciones espontáneas, en las casas embrujadas, por ejemplo, se llega con frecuencia a establecer que un individuo se ha suicidado en el local donde se producen los fenómenos: ruidos inexplicables, cambiar de sitio los objetos, etc.

Los «médiums» de efectos físicos, es decir, los únicos con los cuales se obtiene algo bien significativo, son siempre individuos de mentalidad muy inferior, y si la doctrina teosòfica es verdadera, se explica que sientan afinidad por ellos los desencarnados poco evolucionados.

⁴⁹ Estas hipótesis son desarrolladas en Ciencia oculta y magia práctica.

Capítulo IV

LOS PERJUICIOS DE LA FE ESPIRITISTA Y LOS INCONVENIENTES DE UNA OBJETIVIDAD INSUFICIENTE EN EL ESTUDIO DEL MEDIUMNISMO

1. El estado de alma mórbido de los creyentes. — 2. Los artificios. — 3. Conclusiones.

1. EL ESTADO DE ALMA MÓRBIDO DE LOS CREYENTES. — Si la creencia en la continuación de las relaciones con los que desaparecieron es consoladora, ofrece el perjuicio de ser de igual modo disolvente. El espiritista siente la tentación constante de recurrir a las inspiraciones de sus espíritus familiares en lugar de decidir sus actos con su propia iniciativa. Pretende dirigirse en forma ultrasubjetiva dejando de apoyarse en la observación de los hechos, en el juicio y la razón. Igualmente, en toda dificultad, desprecia el esfuerzo propio porque confía y espera la asistencia sobrenatural. Además, el espiritista se autosugestiona constantemente con su doctrina y es inducido a interpretar de una manera errónea sus percepciones, a ver en todas partes la manifestación de algún espíritu; el crujido repentino de un mueble, una vaga alucinación percibida en la penumbra, una asociación inconsciente de ideas, todo eso le parece como engendrado por inteligencias extraterrestres.

Y éstos son sólo ligeros inconvenientes comparados con los que vamos a indicar.

El monodeísmo, repetido con frecuencia, acaba por crear alucinaciones, alteraciones de la personalidad, automatismos inconscientes que afectan a veces las formas más graves.

He aquí varios ejemplos:

—La señora D., avenida Fremiet, en París, después de haber leído dos o tres volúmenes espiritistas, ensaya el obtener manifestaciones y cree oír la voz de su madre. Aguza el oído y cuando más concentra su atención, más fuerte se hace la voz. Al cabo de varias sesiones la oye claramente y poco después, sin haber recurrido al silencio y a la obscuridad, le basta un esfuerzo ligero para escuchar a la querida muerta. Prosiguiendo sus «experimentos», la señora D. no necesita hacer nada para oír la voz; en todos los momentos la oye; a la mesa, en medio de las ocupaciones diarias, etc. La frecuencia de la comunicación auditiva hace que la considere como un poco indiscreta, y la señora D. ruega al espíritu de su madre que le hable solamente en momentos determinados. Trabajo perdido; aumenta la frecuencia de las audiciones y cinco meses después del principio de los

experimentos, la voz no se detiene; habla continuamente al oído de la señora D. Todavía peor; las frases tiernas y cariñosas del comienzo han sido reemplazadas por sarcasmos, reproches y hasta injurias. Fue entonces cuando se me puso en presencia de la enferma, que de ninguna manera quería dejarse razonar su «espíritu», y tuve que prohibírselo con amenazas terroríficas.

—El señor F..., antiguo alumno de mis cursos, vino a verme, confesando que sentía por momentos, y cada vez con más frecuencia, terribles impulsos a los cuales le costaba mucho trabajo resistir; de noche, bruscamente despierto, le daban tentaciones de abrir la ventana y tirarse. En la calle era presa de la idea tenaz de arrojar-se bajo un carruaje. Afeitándose hacía un gran esfuerzo para impedir cortarse el cuello voluntariamente, etc. Le hice preguntas sobre el principio de sus perturbaciones y supe que comenzaron al día siguiente de un ensayo de evocación de su hermano, fallecido varias semanas antes, afirmando haberlo visto y que le dijo: «Pronto vendrás a reunirme conmigo; cuidado con lo que haces.» Como F... es fácilmente hipnotizable, le duermo, le sugiero la calma, el olvido de sus tormentos, y le doy por sugestión la visión alucinatoria de su hermano asegurándole que este último le pide sus disculpas y que en lo por venir, lejos de abreviar sus días, vigilará con solicitud para que conserve la vida.

—La señora V. H..., de Tours. Habiendo perdido a su hijo en la guerra, esta señora encuentra a una de sus amigas, espiritista, que la compromete a intentar obtener comunicaciones del difunto. La dama, convencida, se dedica a la escritura automática. En una de las páginas que escribe inconscientemente se le ordena realizar su fortuna y utilizarla en favor de • una fundación espiritista, conservando nada más que dos mil francos, porque ha de morir dentro del año.

La pobre mujer, aterrorizada, aunque en perfecto estado de salud, hubiera obedecido, si la familia, temerosa de perder una herencia importante, no resuelve llamarme. A pretexto de ponerla en estado de recibir nuevas manifestaciones complementarias, consigo dormirla. Después de sugerirle la imposibilidad de cumplir un mandato de ninguna clase sin el consentimiento de los suyos, hago como en el caso anterior y le procuro alucinaciones visuales y auditivas inversas en su sentido de la comunicación hecha en la escritura automática. Eso ocurría en 1919. La sentenciada por los espíritus vive todavía a la hora actual y la lectura de obras sanas sobre los problemas psíquicos le han creado mejor estado de alma.

Pudiera alargar la lista; mis observaciones personales de ese género comprenden treinta y cuatro casos. Los ejemplos que preceden bastarán a mostrar al lector el peligro de las prácticas espiritistas.

2. LOS ARTIFICIOS. — Ya he dicho que los «médiums» más célebres habían sido todos, sin excepción, en ciertos momentos, sorprendidos en flagrante delito de fraude. Si los asistentes no admitieron las supercherías empleadas para engañarlos, fue porque estaban allí como observadores. Los espiritistas convencidos hubieran tolerado el abuso. Son tantos los recursos de la prestidigitación, que un escamoteador de mediana habilidad puede simular a la vista de los espectadores la

aparición de fantasmas terroríficos, las levitaciones, los aportes, etc. Junto a algunos «médiums» (no pasan de doce) que han dado fenómenos reales, falseando solamente en ocasiones, cuando no estaban en forma, existe toda una serie que nunca hizo más que la simulación. Varios de éstos, sin embargo, consiguieron abusar de personas instruidas e inteligentes, pero muy deseosas de reconocer la intervención de los espíritus.

Sería preciso todo un volumen para enumerar todas las trapacerías de los «seudomédiums».

Independientemente también de los defraudadores profesionales, conviene recordar que la simulación es una de las tendencias que se observa casi siempre entre los histéricos y que la mayoría de los «médiums» de efectos físicos son más o menos neuróticos.

3. CONCLUSIONES. — El estudio y el examen de los fenómenos mediúmnicos y del problema espiritista debe hacerse con la mayor objetividad. Los mejores «médiums» falsean en ocasiones, pero no dejan por eso de ofrecer fenómenos reales, a pesar de una rigurosa comprobación que en nada llegará a alterar su salud ni la manifestación de sus facultades.

Los fenómenos que son considerados por los espiritistas como pruebas «evidentes de la intervención de los muertos» — en particular la comunicación por la tipología, los golpes o la escritura automática de detalles sobre las circunstancias de la muerte y de la vida pasada de un desconocido — pueden ser considerados como simples hechos de clarividencia análogos a los que obtienen los prácticos del «cristal-gazing» o los sonámbulos lúcidos. Las «materializaciones», las huellas obtenidas a distancia y el cambio de sitio de los objetos sin contacto, parecen suficientemente explicados por el desdoblamiento del cuerpo étero-astral del «médium» y por la exteriorización de su motricidad.

La generalización de las prácticas espiritistas ofrece iguales inconvenientes que ventajas y con ellas no se sabría dar un paso para establecer pruebas experimentales de la vigilancia del alma.

Por último, no habrá nunca un experimentador serio que se niegue a una comprobación, aunque sea la más rigurosa.

El «espiritismo» considerado como doctrina es perjudicial a la causa de las ciencias psíquicas, autoriza las críticas más malévolas con respecto a ésta, y se opone a la difusión de la parte actualmente establecida de dichas experiencias. A las exageraciones de los espiritistas y a su credulidad notoria, se debe, en particular, el éxito obtenido por los prestidigitadores que se autorizan de los aspectos dudosos del psi-quismo para negar en seco todos sus fenómenos. En último análisis es por culpa de los espiritistas que hemos asistido, desde hace dos o tres años, al grotesco espectáculo de un escamoteador tratando de lo sobrenatural en las sociedades más

sabias de París y de provincia, ocultando su incompetencia con su negativa a discutir de Psiquismo y no queriendo admitir a los psiquistas en sus conferencias.

LIBRO QUINTO

APLICACIÓN DEL MAGNETISMO, DE LA SUGESTIÓN Y DE LA ACCIÓN MENTAL AL TRATAMIENTO DE LAS ENFERMEDADES

ADVERTENCIA PRELIMINAR

APLICACIÓN DEL MAGNETISMO, DE LA SUGESTIÓN Y DE LA ACCIÓN MENTAL AL TRATAMIENTO DE LAS ENFERMEDADES

Introducción a la medicina psicomagnética

Convenientemente aplicados, el Magnetismo, la Sugestión y la Acción psíquica pueden producir un alivio en la mayor parte de las enfermedades y curar un gran número. Antes de indicar para muchos casos la técnica operatoria exacta, deseo dar aquí algunas indicaciones generales. En primer lugar, el operador no debe considerarse como disponiendo de un poder tan extraordinario que unos pocos gestos y unas pocas palabras le basten para suprimir la enfermedad. A menos de consagrar todo su tiempo y todos sus esfuerzos, durante años, al desarrollo de las facultades que actúan en la experimentación y la terapéutica psicomagnética, no se sabría llegar a producir el equivalente de los prodigios de la Magia y de los milagros que han ilustrado la vida de algunos taumaturgos excepcionalmente dotados. Para restablecer la salud es indispensable un esfuerzo sostenido y constante, sobre todo en el tratamiento de las enfermedades que han llegado al estado crónico. El experimentador debe fundar su confianza en sus experimentos, rehuendo el entregarse a sueños místicos. Como se ha visto en el Libro I, el Magnetismo es una forma de la energía inherente al organismo humano y que, proyectada según las reglas del arte, reanima el tono de movimiento vital del enfermo, prestándole las fuerzas deseadas para operar las reacciones fisiológicas que devolverán la salud y para soportar el esfuerzo interior que implican dichas reacciones. El Magnetismo permite excitar el vigor de uno o de varios órganos caídos en estado de atonía, moderar su modo de movimiento en el caso de sobreexcitación, de inflamación; esterilizar los focos microbianos; regularizar el conjunto de las funciones; oponer a la astenia, bajo todas sus formas, una activación celular intensa; operar, en todos los casos, una poderosa revitalización. La sugestión, aplicada en el estado de vigilia o de sueño provocado, tiene una acción muy profunda sobre todas las funciones, sobre las perturbaciones motrices, sensoriales, nerviosas y psíquicas; por sí sola puede realizar curas extraordinarias. La acción del Pensamiento, movido por la Voluntad, puede también llevar a cabo todo lo que el Magnetismo y la Sugestión sean capaces de obtener.

La combinación de los tres medios de acción citados logrará siempre más, en el mismo espacio de tiempo, que uno de ellos aplicado aisladamente; y cualquiera que sea la situación del desarrollo psicomagnético de una persona, cumpliendo estrictamente las instrucciones detalladas que van a seguir llegará siempre a un

resultado importante si alienta, dentro de un vivo deseo de aliviar y de curar, una especie de exaltación temporal de sus facultades.

Me propongo en las páginas siguientes dar un curso completo de terapéutica psicomagnética. Limitado en la medida con la cual el lector debutante puede obrar con éxito y a causa del espacio de que dispongo, me reduciré a cierto número de casos. He de tratar primero de las enfermedades que un individuo sin preparación preliminar logrará atender, aplicando sencillamente mis instrucciones, y me ocuparé después de las principales afecciones crónicas que puede curar todo lector competente, dotado de alguna energía y perseverancia.

La confianza del enfermo no es de ninguna manera indispensable, como se ha dicho. Aunque exagere su escepticismo, como los primeros resultados no tardan nunca en hacerse sentir, modificarán ventajosamente su condición mental. El operador evitará siempre pronunciar largos discursos en elogio del método que emplea. Debe presentarse al enfermo como animado del deseo de serle útil y sinceramente convencido de que puede. La práctica de la experimentación corriente (Libro II) crea la mejor actitud para el operador; desarrolla en él una calma imperturbable, una perfecta impasibilidad ante las demostraciones admirativas o críticas con respecto a las ciencias psíquicas, una confianza justificada en la eficacia de los medios de acción psicomagnéticos y por encima de todo la convicción íntima de que ningún estado físico-psíquico es inmutable.

Una última observación: nunca la Naturaleza deja de reaccionar contra un estado patológico y con una higiene apropiada la mayor parte de las enfermedades curan espontáneamente. La civilización ha implantado tan sólidamente el hábito de una vida antihigiénica en general y de una alimentación arbitraria en particular, que casi todos los que son atacados de afecciones crónicas conservan sus perturbaciones de la misma manera que las han creado. Tratando las enfermedades por los medios psicomagnéticos, hay que esforzarse en convencer al enfermo para que haga desaparecer las fuentes de intoxicación que mantiene. Para esto emplead toda vuestra influencia con objeto de someter las costumbres de un enfermo a las leyes de la higiene, y facilitaréis considerablemente la acción del Magnetismo, de la Sugestión y de la Acción psíquica.

Capítulo Primero

MOLESTIAS TEMPORALES DE UNA AFECCIÓN CRÓNICA

1. *Síncope.* — 2. *Cefalalgia.* — 3. *Neuralgias dentales y faciales.* — 4. *Indigestión.* — 5. *Ansiedad.* — 6. *Insomnio.* — 7. *Sueño agitado.* — 8. *Nerviosidad.* — 9. *Timidez.* — 10. *Calambres de los escritores.*

1. SÍNCOPE. — Colocar al enfermo horizontalmente, la cabeza al nivel del cuerpo y más bien un poco baja. Quitarle todas las trabas del movimiento respiratorio: cuello, tirantes, corsé, etc. Cogiendo los dos puños del paciente, fijad con intensidad el punto situado entre los dos ojos expresando interiormente la voluntad enérgica de que recobre el conocimiento, debiendo para esto representarlo como si se restablecieran sus sentidos, o sea el acto de abrir los ojos, empezar a removerse, etc. Esta primera manipulación ha de durar de 15 a 30 segundos. En seguida, colocando vuestra mano derecha en medio y un poco a la derecha de la frente, descubrid todo lo posible con la mano izquierda la región del corazón, y aplicad vuestros labios sobre dicha región, interponiendo una tela bastante fina. Después de haber respirado profundamente, enviadle a aquel mismo sitio un soplo cálido y prolongado, enérgico, sin dejar de obrar en psiquismo, expresando con firmeza la voluntad de devolver el enfermo a la vida sensorial. El soplo debe ser enviado sin cesar, durante treinta segundos a dos minutos, y en este tiempo el paciente abrirá los ojos con toda seguridad. Cuando se logre este resultado cesad el soplo, empezando a magnetizar, cargando intensamente el plexo solar.

Cuando el enfermo se agita, comienza a hablar y parece recobrar poco a poco los sentidos, magnetizad con pases rápidos de la cabeza a las rodillas, dirigiéndole a los ojos una dulce mirada. Usad, al mismo tiempo, algunas sugerencias consoladoras, pronunciadas sin elevar la voz, en tono firme y positivo: Se encuentra usted mejor... sus colores vuelven... dentro de pocos instantes se sentirá usted perfecta-mente bien..., etc.

Cuando el paciente os parezca muy reanimado, miradle fijamente a los ojos, diciendo con resolución: Ahora va usted a poder levantarse; eso ha pasado.

2. CEFALALGIA. — Haced que se siente el enfermo cómodamente. Decidle que procure estar displicente en lo físico y en lo moral, como si quisiera dormir, sin preocuparse de lo que hacéis, con el exclusivo objeto de que encuentre un alivio tan importante como sea posible.

Cogiendo sus puños en vuestras manos, aplicad vuestros pies contra sus pies, vuestras rodillas rozando las suyas. Dirigidle una dulce mirada sobre la región del

plexo solar. Cuando no observéis diferencia entre la temperatura de sus puños y la de vuestras manos, colocad un momento vuestras manos de plano sobre sus muslos, lo que tiene por efecto activar la circulación de la sangre en las extremidades inferiores.

Puesto a su espalda, aplicad vuestra mano izquierda a la derecha de la frente y vuestra mano derecha a la izquierda. Representaos mentalmente lo que debe experimentar el enfermo sufriendo el dolor de cabeza y objetividad un retorno gradual al estado normal, considerando durante cuatro o cinco minutos el bienestar que deseáis obtener.

Volviendo delante del paciente, daréis pases rápidos de la cabeza hasta las rodillas, no cesando de mantener vuestro pensamiento concentrado serenamente en el estado de bienestar. Al cabo de cuatro o cinco minutos decid al sujeto: Su dolor de cabeza parece haber disminuido; vamos a hacer ahora que desaparezca por completo, e invítadle a sentarse en otro sitio, disponiéndolo de forma que el respaldo quede a su derecha o a su izquierda, a fin de poder efectuar con la mano derecha los pases muy rápidos a lo largo de la columna vertebral, partiendo de la nuca. Durante los pases, vuestra mano izquierda deberá estar aplicada en medio y un poco a la izquierda de la frente, con los dedos separados y dirigidos hacia arriba. Después de continuar los pases de cinco a diez minutos, decid al sujeto: Ahora cierre usted los ojos; voy a contar hasta siete. Cuando yo diga «siete» abra usted los ojos con viveza; comprobará que su jaqueca ha desaparecido completamente. En cuanto cierre los ojos oprimid su cabeza, haciendo una presión ligera con vuestras dos manos aplicadas en círculos y a las cuales comunicaréis un débil movimiento de vibración.

Contad lentamente hasta siete, acentuando el movimiento de vibración en vuestras manos y al tiempo de decir «siete» golpead muy fuerte en vuestras manos, fijando al sujeto desde muy cerca, en sus ojos, y diciéndole con acento cordial: Ya no siente usted ningún dolor; su malestar ha desaparecido completamente; cuanto más intente sentirlo, menos lo conseguirá... Su cabeza está despejada.

3. NEURALGIAS DENTALES Y FACIALES. — Si el mal de dientes procede de una caries llegada a tal grado que la pulpa esté casi a la vista, sólo el socorro del dentista podrá suprimir la causa del dolor por obturación o extracción. Aun en este caso, en espera de la intervención del especialista, se podrá atenuar y muchas veces acabar con el sufrimiento.

La habitación donde operéis deberá estar débilmente iluminada por la luz de una pequeña lámpara eléctrica con el cristal azul. Disponed la lámpara en forma que el haz luminoso vaya recto a los ojos del sujeto. Después de ponerse en relación, como en el caso anterior, con el contacto de los puños, de los pies y de las rodillas, y luego con la aplicación de las manos de plano sobre los muslos, efectúad pases rápidos a lo largo de la columna vertebral, haciendo uso de la mano derecha, mientras la izquierda se aplica sobre el sitio del dolor. No temáis continuar vuestros pases un buen cuarto de hora con objeto de obrar intensamente sobre el cordón

posterior de la medula espinal, órgano principal de la transmisión de las sensaciones.

Por último, como para el dolor de cabeza, haced cerrar los ojos al paciente y sugestionadle contando hasta siete, afirmándole de modo positivo que llegado a siete el dolor habrá desaparecido completamente. No olvidéis el movimiento de vibración, antes indicado, y la fijación de la mirada cuando al pronunciar «siete» el sujeto abra los ojos.

Las neuralgias faciales pueden ser tratadas de igual manera, intercalando entre la toma de contacto y los pases a lo largo de la columna vertebral, 5 a 15 minutos de aplicación de la mano derecha sobre la mejilla izquierda y de la mano izquierda sobre la mejilla derecha del paciente.

4. INDIGESTIÓN. — Después de la toma de contacto, cargad poderosamente el estómago durante 15 ó 20 minutos, y aplicando vuestra mano izquierda de plano en medio y un poco a la derecha de la frente, colocad vuestra mano derecha, con los dedos reunidos en punta a nivel del epigastrio, durante 10 a 15 minutos.

Representaos mentalmente el estómago del sujeto animado de contracciones regulares y realizando con toda normalidad su trabajo. Proseguid vuestra acción cargando de nuevo el pecho y recomenzad la imposición de los dedos de la mano derecha en el epigastrio. Después de 25 a 30 minutos de acción magnética sugestionad con dulzura al paciente: Va usted a experimentar un alivio... su estómago se calma... se aligera... poco a poco se sentirá mejor... ha de digerir perfectamente... la digestión se efectuará con toda normalidad... su malestar empieza a disiparse, etc.

En los casos de indigestión, no se debe fijar al paciente, empleando la media luz, si es posible azulada. Rogad al sujeto que cierre los ojos y se inmovilice con objeto de que su fuerza nerviosa quede enteramente disponible para la función digestiva.

5. ANSIEDAD. — No discutáis con el enfermo sobre el motivo de su ansiedad por poco importante que os parezca; escuchadle dando a vuestro rostro la expresión del interés. No uséis de frases convencionales con intento de tranquilizarle. Decidle: Todo eso le causa a usted una agitación que vamos a tratar de moderar. Seguramente le agradará sentir más calma. Comunicando a sus nervios mi propia energía, voy a esforzarme a disminuir de modo extraordinario su malestar, de tal manera que pueda usted dormir tranquilamente y atender durante el día a las ocupaciones que le solicitan.

Rogad al paciente que se extienda horizontalmente, con la cabeza a nivel del cuerpo y los brazos y las piernas bien alargados. Decidle que os mire a los ojos y fijad éstos con dulzura. Después de tomar el contacto como en los casos anteriores, obrad con los dedos de la mano derecha reunidos en punta sobre el plexo solar, estando vuestra mano izquierda aplicada sobre la frente, hacia la derecha.

Conservad esta posición durante 20 minutos, concentrando vuestro pensamiento en lo que deseáis obtener. Representaos al paciente experimentando una disminución gradual de su ansiedad, sintiéndose cada vez más tranquilo, examinando sus negocios sin pesimismo, libertado de agitarse y de atormentar su espíritu con ideas penosas. Sostened con firmeza esta representación repitiendo mentalmente: Va a ser así; quiero que experimente un gran bienestar; quiero inculcarle mi propio equilibrio..., etc.

Continuando de ese modo vuestras cogitaciones, dad pases con las dos manos, de la cabeza a las rodillas, y de cuando en cuando a lo largo de los brazos extendidos. Luego, sugestionad dulcemente al sujeto como sigue: Va usted a sentir más calma... le molestará menos la ansiedad, respirará sin esfuerzo, sin estar oprimido... Va usted a sentirse cada vez mejor... dentro de varios minutos quiero que encuentre verdadero bienestar... dormirá tranquilamente... hallándose cada día más fuerte... Ahora está usted mejor, lo veo... Está usted mejor... mucho mejor...

Si se trata de un niño o de una persona muy sensible, probada moralmente, podéis hacer vuestras sugerencias con dulce autoridad, razonando con tacto y delicadeza las causas a las cuales el enfermo atribuye su estado, pero nada más que cuando demuestre algún alivio.

6. INSOMNIO. — El insomnio procede con frecuencia de un estado patológico que es necesario tratar ante todo. Igualmente debe su causa, en gran número de casos, a una higiene defectuosa. En vez de interrogar al enfermo a este respecto, hay que darle algunas indicaciones que se comprometerá a observar.

He aquí el régimen de vida de una persona atacada de insomnio frecuente:

Alimentación moderada, sobre todo de carnes. Pocas especias. Nada de excitantes (té, café, etc.); si se quiere, infusión de tila o de verbena.

Asegurar por todos los medios el libre juego de la respiración. Vestidos bastante amplios. No dejar caer los hombros. Ejercicios de respiración profunda, gimnasia sueca, etc.

Evitar todo lo que pueda perturbar el equilibrio mental. Abstenerse de la literatura sensacional, de espectáculos trágicos. Rehusar sistemáticamente toda discusión.

No ingerir, sea lo que sea, sólido o líquido, desde dos horas antes de acostarse.

Tomar una ligera ducha fría antes de acostarse; es una práctica que por sí sola ha curado muchos insomnios.

Tener cuidado de evacuar el contenido de la vejiga y del recto previamente al ir a la cama.

El lecho deberá estar orientado con la cabecera al Norte y el pie al Sur. Esta indicación es importante. Se comprueba experimentalmente. La acción de la imantación sobre el organismo queda, por otra parte, establecida.

La Fére, Bine y Luys, para no citar más que notabilidades modernas y oficiales, han demostrado con experimentos de hipnotismo los efectos del imán sobre el insomnio.

La alcoba no deberá contener ni aparato de calefacción encendido, ni animales ni flores; es decir, que ha de evitarse toda fuente de emanaciones. La ventana se tendrá, por lo menos, entreabierta, y salvo en la época de los grandes fríos, es conveniente acercarse a ella para hacer una veintena de respiraciones lentas y profundas.

Hacer que se siente el enfermo con comodidad, los pies descansando bien a plomo y pesadamente en tierra, y la cabeza bien apoyada. Cogerle los puños y fijar con tranquilidad sus ojos. Conservar esta posición durante unos veinte minutos, hasta que el sujeto dé señales de somnolencia. Sugestionarle entonces como sigue: Sus párpados van a ponerse pesados... sus párpados parecen pesados... se siente usted débil, soñoliento... Sus ojos van a cerrarse... Le cuesta a usted trabajo tenerlos abiertos... empieza usted a sentir sueño... sus ojos van a cerrarse... sus ojos se cierran... va usted a dormir apaciblemente... tranquilamente... ya nota la calma... el sueño le invade... el sueño le penetra... cada una de mis palabras le da sueño... duerme usted... va usted a descansar un momento... va a dormir ligeramente... después profundamente...

Continuando las sugerencias en voz baja, lenta, pero muy clara, no dejéis de objetivar mentalmente todo lo que decís, representando con la mayor exactitud posible todo lo que queréis que vuestro enfermo experimente. Cuando haya cerrado los ojos, dad pases, menos lentos que para cargar, pero menos rápidos que para desprender, de la cabeza al epigastrio, y al cabo de 10 a 15 minutos de acción, abandonad al enfermo y dejadle dormir media hora o más. Para despertarle, decid: Ahora dormirá usted todas las noches... no tendrá más que tenderse cómodamente, sin agitarse, tal como se encuentra en este momento, y el sueño le invadirá de modo irresistible... dormirá con tranquilidad... voy a despertarle enteramente... su cabeza estará ligera... se ha de sentir bien por todos conceptos... el sueño se disipa... ha acabado ya de dormir... despierta usted... puede abrir sus ojos... abra los ojos; ha acabado ya de dormir.

De ninguna manera es necesario que el paciente se duerma profundamente y llegue a la hipnosis total. Lo importante es que caiga en una somnolencia a la cual suceda por un momento el sueño natural.

No obstante, si se produce el sueño hipnótico, habrá que aprovecharlo para dar sugerencias más precisas y más imperativas; decir, por ejemplo, al sujeto, que todas las noches, en cuanto se encuentre en el lecho, dormirá sin esfuerzo, no experimentando nunca más el temor de no poder dormir y que queréis absolutamente que duerma sin dificultad todas las veces que lo desee.

Puede ocurrir que la persona haya sido ya sometida a un tratamiento psicomagnético, hipnótico, etc., sin obtener buen resultado. En ese caso, no deis ninguna sugestión ni critiquéis el fracaso de los procedimientos del otro operador; decid únicamente: «Mi método es estrictamente distinto; el ensayo se lo mostrará.» Ordenad, desde el principio de la sesión, que el paciente tenga los ojos cerrados y proceded en todo como se acaba de explicar, suprimiendo las sugestiones.

Ejemplos de curas difíciles: la señora G..., calle Sugéne-Carriére, en París, padeciendo insomnio desde hacía cinco años, tratada sin éxito por el método hipnótico ordinario (pero no habiéndose empleado la magnetización ni la acción psíquica) llegó a pasar las noches y los días sin poder conciliar el sueño. Habiéndola comprometido un amigo común, ensayó mi método muy confiada. Las tres primeras sesiones fueron absolutamente negativas. A consecuencia de la cuarta, sobrevino a la enferma un sueño irresistible que duró no sé cuánto tiempo y desde entonces no deja de dormir con toda normalidad.

El señor G..., calle Aumale, en París, agotado por un exceso de trabajo intensivo, llevaba once semanas sin dormir, a pesar de todos los medicamentos posibles. Ocho sesiones en las que no hubo resultado apreciable. En la novena el enfermo recobró el sueño y más tranquilamente que nunca.

7. SUEÑO AGITADO. — Todas las prescripciones higiénicas que han sido indicadas como favorables al sueño, lo son igualmente cuando el insomnio se acompaña de pesadillas, de estados obsesionantes, de terrores nocturnos, de sonambulismo natural, etc. El momento más favorable para operar, es de noche, inmediatamente antes de acostarse el sujeto. Después de haber adquirido el contacto, efectuar durante media hora una serie no interrumpida de pases muy rápidos a lo largo de la columna vertebral, encauzando la atención del sujeto, con una conversación apropiada sobre asuntos agradables, alegres, propios a impresionar su subconsciente de un modo antagónico al de sus sueños. Hacer en seguida que se extienda el sujeto horizontalmente y efectuar pases muy rápidos de la cabeza a los pies. Para terminar, mantener un momento las manos aplicadas contra las piernas, descendiendo varias veces lentamente hasta los pies.

Para comprobar el grado de sensibilidad del paciente, se ensayará la aplicación de las manos en los omoplatos y si esta sensibilidad parece suficiente, dormirlo durante el transcurso de la jornada, pedirle que recuerde su último sueño, sugiriéndole que en lo por venir no pensará en nada durmiendo, que estará tranquilo, que su respiración será ligera, su inmovilidad completa, que sentirá una impresión de perfecto bienestar, etc.

8. NERVIOSIDAD. — Se trata de un estado nervioso accidental y no de una neurosis continua.

El paciente debe hallarse tendido, y durante el primer cuarto de hora de tratamiento, el operador se limitará a cogerle los puños, manteniéndole en estado de inmovilidad

tan perfecto como sea posible. Haciéndolo en seguida colocar boca abajo, se dedicará a dar pases longitudinales con las dos manos, muy próximas, sobre la columna vertebral del occipucio al coxis. Después de media hora de este tratamiento, se hará sentar con comodidad al enfermo, mirándole dulcemente a los ojos, con la mano izquierda aplicada sobre la frente, un poco a la derecha, y la mano derecha aplicada en la boca del estómago. Entonces se le hacen las siguientes sugerencias: Va usted, a sentir más calma, mucha más calma... un poco de somnolencia todavía... A partir de ahora su calma no le abandonará nunca enteramente... porque va usted a experimentar el bienestar interior a todas horas... una impresión de confianza en su persona... y poco a poco, de día en día, se sentirá usted cada vez más tranquilo... no tendrá gestos impulsivos... hablará lentamente, sin precipitación... nadie le irritará... nada podrá influir en usted... Cada día se notará mejor...

Si el momento es inoportuno, aplicar un tratamiento especial, basado en las indicaciones ya enunciadas.

Recuérdese que sugestionando al paciente, es siempre indispensable objetivar mentalmente lo que se dice.

9. TIMIDEZ. — Los tímidos son, por lo general, o muy inteligentes o afligidos de una inferioridad mental manifiesta.

En el primer caso es preciso comenzar por expresar al sujeto que apreciáis perfectamente su valor y que éste indica una gran facilidad para sacudir la timidez. Decidle que con un pequeño esfuerzo de reflexión crítica se dará cuenta de su superioridad sobre la mayoría de las personas que le impresionan. Afírmale que es una ventaja haber conocido la timidez, porque el dominio de su persona que ahora va a adquirir le proporcionará una influencia consciente que las gentes ordinarias no conocen; que se sentirá sin temor, imperturbable delante de cualquiera, sea quien sea.

En el segundo caso, vuestra actitud debe ser consoladora hacia el sujeto. Conviene hacerle creer que produce la impresión de un ser normal.

Desde el punto de vista higiénico, hay que aconsejar a los tímidos el ejercicio físico, un régimen alimenticio de poca carne, lactovegetariano, y el trato frecuente con aquellos de sus amigos y conocidos que tengan un carácter resuelto.

No soy de opinión de hipnotizar a los tímidos; más bien sugestionarlos en un estado de somnolencia, de una manera dulce, persuasiva, razonada, eligiendo cuidadosamente las palabras que ellos puedan admitir y entender. Nunca se debe usar, por ser contraproducente, la forma imperativa.

Si el sujeto confiesa que es particularmente tímido hacia una persona determinada, comprometedle a que haga un esfuerzo con la mayor frecuencia posible, para acercarse al individuo y hablarle. Recomendarle se fije, cuando habla, en la raíz de

la nariz de su interlocutor, entre los dos ojos, y por el contrario, si le dirigen la palabra, evitar la mirada fija de la otra persona, mirándole a su rostro, a su cuello, etcétera, pero no a sus ojos.

Haced que el sujeto se siente cómodamente. Cargad con fuerza el pecho durante media hora, y después de haberle rogado que cierre los ojos, aplicad vuestra mano izquierda en medio y un poco a la derecha de la frente, y vuestra mano derecha contra la región epigástrica. He aquí las sugerencias en las cuales deberéis basaros y cuyos términos podrán ser adaptados, según vuestro propio juicio, a la personalidad del paciente: Se siente usted tranquilo... tranquilo... encuentra como un alivio íntimo... a partir de ahora la influencia de los otros le será menos sensible... las gentes no le harán el mismo efecto... sus palabras le producirán muy poca emoción... ha de experimentar el deseo de resistir... sostendrá usted audazmente su punto de vista, hablando con claridad, serenamente... sin apresurarse... las personas irritadas y coléricas le parecerán ridículas... va usted a sentir indiferencia por las burlas... a los bromistas los juzgará como seres grotescos... su actitud será imperturbable... cada vez más se observa usted tranquilo y pacífico... recobra la confianza en su persona... quiero que dentro de poco tiempo nada pueda influir en su ánimo... en cambio, es necesario que aprenda usted a influir en los demás y verá que tiene condiciones para ello... esta transformación va a producirse de día en día y con más rapidez de lo que se imagina... Muy pronto se verá usted libre del temor y de la timidez, difícil de emocionar... su palabra será convincente, la mirada firme, logrando hacer compartir a los otros su manera de pensar.

Al despediros del paciente, dejadle una impresión consoladora. Decidle que su caso os interesa en particular, que os inspira simpatía y que estáis comprometido a llevarle una •situación mental satisfactoria. Aconsejadle estudiar una buena obra sobre el desarrollo de la voluntad.

10. CALAMBRES DE LOS ESCRITORES, DE LOS PIANISTAS Y DE LOS VIOLINISTAS. TEMBLORES NERVIOSOS. — En los casos de calambres y de temblores, lo primero que debe averiguar el operador son las condiciones en que se realiza el sueño ordinario del paciente. Estoy convencido de que todas esas perturbaciones dependen en gran parte de un descanso insuficiente, de una tensión nerviosa, que un buen sueño calma, y siempre que fuese posible, prolongando de ocho a diez horas, las haría desaparecer en poco tiempo.

El agotamiento nerviosomuscular que conduce a los calambres, suprime siempre más o menos el sueño. En este caso, es necesario obrar como se ha indicado para el insomnio. Si el enfermo comparte vuestra existencia, si es un pariente o un amigo al que podéis ver con facilidad, todos los días, a la hora de acostarse, excitaréis su sueño, colocando vuestra mano derecha sobre la columna vertebral, con los dedos dirigidos hacia abajo y vuestra mano izquierda sobre la boca del estómago, con los dedos dirigidos hacia la derecha.

Contra los calambres y los temblores, el agente magnético tiene una acción muy poderosa y también la ejerce el imán en grado extraordinario. Se recomienda ir

provisto de hojas imantadas, en atención a que numerosos enfermos han sido curados con su solo empleo.

Si es un calambre, antes de comenzar la sesión propiamente dicha, haced un masaje suave en el miembro interesado, no de arriba abajo, como lo ejecutan los masajistas, sino de abajo arriba, muy débilmente, rozando más bien que amasando. Después colocad vuestras dos manos de plano sobre la cabeza del sujeto, la mano derecha a la izquierda, la otra simétricamente. Transcurrido un cuarto de hora de esta aplicación, efectuad pases rápidos sobre el cordón posterior de la medula durante un segundo cuarto de hora, repetid los pases mirando el eje anterior del cuerpo y terminad con pases de la cabeza a los pies y algunos roces sobre el miembro enfermo.

Para los temblores se procede casi en la misma forma, pero la magnetización entera podrá llevarse sobre la cara anterior del cuerpo.

Después de esta magnetización, inducid al paciente a un estado de sueño ligero o hasta de sueño posthipnótico si es posible, y sugestionadle ampliamente: Su mano parece aligerada... va a recobrar su elasticidad... dentro de algunas horas observará usted que comienza a volver a su estado normal... está usted sereno, tranquilo... su mano se hallará muy pronto como de ordinario, sin que haya perdido para nada de su virtuosidad... se servirá de ella sin dificultad... con la mayor ligereza... No tema usted que se prolongue ese estado... está ya virtualmente mejorada y en muy pocos días el mal habrá desaparecido por completo... siente usted que se opera como una pequeña transformación... mi voluntad le penetra... esta noche dormirá tranquilamente y desde mañana va a experimentar una mejoría muy sensible.

En caso de temblores, es preciso dar sugerencias apropiadas e insistir mucho sobre el sueño pacífico, tranquilo, que es indispensable para permitir que recobre su equilibrio el sistema nerviosomuscular del paciente.

Si el enfermo desea recurrir a un masajista, hay que animarle, porque la acción de éste puede, por sí sola, restituirle al estado normal, pero el magnetismo tiene sobre el masaje la ventaja de ser una acción general y directa en lo que se refiere a los centros nerviosos y la medula y de alcanzar a cualquier órgano por reacción vasomotriz. Los baños de vapor ligeros ayudan igualmente a la curación de los calambres.

Capítulo II

PRINCIPALES PERTURBACIONES FUNCIONALES

1. Nociones generales. — 2. Gastralgia. — 3. Dispepsia. — 4. Inflamaciones del intestino. — 5. Constipado. — 6. Asma. — 7. Bronquitis aguda o crónica. — 8. Cardiopatías. — 9. Perturbaciones vasculares. — 10. Parálisis temporales por una hemorragia general.

1. NOCIONES GENERALES. — Iniciado el tratamiento psico-magnético de una afección crónica, es necesario, ante todo, asegurarse de que el diagnóstico ha sido pronunciado por una persona competente, es decir, por un médico. Este último habrá prescrito al enfermo el régimen alimenticio que convenga a su caso y le aconsejaréis cumplirlo rigurosamente. Aunque considero los medicamentos farmacéuticos como siempre inútiles, soy de opinión de limitarse a advertir al enfermo que él mismo vaya disminuyendo la dosis a medida que con vuestra acción la mejoría se haga más sensible.

En la cura de las perturbaciones funcionales, el papel del agente magnético es de regularizar generalmente todas las funciones de manera que se pueda tratar el estado general; de calmar o de excitar, según que haya inflamación o atonía en el órgano enfermo; y, por último, de comunicar al organismo una intensa vitalización con cuya potencia podrá efectuarse muy enérgica su reacción automática.

La sugestión debe encaminarse a mantener en el espíritu del enfermo, durante un tiempo más o menos largo, la representación mental de la mejora progresiva de sus perturbaciones, del próximo funcionamiento regular de sus órganos, del completo retorno a la salud, y todo esto según que sea tratado en el estado de vigilia, de sueño ligero, de posthipnosis, etc. En resumen, es psicoterapia lo que se pretende hacer, y no la sugestión imperativa.

La acción psíquica consiste esencialmente en representarse con imágenes concretas todas las sugerencias que han de hacerse. Para que esta acción alcance su efecto máximo, es necesario formarse un estado de alma especial o que la atención y la voluntad queden concentradas en el deseo de aliviar y de curar. De este modo, antes de empezar la sesión de tratamiento propiamente dicho, representaos lo que sufre el enfermo, lo que sucede en el órgano que vais a tratar⁵⁰, los inconvenientes y las consecuencias posibles de semejante situación; penetraos del deseo de serle útil, de oponer a la enfermedad toda la energía de que sois capaz; pensad en la gran satisfacción que experimentaréis comprobando que se

⁵⁰ Después de haber leído una monografía del caso.

restablece poco a poco el equilibrio, y al recibir del enfermo, después de varias sesiones, el testimonio de su agradecimiento. Imaginad en detalle las modificaciones sucesivas que deseáis realizar en su estado; vedle en vuestro espíritu como si fuesen ya una realidad y comenzad firmemente vuestra tarea.

2. GASTRALGIA. — Después de puesto en relación, aplicad de plano vuestras dos manos sobre la región del estómago, la derecha del lado izquierdo y viceversa. Decid al paciente que cierre los ojos. Durante el tiempo que debe durar esta aplicación primitiva, es decir, media hora, dad las sugerencias que siguen, empezándolas- varios minutos después de la aplicación de las manos: Debe usted experimentar en la región del estómago una sensación calmante... la irritación de este órgano va a disminuir poco a poco... el dolor le parece que se debilita y pierde en intensidad... la inflamación interior y los calambres que ha sentido tampoco pueden volver... fuertemente... su estómago volverá a ser lo que fue antes... cumplirá su funcionamiento sin ninguna perturbación ni producirle malestar... digiere usted fácilmente... representese bien la impresión en que estaba antes de ser atacada de gastralgia: su digestión era normal y no le producía la menor molestia... acuérdesse con frecuencia de tener su espíritu fijo en esta idea... piénselo bien... esta idea le reanimará... involuntariamente... no ha de tardar en modificar la situación presente... ahora se encuentra más tranquilo... más tranquilo... su cabeza está un poco pesada... sus miembros parecen entorpecidos... experimenta una ligera somnolencia... no reacciona... su pasividad es favorable a mi acción.

Insistid un poco sobre las sugerencias de somnolencia, deseo de dormir, sueño, etc., porque es siempre excelente llevar el sujeto a un debilitamiento psíquico tan completo como sea posible.

Para terminar la sesión, dad durante un cuarto de hora pases rápidos de la cabeza a las rodillas, rozando con la punta de los dedos la región del estómago.

3. DISPEPSIA. — En esta afección es preciso excitar poderosamente el estómago, actuando en la región con pases muy lentos y repetidos durante media hora a tres cuartos de hora.

Terminar la sesión con una aplicación prolongada de las manos de plano sobre los muslos.

He aquí el sentido de las sugerencias que han de darse. Como para todos los otros casos, la fórmula que se indica puede ser modificada en su forma según la personalidad del enfermo: Tenga los ojos cerrados... va usted a experimentar una impresión de actividad particular en el estómago... algo de lo que sentía antes de estar dispéptico, cuando uno de sus alimentos favoritos excitaba su apetito... Por otra parte, observará usted ahora, en el momento de las comidas y a veces en el transcurso de la jornada, un deseo muy característico de probar un manjar que le agrade... que le agrade mucho más que de costumbre... usted lo absorberá fácilmente... con placer... al cabo de varias sesiones quedará sorprendido de

comprobar que ha aumentado su apetito y que no estará calmado hasta después de saciarlo... tendrá usted hambre... represéntese bien lo que es tener mucha hambre... la sentirá usted realmente... y comerá con placer... Nota usted como se opera una pequeña transformación... dentro de algunos días comprobará un verdadero cambio...

Como siempre, se puede aquí sugerir el sueño prosiguiendo ventajosamente las sugerencias, colocando la mano derecha en la frente del sujeto.

4. INFLAMACIÓN DEL INTESTINO. — El primer cuidado del operador debe ser el de atacar el estado febril. Para eso, después de haberse puesto en relación, obrará con pases muy rápidos de la cabeza al epigastrio, recorriendo a veces a lo largo de los brazos y terminando con algunos pases de la cabeza a los pies, Al cabo de media hora, colocar las manos de plano sobre la región intestinal dirigiendo dulcemente la mirada hacia el plexo solar durante otra media hora. A menos de que el enfermo no sea rápidamente hipnotizable, lo que permitiría colocarle en el primer grado de la posthipnosis y obrar directamente por sugestión sobre el intestino, vale más evitar de sugestionarle en el estado de vigilia, con objeto de no estimular su tensión cerebral. Pero aquí será, como siempre, de efecto excelente concluir la sesión llevándole a una somnolencia tan acentuada como sea posible por medio de sugestiones oportunas, y de hallarse en condiciones, hacedle dormir una hora o dos del sueño natural. Cuando la respiración del enfermo indica que empieza realmente a dormirse, la voz del operador debe ser más baja, más sorda y llegar gradualmente al silencio completo, que aprovechará para salir sin ruido de la habitación, dejando dormir al paciente.

5. CONSTIPADO. — Esta afección, muy esparcida, no obtiene la debida atención de parte de las personas que son atacadas. Se la trata «con desprecio». Además de que favorece todos los contagios, que conduce con frecuencia a la inflamación de los intestinos y a la apendicitis, engendra una alteración del equilibrio intelectual, una desigualdad de humor, una irritabilidad que perjudica notablemente la influencia personal.

Se sabe que en el sueño provocado, la sugestión es bastante poderosa para producir vesicaciones (ver Libro I. cap. III, párrafo 7), lo que da una idea de la profundidad y de la intensidad de su acción. A toda persona susceptible de ser hipnotizada completamente, dos o tres sesiones bastarán para hacer que cese el constipado más rebelde. Sugestionando al paciente en ese sentido, se le prestará un señalado servicio, no limitándose a curarlo temporalmente, sino haciendo al mismo tiempo penetrar en su espíritu la necesidad de practicar en lo por venir la higiene alimenticia, respiratoria y mecánica que le impedirá una recaída en dicho estado.

La acción del magnetismo debe dirigirse únicamente a excitar el intestino, cargándole en amplitud con pases lentos y próximos y obrando en seguida con los dedos de la mano derecha reunidos en punta, que se pasean circularmente de

izquierda a derecha, describiendo sobre la región intestinal un círculo de diez a doce centímetros de diámetro. Para terminar una sesión de magnetismo, colocad las dos manos de plano sobre los riñones y llevadlas hacia las rodillas, rozando ligeramente. Este roce debe ser repetido de treinta a cincuenta veces.

6. ASMA, — El enfermo y la opresión pueden tratarse de igual manera que el asma.

Para todas esas enfermedades, son recomendadas de dos a cuatro sesiones diarias.

Véase cómo expone Héctor Durville el detalle de una sesión de magnetización para el asma, el enfisema y el ahogo. Las vibraciones que han de aplicarse en el neumogástrico, necesarias en ex asma, no lo son en los otros dos casos:

«...El enfermo debe estar ligeramente vestido. Se le ruega que permanezca sentado, y puesto de pie delante de él, se colocan las manos sobre sus hombros, aplicando al mismo tiempo los pies contra los pies y las rodillas contra las rodillas, durante dos o tres minutos, para tratar de establecer la relación. Después, situado a su derecha y con la mano izquierda, haced roces y luego fricciones prolongadas, suaves y ligeras primero y poco a poco más profundas, sobre el pecho y el estómago, teniendo buen cuidado de seguir el trayecto de las costillas a partir de la columna vertebral, para detenerse en la parte lateral del tórax. Cuando se hayan hecho tres o cuatro fricciones sobre cada costilla, ponerse delante del enfermo, un poco a la izquierda, y reanudar los mismos roces y fricciones, desde el punto en que se les ha dejado para ir hasta el esternón, del que no se debe pasar. Siendo así rozado y friccionado el lado derecho, colocarse a la izquierda del enfermo, delante y un poco a la derecha, y repetir con la mano izquierda iguales roces y fricciones que en el lado derecho. En seguida, repetid con las dos manos al mismo tiempo iguales manipulaciones, partiendo de la columna vertebral para ir hasta el esternón. Esas manipulaciones, bien ejecutadas, dan un alivio inmediato, porque regularizan la acción desordenada de los músculos intercostales que presiden en gran parte las funciones de la respiración.

»Acto seguido, haced vibrar el neumogástrico que determina un segundo aflojamiento e inmediatamente una mejoría más visible. El neumogástrico, nervio mixto que se distribuye en el estómago y en los pulmones, sale del cráneo por el agujero desgarrado y desciende cerca del esófago y de la tráquea. A pocos centímetros por encima de la clavícula se le puede alcanzar fácilmente. Para ello, haced inclinar ligeramente la cabeza hacia adelante y a la derecha, insinuando a bastante profundidad la punta del índice en esta región del cuello, y entonces se puede vibrar el neumogástrico derecho con más o menos energía. Se hará vibrar el izquierdo, haciendo inclinar ligeramente la cabeza hacia adelante y a la izquierda, para repetir iguales movimientos de este lado.» (Héctor Durville: Para combatir el asma.)

Dichos procedimientos están combinados con objeto de aplicarlos en el momento de una crisis. Entre las crisis, según mi opinión, no hay que limitarse a repetirlos;

también se debe cargar ampliamente el pecho desde lo alto del esternón hasta el ombligo.

El papel de la sugestión es aquí secundario y debe reducirse a algunas breves fórmulas de consuelo moral y a provocar el sopor del enfermo después de la sesión. La acción psíquica tampoco ha de ser muy sostenida.

7. BRONQUITIS (aguda o crónica). — Todas las enfermedades del aparato respiratorio, particularmente el catarro, la neumonía, la pleuresía y hasta la tisis, al principio, son curables con la medicina psicomagnética.

Las diversas formas de la bronquitis me parecen las únicas que no pueden ser tratadas sin conocimientos especiales y sin la seguridad que da una larga práctica.

Como en el caso anterior, el papel de la sugestión debe limitarse a dirigir al enfermo palabras de consuelo, a tranquilizarle, a distraer su atención de los síntomas penosos que experimenta, haciéndole un resumen hábil de la mejora gradual y de la próxima cura que ha de conseguir. La práctica en el arte de sugestionar da gran autoridad a las palabras que se pronuncian mirando con dulzura y fijeza al enfermo. Como siempre, se habla en tono tranquilo, bastante bajo, más bien lento y con matiz de cordialidad.

Acompañada y seguida, durante todo el tiempo de la magnetización, de una acción psíquica sostenida, la sugestión tendrá positiva eficacia.

He aquí ahora, según Durville, el detalle de los procedimientos magnéticos que han de emplearse:

«...El enfermo está en el lecho. Colocarse al pie de la cama y aplicar las manos sobre los pies, o en la parte baja de las piernas, por encima de las sábanas, mirando dulcemente al pecho, durante 10 a 15 minutos, para establecer la relación. Sentado en seguida a la orilla del lecho, con toda la comodidad posible, aplicad las manos sobre el abdomen, sin abandonar la mirada del pecho. Es conveniente mojar de cuando en cuando las manos en agua fresca ligeramente avinagrada. Se puede producir la opresión o aumentar la que ya exista. En este caso, para hacerla desaparecer, efectuad roces y fricciones prolongadas muy ligeras sobre los muslos y las piernas, partiendo de la región de los riñones hasta las extremidades.

»Cuando no hay opresión, aplicad las manos mojadas sobre los dos lados del pecho. Pases longitudinales practicados muy lentamente de la cabeza al estómago, después del pecho hasta las extremidades, para saturar al enfermo todo lo posible. Insuflaciones cálidas sobre los dos lados del pecho y más particularmente (en la neumonía y en la pleuresía) sobre el lado enfermo. Atraed hacia las extremidades, con pases longitudinales, los roces y las fricciones arrastradas muy ligeras de los riñones a las extremidades.

»Hay que dar mucho para que se obtenga en razón de lo que se da. En ciertos casos es preferible hacer sesiones cortas y repetidas, cinco, seis y hasta ocho veces al día; en otros hay que efectuar largas sesiones y a veces una sola es suficiente.

»Por lo que llevamos dicho, se deduce que la neumonía, en cualquier período de su desarrollo, puede fácilmente ser curada en una sola y única sesión, empleando sucesivamente todos los procedimientos que se acaban de indicar, y en particular la aplicación de las manos sobre los pulmones. Bajo la acción de este último procedimiento, se perciben muy bien los cambios que se producen en el interior del órgano. Haciendo esta aplicación al principio de la sesión se sienten perfectamente los ronquidos bajo la mano, y se advierte si el pulmón es más o menos permeable al aire. Después de haber empleado, durante una hora u hora y media, los diversos procedimientos en el orden que los indico, se observará que los ronquidos están modificados y que el pulmón tiende a llegar a ser permeable al aire. Prosiguiendo, sobre todo, con la aplicación de las manos, la fiebre disminuye sensiblemente, un cambio característico se hace en el organismo, una transpiración más o menos abundante se produce, y al cabo de un período que puede variar de cinco a ocho horas, la permeabilidad llega a ser definitiva; la fiebre desaparece entonces por entero y el retorno a la salud completa, sin convalecencia, se hace siempre en dos o tres días.» (Para combatir la tos.)

Todo esto se dirige a la bronquitis aguda. En caso de bronquitis crónica, habrá que limitarse en cada sesión a una aplicación prolongada de las manos sobre la región de los pulmones y a los rozamientos ejercidos de los hombros a las rodillas.

8. CARDIOPATÍAS. — Desde las más ligeras a las más graves, las enfermedades del corazón: arritmia, palpitations, angina de pecho, hipertrofia, miocarditis, endocarditis, pericarditis, pueden ser aliviadas magnéticamente con más rapidez que ningunas otras.

La posición más favorable para la mayor parte de los cardíacos, es la del decúbito supino. Así es preferible colocar al enfermo tendido en el lecho o sobre un diván.

En el momento de una crisis, aplicad exactamente el mismo tratamiento que se ha indicado para el «síncope».

Entre las crisis, se procederá como sigue:

Coged los puños del enfermo y rogadle que cierre los ojos. Decidle que vais a favorecer en él un estado de somnolencia en el cual vuestra acción tendrá un efecto máximo. Aplicándole la mano izquierda sobre la región del corazón, la derecha de plano sobre el lado izquierdo del cráneo con el pulgar entre los ojos, sugestionadle dulcemente con intención de conducirle al sueño. Cuando se ha obtenido este último resultado, efectuaed pases, un poco menos lentos que para cargar, de la cabeza al epigastrio y después del epigastrio a las rodillas.

En seguida, por medio de un tubo de vidrio, de cartón o de papel, que se prepara por adelantado, enviad un soplo cálido sobre la región cardíaca, veinte, treinta, cuarenta veces y hasta más, según la gravedad del caso. Después, volviendo la mano izquierda y la derecha a su posición primitiva, sugestionad de nuevo al paciente, con voz lenta y baja, apenas más elevada que un murmullo, pero, sin embargo, bien clara: Está usted tranquilo, pesado, soñoliento; su corazón late normalmente, sin que le cause malestar, va a latir de día en día de una manera más satisfactoria... experimentará usted una verdadera transformación... se sentirá con más dificultad turbado... menos nervioso... los ruidos que oiga de improviso le han de producir poca emoción... será usted cada vez menos sensible... los soportará sin maj testar... su respiración será regular... su cabeza bien despejada... no tardará en recobrar un bienestar muy apreciable, y dentro de poco tiempo ha de comprobar que su corazón es más robusto... que late lo suficiente, pero sin excederse de la medida... Dormirá todas las noches un sueño tranquilo, profundo, para despertar muy descansado... dormirá en todos los momentos en que tenga intención de dormir... en varias semanas se habrá producido una gran mejoría... Estará usted como antes de sus perturbaciones... sin temer que se repitan... todo el malestar, todas las molestias desaparecidas; va a encontrarse usted per-fec-ta-men-te.

Las sesiones de tratamiento de las diversas cardiopatías han de ser prolongadas, silenciosas. Vuestros gestos y vuestras palabras deben incitar al enfermo a la somnolencia, al reposo, a la calma. La repetición constituye la fuerza sugestiva, y si tenéis tiempo, no vaciléis en que dure cada sesión de una hora y media a tres horas.

Desde la primera sesión sentirá el paciente un alivio apreciable, por grave que sea su caso.

9. PERTURBACIONES VASCULARES. — Hay el mayor interés en determinar la posthipnosis en todos los casos que se encuentren perturbadas las funciones del aparato vascular. Durante las dos o tres primeras sesiones, y con objeto de preparar un experimento decisivo, cargad al paciente de la cabeza a los pies, procurando no desprender. Saturando de este modo a una persona con vuestro influjo, periódicamente, creáis en ella un estado de receptividad que al cabo de cierto número de sesiones, aunque sea poco sensible, os permitirá positivamente dormirla.

Cuando se juzgue la receptividad suficientemente establecida, aplicad el método expuesto en el Libro II para la producción del estado consecutivo al estado de vigilia, y obtenido el sueño dad las sugerencias' apropiadas, basándose en las perturbaciones exactas que experimenta el sujeto. En todos los casos, sugeridle respirar con amplitud y normalidad, mantened su espíritu en la representación mental de la función circulatoria, en la desaparición de los síntomas que percibe y en la substitución gradual de esos síntomas por un estado de perfecto bienestar.

Otra manera de proceder consiste en producir solamente la somnolencia, y sobre el individuo tendido efectuar dos o trescientos pases de la cabeza a los pies. Esta

sesión será repetida por lo menos dos veces al día, siguiendo sugerencias análogas a las que se dan en la hipnosis frustrada, pero afirmativas y más prolongadas.

Vigilad igualmente que el enfermo duerma lo suficiente y con toda tranquilidad durante la noche.

10. PARÁLISIS TEMPORAL DE UNA HEMORRAGIA CEREBRAL. — Cuando la parálisis es consecutiva a una hemorragia cerebral, su curación depende de la reabsorción del derrame o del coágulo así formado. Para ocuparse útilmente de semejante caso, es indispensable poseer conocimientos anatómicos y fisiológicos muy precisos. Pero existe toda una categoría de parálisis en los que sólo ha sido atacado el sistema nervioso.

Fue seguramente un parálisis de esta naturaleza el que con el «Levántate y anda» legendario pudo curar en el acto. El doctor Gastón Durville se encontró hace algún tiempo con un caso de este género ; un hombre atacado de parálisis en las piernas desde hacía cuatro años. Habiéndole convencido el examen del enfermo de que no sufría ninguna lesión, quitándole las muletas, el doctor Durville le sugestionó un momento, ordenándole marchar. El enfermo, en el colmo de la sorpresa, se levantó para andar resuelto, dejando allí sus muletas... En el hospicio de La Salpêtrière se efectuó un experimento concluyente con los parálisis; el médico en jefe hizo simular un conato de incendio y que los enfermeros gritaran «sálvese quien pueda». El terror a morir quemados vivos operó en el acto una reacción saludable en varios enfermos ; se levantaron y huyeron.

La sugestión hipnótica, es decir, dada en la hipnosis total, puede, con mayor motivo, curar cierto número de casos de parálisis, y, en realidad, desde hace tres cuartos de siglo, el hipnotismo ha devuelto el movimiento a una cifra de parálisis junto a la cual queda muy inferior la de las curaciones taumatúrgicas.

A menos de tener una gran autoridad a los ojos del enfermo, la sugestión en estado de vigilia no cura instantáneamente, pero repetida y ayudada del magnetismo y de la acción psíquica constituye el mejor remedio para tratar las parálisis de origen nervioso.

En las que tienen origen medular, se aplicarán los procedimientos indicados más adelante para la tabes dorsalis (ataxia locomotriz).

Establecida la relación y fijando al enfermo en los ojos, cargad activamente el encéfalo y después cada uno de los miembros paralizados. En seguida sugestionad al paciente, continuando la fijación de la mirada : Sus nervios acaban de sufrir una revitalización apreciable... su condición va a transformarse rápidamente... dentro de poco, cuando yo lo diga, hará usted un esfuerzo para levantarse o para mover su brazo... No crea que ha de encontrar la misma dificultad que de costumbre... podrá usted positivamente ejecutar un movimiento más acentuado que antes... Ahora míreme con fijeza... continúe mirándome... no me pierda de vista... cuando yo diré 7 usted intentará apartar sus ojos de los míos... 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7; ensaye moverse (o

mejor su brazo, etc.), usted puede... Y cuando el paciente ha ensayado, decidle: Muy bien... continúe mirándome; deseo que cuando yo diré 3 ensaye de nuevo y lo conseguirá mucho mejor... atención... 1, 2, 3; ya puede usted moverse más fácilmente... ya puede usted. Inmediatamente después del ensayo, haced un masaje rápido en los músculos interesados y rogado al enfermo que cierre los ojos. Dadle entonces las sugerencias más enérgicas: A partir de hoy su estado comenzará a modificarse de manera muy rápida... mañana, cuando despierte, observará una mejoría sensible... intentará moverse con éxito creciente... de día en día recobrará gradualmente el uso de sus miembros y en poco tiempo va a encontrarse en completo estado normal... Esta noche dormirá tranquila y profundamente... durante su sueño ha de operarse la transformación... siente que mi voluntad le penetra... pronto quedará curado.

Comprometed al enfermo a ejercitar con toda la frecuencia posible los miembros afectados, a fin de que la anquilosis y la atrofia muscular desaparezcan rápidamente.

Cuando hay hemiplejía, es decir, parálisis de un lado del cuerpo, se puede obrar magnéticamente sobre los centros nerviosos del brazo y de la pierna, excitando los centros del lado opuesto al que está paralizado. Para excitar es preciso, como se ha dicho en el Libro I, cap. I, obrar sobre un lado con la mano correspondiente; sobre el lado derecho con la mano derecha, sobre el lado izquierdo con la mano izquierda, de acuerdo con las leyes de la polaridad.

Capítulo III

ATAXIA LOCOMOTRIZ («TABES DORSALIS»)

A pesar de su gravedad, la tabes, sobre todo cuando es consecutiva a la herencia, al agotamiento o al exceso, puede ser combatida con éxito por un principiante. Cuando es producida por el alcoholismo y en particular por la sífilis, sólo puede ser mejorada — y aun esto temporalmente — pero aquí también toda persona al corriente de los procedimientos podrá aliviar mucho al enfermo, aunque no sea más que insensibilizándole durante los dolores fulgurantes:

No intentéis hipnotizar al sujeto ni tampoco sugestionarle ampliamente en el estado de vigilia. La sugestión debe ejercerse con tacto. De este modo, cuando en el curso de la magnetización acusa el enfermo un alivio sensible de sus dolores, es el momento de colocar dos o tres sugestiones lacónicas, pero muy positivas. Por ejemplo: «Dentro de pocos minutos la mejoría será mucho más apreciable». Tanto para ayudar vuestra propia concentración mental como para crear en el enfermo un estado moral satisfactorio, estudiad atentamente la etiología y la patología de la tabes y la fisiología de la medula espinal de tal manera que, mientras se desarrolla la sesión, sea posible conversar con el enfermo de su caso, describirle lo que pasa terminando siempre por la afirmación de la mejoría. Sostened hábilmente en esta idea el espíritu del sujeto.

Si en el momento fijado para la sesión se encuentra el paciente en crisis de dolores fulgurantes, realizad la anestesia, según el método ya conocido.

He aquí el detalle de la magnetización que se ha de ejecutar, tal como la practica Héctor Durville: «En la ataxia es necesario obrar de una manera en extremo dulce, porque toda acción un poco enérgica tiene tendencia a despertar los dolores. Para llegar al resultado que se desea, es preciso primero establecer ampliamente la relación que debe existir entre el magnetizador y el enfermo, colocándose delante de éste, en un asiento un poco más elevado, con objeto de dominarle en cierta medida. Situdad los pies contra los pies, las rodillas contra las rodillas, y coged las manos en las manos, dirigiendo una dulce mirada hacia la región del estómago con el firme deseo de curar, o por lo menos de aliviar. Esta primera operación se prolongará de 20 a 25 minutos; en seguida se terminará la sesión — que debe durar de 40 a 50 minutos — con la aplicación de las manos sobre el pecho, el estómago, la región lumbar y lo alto de los muslos.

»En la segunda sesión, que debe efectuarse al día siguiente, y después de una manera regular casi todos los días, se establece la relación en la forma ya expuesta, pero sólo durante 5 a 6 minutos; se hacen las mismas aplicaciones durante 8 a 10 minutos y la última parte de la sesión debe dedicarse a la región del estómago después del pecho hasta las extremidades con objeto de saturar el organismo.

»En la tercera sesión después de haber establecido la relación y practicado las aplicaciones y los pases durante 15 a 20 minutos, se pueden hacer aplicaciones en el sitio del mal, es decir, sobre la columna vertebral. Para eso el enfermo ha de sentarse cómodamente en una silla y el operador se colocará detrás, también sentado, aplicándole el pie derecho (descalzo) sobre la parte inferior de la región dorsal. Por este medio se obtiene sin fatiga una acción calmante enérgica y muy profunda, que repercute en todo el organismo. Calmada así la parte inferior de la medula, y puestos de pie hacia la izquierda del enfermo, se le aplica la mano derecha (posición heterónoma) sobre la parte superior de la columna vertebral y la izquierda, con los dedos en punta, hacia lo alto de la cabeza, sobre el centro nervioso cerebro-espinal, siempre caliente en la ataxia.

»A las 5 6 6 sesiones, se puede añadir a esos procedimientos la insuflación cálida sobre las diferentes partes de la columna vertebral; la insuflación fría sobre el centro cerebroespinal, los rozamientos y las fricciones arrastradas con la mano derecha sobre la columna vertebral partiendo de la base del cráneo hasta la región sacra; los mismos roces y fricciones prolongados sobre el pecho y sobre el abdomen, con las dos manos, siguiendo el trayecto de las costillas y de los nervios raquídeos, de la columna vertebral hasta el esternón y en la línea mediana ; fricciones arrastradas sobre las piernas, partiendo de la región lumbar hasta las extremidades; pases de grandes corrientes de la cabeza a los pies para terminar la sesión, que debe durar de 40 a 50 minutos.

»Los dolores se calman poco a poco y al cabo de dos a tres meses el enfermo experimenta una mejoría sensible, pero la incoordinación de los movimientos no se encuentra todavía modificada. A partir de ese momento bastará una sesión cada dos días y sin gran peligro de despertar los dolores, obrad con un poco más de energía para estimular las funciones de la medula y combatir la debilidad.»

El tratamiento psicomagnético ha operado verdaderas resurrecciones entre atáxicos que habían llegado a ser por completo impotentes. Las obras de Lafontaine, de Du Potet, de Deleuze, contienen numerosos ejemplos de curaciones. Una de las más extraordinarias que hayan sido obtenidas se encuentra detalladamente descrita en un informe publicado en el Diario del Magnetismo, t. XXIII, pág. 212. Voy a extraer algunos párrafos que darán al lector una justa idea de la potencia curativa del magnetismo. El sujeto se llama señora Fougerat, comerciante, y he aquí primero en qué estado la encontraron el doctor Ochorowicz y el profesor Durville, después de varios años de tratamientos dosimétrico y electroterápico aplicados por ilustres prácticos que habían todos diagnosticado el caso:

«La invade un frío glacial que no se quita con fricciones, ni con mantas calientes, ni con el fuego del hogar. Los dolores son continuos. Los espasmos y violentas crisis de tos y de opresión que duran algunas veces diez minutos, ponen a la enferma entre la vida y la muerte ; la cara se abotarga, los ojos se inyectan y salen de sus órbitas y, entre tanto que la espuma aparece en la boca, los miembros se retuercen en atroces convulsiones. Los vómitos son constantes; el estómago apenas si soporta algunas cucharadas de leche. Únicamente las inyecciones subcutáneas de

morfina logran procurarle varias horas de un sueño pesado, interrumpido con pesadillas extrañas y visiones fantásticas.»

Después de varios meses de tratamiento magnético, se encuentra en relativas condiciones para ir al domicilio de sus magnetizadores:

«El cochero la baja del carruaje; avanza muy penosamente apoyada en un bastón hasta el pie de la escalera. Allí, sosteniéndose de un lado en el brazo de un ayudante y del otro en la barandilla, sube a mi clínica. La magnetizo durante una hora; después, sujetándose de un lado en el brazo del ayudante y del otro en la barandilla de la escalera, vuelve a su coche, no sin que dé frecuentes caídas. Viene con bastante regularidad cuatro o cinco veces por semana.

»La mejoría llega con lentitud, pero con seguridad. En agosto la digestión es regular, las noches son buenas; los espasmos, la crisis de tos y de opresión no tienen nada de inquietantes, cesan los dolores fulgurantes, la incoordinación del movimiento de los brazos y las perturbaciones oculares desaparecen; sube la escalera sin ayuda de nadie y empieza a andar sin bastón.»

Por último, después de dos años de tratamientos, quedó curada radicalmente.

He aquí otro ejemplo recogido en mi propia práctica:

«En 1917, un industrial, el señor V..., habitante en París, bulevar Raspail, y que en testimonio de la ocasión me fue presentado por su médico, estaba atacado de ataxia locomotriz desde hacía cinco años, habiendo hecho el ensayo, por consejo de unos y otros, de todos los tratamientos posibles e imaginables. Ninguno de los medicamentos ordinarios le produjo ni el más leve alivio (uno de ellos, el «914» puso seriamente a prueba la vitalidad del paciente, que creyó morir a consecuencia de haber tomado una medicina tan enérgica). Decidió ensayar — por descargo de conciencia — la acción del magnetismo.

»La confianza del enfermo es muy limitada. No obstante, desde las primeras sesiones — yo fui el primer sorprendido — la incoordinación quedó notablemente rectificada. Debo decir que hasta entonces no había sentido gran entusiasmo operando. Conocía muy bien los diferentes ejemplos de curas obtenidas por los maestros del magnetismo, pero no habiendo ensayado nunca mi acción con un enfermo de la medula espinal, me era muy difícil sostener aquella confianza tranquila que presta la costumbre de un caso. Cuando por primera vez atacué a los dolores fulgurantes, disminuyeron notablemente y ya no dudé de suprimirlos a condición de obrar sin descanso durante tres cuartos de hora o una hora. El tratamiento se prosiguió, y a los cuatro meses el enfermo se declaraba enteramente satisfecho. El resultado que así obtuve se ha mantenido en toda su integridad.»

Capítulo IV:

NEUROSIS

Se admite por lo común que la medicina psicomagnética es particularmente eficaz en las enfermedades mentales y nerviosas. Por otra parte, ya hemos visto que las primeras investigaciones modernas sobre el hipnotismo fueron hechas con sujetos escogidos entre los histero-epilépticos de los hospitales. Por esto es más frecuente que en cualquier otra enfermedad ver a un neurópata ensayar el tratamiento magnético-hipnótico. Aunque la epilepsia o el histerismo requieren un esfuerzo intenso y sostenido, ejercitando con mucho tacto, creo conveniente indicar su tratamiento en esta obra de vulgarización. Ante todo deseo recordar que se encontrará en el imán un auxiliar curativo muy apreciable. Sabemos que el imán ejerce en el organismo humano una acción que presenta mucha analogía con la del magnetismo animal. Esta acción, observada desde 1884 por el abate De Noble, ha sido discutida y estudiada en nuestros días por diferentes prácticos y en particular por los maestros del hipnotismo sensorial. Sus efectos curativos en la epilepsia, el histerismo, la corea (baile de San Vito), etc., son un hecho rigurosamente comprobado. He aquí, además, algunos de los trabajos que han visto la luz sobre este asunto:

Andry y Thouret (Doctores). — Observaciones e investigaciones sobre el empleo del imán en medicina.

Babinsky. — Investigaciones que sirven para establecer que ciertas manifestaciones hísticas pueden ser transferidas de un sujeto a otro bajo la influencia del imán (Revista filosófica, diciembre de 1886).

Debove. — Nota sobre el empleo de los imanes en las hemianestias ligadas a una afección debida a la histeria. (Progreso médico, 1879, núm. 50.)

Encausse. — Del tratamiento externo y psíquico de las enfermedades nerviosas, 1897.

Fourot. — Relato de los efectos saludables del imán en una enfermedad nerviosa. (Gaceta de la salud, febrero 1779.)

Guimbail. — De las aplicaciones del magnetismo o magnetoterapia por los agentes físicos, 1903.

Hammond (Doctor) — Del empleo del imán en terapéutica (Anales de psiquiatría).

Harsu (Doctor de). — Recopilación de los efectos saludables del imán en medicina. (Ginebra, 1782).

Israel. — Observación de una epilepsia curada con los imanes. (Venecia, 1766).

Luneau de Boisgermain. — De los imanes artificiales del señor Le Noble aplicados a la curación de las enfermedades nerviosas.

Luys. — Propulsión locomotriz de origen cerebeloso. Curación con las coronas imantadas. (Gaceta de los hospitales, 23 de julio de 1895.)

Mocqret. — De la imantación desde el punto de vista médico y en particular de las anestias, 1880.

Proust y Ballet. — De la acción de los imanes sobre algunas perturbaciones nerviosas y especialmente sobre las anestias. (Comunicación en el Congreso de Amsterdam, el 13 de noviembre de 1879, inserta en el Diario de terapéutica.)

Tamburini. — El imán en la hipnosis histérica. (Revista filosófica, septiembre de 1885).

Cuando una hoja imantada se aplica durante unos ocho días, es necesario volver a cargarla. Evítese el poner semejante hoja en manos de una persona sugestiva, porque puede producirse un fenómeno de transmisión, sobre todo si dicha persona coloca el imán en contacto con su cabeza.

El tratamiento directo debe ser ejercido con serenidad imperturbable; con cierta confianza que sólo conocen los que ya han curado a otros enfermos y sobre todo, con el libre empleo de su tiempo, de forma que si sobreviene una crisis en el transcurso de la sesión se pueda permanecer junto al enfermo y continuar su acción.

El paciente debe estar advertido de que la acción magnética en ocasiones suscita crisis, durante las cuales el organismo tiende a recobrar su equilibrio, y que con frecuencia es a consecuencia de una crisis cuando se ha observado la curación de un neurópata.

Los magnetizadores más ilustres — particularmente Du Potet y Lafontaine — conciben el tratamiento de la epilepsia y del histerismo, de la corea, etc., de dos maneras diferentes; una consiste en excitar el sistema nervioso por saturación magnética para provocar crisis de reacción que las observaciones han mostrado como casi siempre saludables; la segunda consiste, por el contrario, en calmar, en desprender.

Véase cómo aconsejo obrar al lector:

Tomad ampliamente la relación; durante un cuarto de hora sujetad los puños del enfermo en vuestras manos, cogiéndolos de forma que vuestros pulgares estén al lado de los dedos meñiques del paciente, oponiendo la inversa de los polos secundarios del mismo nombre, lo que es muy excitante. Aplicad los pies contra sus pies, las rodillas contra sus rodillas. En seguida soltad los puños y aplicad las manos de plano sobre los muslos durante cinco a diez minutos.

Tratad entonces de producir muy suavemente el sueño magnético con pases efectuados del vértice al ombligo. No apresurarse. No carguéis violentamente la cabeza, reprimiendo vuestros pases y aproximando con lentitud la punta de los dedos a la superficie de la piel, saturad graduando y con tranquilidad. Desde la primera sesión habrá síntomas de sueño y después de tres, cuatro, diez sesiones, el enfermo, en la mayor parte de los casos, llegará al sueño completo. Realizando de esa forma la saturación deseada, representaos mentalmente el estado que se intenta provocar, mantened con dulce firmeza la voluntad de producir ese estado, no os exaltéis ni deis mentalmente sugerencias bruscas e imperativas.

Si se inicia una crisis en el transcurso de vuestra acción es un accidente que no debe afectaros de ninguna manera. Haced que el enfermo se tienda sobre un lecho o un diván, en forma que no se cause daño. Nunca tratéis de dificultar la crisis o de calmarla; todo lo contrario, es indispensable excitar su desarrollo. Cuando esté determinada, comenzad dando veinte a treinta minutos de pases de la cabeza a los pies, para reanudar vuestra sesión en el punto en que se hallaba antes de la crisis.

Soy partidario de largas sesiones mientras no se haya obtenido el sueño.

Durante el sueño magnético todo enfermo está dispuesto a dar detalles exactos sobre su caso, hasta a indicar la evolución de la enfermedad y su desenlace. Aprovechadlo para preguntarle particularmente en qué días y a qué horas se producirán las próximas crisis.

A título de ejemplo, he aquí la historia de una cura de este género, operada por Lafontaine, que describe en su obra El arte de magnetizar:

«El 7 de junio de 1845, hallándome en París, fui llamado para asistir a una joven epiléptica que sufría crisis continuas, la más corta de cinco horas, con frecuencia prolongadas hasta once horas. Las crisis se renovaban todos los días.

Me trasladé por la tarde con Metre Helio, abogado. Encontramos sufriendo un ataque a la joven Luisa Court... de la que más tarde hice una sonámbula.

Varios hombres la sostenían con trabajo en el lecho donde la vi retorcerse en convulsiones horribles.

Eran las siete y inedia y nos enteramos que desde las once de la mañana se hallaba sumida en la crisis.

Le cogí los pulgares, colocando en seguida su mano sobre el epigastrio, y la mantuve solo, sin hacer fuerza; a los diez minutos dominé la crisis, dejándola en calma durante un cuarto de hora. Después hice cesar completamente el acceso y recobró el conocimiento.

La desgraciada niña estaba en completo agotamiento, rendida como si hubiese realizado el más penoso de los trabajos.

Volví a la mañana siguiente decidido a curarla; había estado algún tiempo en el hospital de San Luis.

En un caso de epilepsia semejante es necesario producir el sueño para que haya probabilidad de curación.

La hice sentar y le cogí los pulgares, magnetizando primero suavemente y luego con fuerza porque vislumbré una contracción en sus pupilas. Tenía en mi presencia un sistema nervioso que, bajo el imperio de la enfermedad, reaccionaba de improviso desprendiéndose enteramente.

Fue después de dos horas y media de magnetismo continuo, sin interrupción, cuando conseguí cerrarle los ojos y provocar un poco de embotamiento. Aquello me bastó; estuve seguro de que no se repetiría la crisis y de dormirla al día siguiente. Así ocurrió, y el 9 de junio, en veinte minutos, quedó profundamente dormida y una hora después se declaró el sonambulismo; era el sonambulismo simple, durante el cual se hallaba durmiendo, pero sin que hubiera clarividencia.

Después de la quinta magnetización tuvo una crisis, pero mucho más corta.

Entonces añadía la música al magnetismo con objeto de calmar enteramente el sistema nervioso. Obtuve buenos resultados. Con la influencia de la música se desarrolla el éxtasis y obra en concurrencia con el magnetismo.

Hacia el 5 de julio tuvo una nueva crisis, y el día siguiente declaró en su sonambulismo que sufriría otro ataque el 17 de julio y que iba a ser el último.

Efectivamente, ¡el 17 de julio presentó la crisis a las siete de la tarde! Lo había prevenido todo para estar a su lado, y un cuarto de hora después conseguí calmarla.

A la mañana siguiente, el 18 de julio, me dijo que ya no sufriría otro ataque hasta el 18 de diciembre, una hora antes del mediodía, y que esta vez sí que sería de verdad el último, quedando por completo curada.

A las once en punto del 18 de diciembre, en el momento de almorzar, se presentó la crisis. La acosté sobre un diván y en lugar de calmarle hice que se desarrollara el ataque; en seguida lo detuve instantáneamente. Cuando se tranquilizó un poco la dormí provocando el sonambulismo. Me declaró que estaba enteramente curada; en efecto, desde el 17 de julio de 1845 no tuvo más que aquella crisis prevista por el 18 de diciembre de 1845.»

Cuando se ha obtenido el sueño en un sujeto epiléptico, histérico o atacado de corea, no conviene darle sugerencias imperativas dirigidas a que cese su estado; lo inmediato es que retenga en su espíritu las ideas de calma y de equilibrio y hacerle ver con una descripción concreta, llena de imágenes, cómo ha de operarse la

disminución progresiva de sus perturbaciones; es decir, que se represente con claridad la evolución para ir mejorando y curando gradualmente.

En el estado de vigilia procúrese apartarle de la idea de que su mal es incurable. No discutáis esta idea; hacédsela comprender, si es necesario, entregándole un informe escrito de curas obtenidas en casos semejantes al suyo. Lo principal es que abandone el pesimismo. Combatid igualmente la ansiedad, la tristeza, el sueño agitado, con sugerencias apropiadas, como se ha visto en las páginas anteriores.

Hágase todo lo posible para que el enfermo no considere sus crisis como una aflicción intermitente infligida por un fatal destino, sino como un esfuerzo periódico intentado por su organismo y dirigido a recobrar el equilibrio nervioso.

Capítulo V

ASTENIAS

Las diversas formas de la astenia: debilidad general, hipoactividad, neurastenia, psicastenia, etc., se traducen, según su grado, en síntomas más o menos graves que pueden ir hasta verdaderas alteraciones de la personalidad. En algunos casos, aunque las facultades intelectuales del enfermo realizan incompletamente sus funciones, no parecen muy quebrantadas; en otros, hay alteraciones del juicio, monomanía del escrúpulo, obsesiones, ideas fijas, etc. El carácter más común a los asténicos es la incapacidad de adaptará a ciertas condiciones de existencia, a ciertas personalidades, etc., y también la convicción de no poder dirigir ni conseguir la realización de sus intenciones o determinaciones.

La astenia está más repartida de lo que se cree. Me falta espacio para- exponer aquí su etiología. Las causas somáticas entran ciertamente en su determinismo, pero el abandono, la filosofía del menor esfuerzo, la negativa de luchar contra la inercia, la favorecen sin duda alguna.

Con mucha frecuencia hay personas que me hacen las consideraciones siguientes: «He leído tal o cual obra de educación de la voluntad, de desarrollo de la auto-influencia. de dominio de sí mismo, etc., pero no puedo aplicar las instrucciones allí contenidas; vengo a verle para que me dé usted la voluntad de hacerlo, para que me sugiera ten^r voluntad, etc.» Estas personas son generalmente predispuestas a la astenia. Se hallan de tal modo persuadidos de que no pueden hacer un esfuerzo, que casi siempre hay que gastar mucho tiempo y trabajo para llevarles a admitir que son capaces. Conviene estar habituado a tratar con asténicos si se quiere desprender en ellos el «yo» de la inclinación a la inercia con el cual se identifica.

Cuando el asténico parece atacado de debilidad física manifiesta, de agotamiento nervioso, de clorosis, hay que recurrir al magnetismo para revitalizarlo. La sugestión y la acción psíquica tendrán como objetivo reeducarlo moralmente. Afectando cada caso caracteres especiales, el operador deberá inspirarse en lo que va a seguir, sin que lo aplique al pie de la letra, de modo arbitrario. Además, si el asténico que se le encomienda se encuentra en estado grave, hará muy bien confiando la cura a la dirección de un médico especialista competente para obrar con su auxilio.

Guardad en presencia del paciente una actitud de calma imperturbable y dejadle hablar sin discutir, pero manifestando con algunas reflexiones, destinadas a acentuar lo que dice, que se le comprende perfectamente.

Advertirle que durante toda la sesión de tratamiento hay interés en que permanezca silencioso y se entregue con tranquilidad a la acción del operador.

Después de haber tomado la relación, cargad intensamente la cabeza (comenzando los pases en el vértice) y el pecho; en seguida se prolonga la trayectoria de los pases, bajándolos hasta las rodillas. Las primeras sesiones, en lo que se refiere a la magnetización, deben durar de una a dos horas. Mientras ésta se efectúa, objetivad mentalmente el estado del enfermo, basándose en lo que él mismo haya dicho, y puesto así en armonía con su mentalidad, sugeridle una transformación beneficiosa de los síntomas, representándose lo que se quisiera lograr del sujeto cuando acabe la sesión. Como para la acción telepsíquica, hay que obrar gradualmente y no empeñarse, desde el primer momento, en sugerir mentalmente la cura radical.

Habiendo magnetizado al enfermo como acabo de indicar, rogadle que os mire a los ojos, dirigiéndole una mirada dulce y penetrante. Colocad la mano izquierda sobre la cabeza, el pulgar en medio de la frente, a la derecha, y los dedos en punta hacia el plexo solar, dándole algunas sugerencias de este género: Su estado va a modificarse... Dentro de pocas horas experimentará impresiones que han de serle agradables... Se sentirá con un poco más de energía que de costumbre... Ha de encontrarse en calma... tranquilo... Mi deseo es que usted permanezca tranquilo cuando se marche... y que duerma de noche de una manera satisfactoria... La especie de ansiedad que le molesta no tardará en ser substituida por un sentimiento de quietud y de confianza... Va a hallarse menos sensible a la irritación que le producen habitualmente determinadas personas o cosas... Es necesario que muy pronto pueda entregarse a las ocupaciones que le agradan... Usted podrá... Piense en ello con frecuencia... Eso le agrada... Le domina un vivo deseo de ese trabajo..., un vivo deseo que llegará a ser irresistible, logrando realizarlo con más facilidad de lo que espera. Va usted a transformarse gradualmente... Sus ideas son ligeras... Su memoria mejora... Se sentirá alegre... Tendrá vigor... Sus decisiones serán rápidas y firmes... No vacilará... Recobra el dominio de su persona... Ha de ser usted otro hombre... Así lo quiere... Su deseo es una fuerza... Vamos a desarrollarla lo más rápidamente posible... En poco tiempo conseguirá positivamente realizar su voluntad... Tendrá la fuerza... tendrá la energía... Tendrá la resolución... Está usted ahora sereno y tranquilo... Su cuerpo se embota... Sus fuerzas se renuevan... Sus párpados están pesados... El sueño le vence... Va usted a dormir tranquilamente... Empieza a tener deseo de dormir... Tiene usted sueño... sueño... Duerma..., etc.

Induciendo al paciente a dormir (lo que es fácil después de su prolongada inmovilidad), las palabras que acabáis de dirigirle impresionan su subconsciente y tienden a transformar su condición mental.

No esperéis, sin embargo, que reaccione correctamente Como una imagen en un espejo cóncavo o convexo, una sugestión se deforma siempre más o menos en el cerebro de un asténico. Por esto conviene ser circunspecto en las fórmulas de sugestión y limitarse al principio a las generalidades; no sugerir nada preciso.

Hace falta observar cómo reacciona el paciente en la sugestión sin que nunca conmueva el resultado obtenido, reanudando infatigable la tarea teniendo en cuenta el estado actual y las variaciones incesantes de la mentalidad del sujeto.

La mayor parte de las perturbaciones de naturaleza asténica siguen al eliminarse una trayectoria que desconcierta. Parecen cambiar de forma y no ceder sin que otras las reemplacen. Por esta causa muchos prácticos, hasta entre los médicos más instruidos, llegan en ocasiones a descorazonarse. Ayudada del magnetismo y de la acción psíquica, la sugestión dulcemente persuasiva triunfará aun en los casos muy rebeldes a condición de que el operador esté dispuesto a mostrarse pródigo de tiempo y a manifestar una paciencia ilimitada.

Algunos asténicos no parecen presentar una afección orgánica susceptible de que se encuentre en ella la explicación satisfactoria de su estado. Aunque haya una causa física, siempre queda dudoso el discernimiento. En unos la idea es, sobre todo, la que se manifiesta enferma; sus conceptos son incorrectos. En otros, la facultad de querer se diría paralizada (abolida). Un especialista es indispensable en los dos casos.

Capítulo VI

IDEAS FIJAS Y OBSESIONES

Aparte de todo estado asténico, se observan casos de ideas fijas y de obsesiones en los que el agente patógeno es de naturaleza exclusivamente psíquica; una impresión mental, recibida hace años e incubada desde entonces en el subconsciente, reaparece bajo la influencia de una causa determinante variable en forma de fobia, de monomanía, de obsesión, etc.

Hasta provisto de conocimientos psicofisiológicos ejercitados es casi siempre difícil, en presencia de un enfermo, distinguir si pertenece en realidad a la categoría anterior; pero mientras que no exista razón para admitir otra cosa, hay que tratarlos como tales. La experiencia es una piedra de toque. Durante la hipnosis se pueden despertar los recuerdos del pasado y llegar a conocer la causa primera de la perturbación. Por ejemplo, la de una enferma que no podía lavarse las manos sin tener la alucinación de que la palangana estaba llena de sangre. Puesta en sonambulismo declaró que hacía quince años la sangre de un volátil degollado junto a ella le salpicó en las manos, hallándose lavándolas, y de esto procedían sus alucinaciones. Otra enferma atacada de una agorafobia extraña, que se le manifestaba al utilizar un carruaje, se acordó en la hipnosis de un accidente de coche de que fue testigo en su infancia. El recuerdo, anulado por sugestión, se borró del subconsciente de la enferma y sus perturbaciones desaparecieron.

En semejante caso y desde la primera sesión, debe ante todo el operador tratar de imponer la calma, la somnolencia, con sugestiones dulcemente persuasivas; tranquilizar a la enferma y ponerla en condición receptiva haciéndole aceptar la idea de entregarse al sueño hipnótico. La posthipnosis será así con frecuencia obtenida en dos o tres sesiones, y en tal estado las sugestiones apropiadas harán desaparecer rápidamente el estado psicopático.

Si el sujeto parece difícil de hipnotizar, si se calcula que harán falta numerosas sesiones para obtener el sueño provocado, es la ocasión de magnetizar con pases rápidos que se efectúan con la mano izquierda a lo largo de la columna vertebral y con pases desprendidos de la cabeza al epigastrio. El magnetismo, principio equilibrante en sí mismo, puede ser suficiente para atenuar y hacer que desaparezcan las perturbaciones cerebrales.

Igualmente no debe ser olvidada la acción psíquica ejercida en el transcurso de cada sesión y hasta durante las entrevistas del operador y del enfermo.

La sugestión en el estado de vigilia o de somnolencia debe dirigirse a imponer la idea del debilitamiento gradual de las perturbaciones en asociarse a los estados de alma que impliquen las ideas de reacción.

En todos esos casos la autoridad moral del operador, su «magnetismo personal», son factores muy importantes del éxito.

He aquí tres ejemplos de tratamiento que servirán de base para los casos que se ofrezcan al lector:

I. Monomanía de la persecución. — El enfermo está bajo la impresión de que una o varias personas le quieren mal; experimenta a veces hasta perturbaciones muy penosas que atribuye a una acción a distancia. El operador, aunque convencido de que el sujeto interpreta inexactamente sus perturbaciones, no debe discutir con él, sino que aparentará admitirlas como las describe. Dirá al paciente: Vamos a obrar de tal modo que será usted menos sensible a todas esas influencias. Dentro de varios días acabarán por parecerle casi indiferentes. Después de haber establecido la relación por medio del contacto de los puños, de las rodillas y de los pies, sugerir el sopor magnetizando al sujeto. Será preferible que éste llegue a la hipnosis total, pero en todos los casos había que darle sugerencias de calma, de quietud, repitiéndole que va a encontrarse menos sensible, persuadido de que nadie tendrá ahora la audacia de intentar perjudicarlo, que se sentirá sostenido íntimamente por vuestra influencia, y que en lo sucesivo no puede sobrevenirle nada desagradable.

Hay que evitar en las sugerencias el designar a nadie con su nombre. Así, cuando el sujeto ha expresado sus temores en relación con determinada persona, no digáis que esta persona dejará de influirle. Usad exclusivamente de fórmulas muy generales.

II. Idea fija de un peligro próximo. — Haced que se tienda el enfermo en un diván, con la cabeza a nivel del cuerpo, y rogadle que respire profundamente describiendo con sus brazos un semicírculo de forma que lleguen a tocar el diván hacia atrás. Este movimiento, acompañado de profundas aspiraciones y repetido también veinte o treinta veces al principio de cada sesión, disminuye el estado ansioso del paciente. Tomad la relación, tratando, como en el caso anterior, de provocar la posthipnosis y entonces se magnetiza y sugiere al sujeto con la palabra y la voluntad.

Repetid al paciente la fórmula indicada para la ansiedad, añadiendo que va a empezar a tener dudas del peligro que teme, que la idea de este peligro le afectará mucho menos, y razonadlo mostrando la poca probabilidad de la realización de su idea. Decidle que cuantas veces piense en ello no podrá ser de otra manera que acordándose de su dificultad en realizarse y esta idea dominará muy pronto claramente a la otra. Afirmadle que es inútil querer luchar contra su idea, debiendo examinarla porque mientras más la examine menos le afectará.

Tratad específicamente el insomnio o la agitación nocturna, en caso de que existan.

III. Obsesión de un deseo contrario a la ética del enfermo. — El mayor número de esos casos tienen como sujetos a personas a las cuales la educación religiosa ha sugerido el temor a ciertas tentaciones o a ciertos pensamientos. El operador encontrará en el enfermo una mentalidad singular que debe abstenerse de combatir.

Atraerá la atención del paciente sobre el hecho de que sus ideas no son culpables, atendido a que no las ha buscado voluntariamente, aunque le sobre la razón para intentar librarse de ellas. Decidle que no debe afectarse con exceso, cuando está averiguado que muchos santos varones experimentaron pruebas análogas. Hacedle comprender que su docilidad en seguir vuestras instrucciones ayudará considerablemente vuestra acción.

Se perdería el tiempo intentando demostrar al enfermo la puerilidad de la importancia que concede a su obsesión, lo mismo que si se combate la doctrina de la que es adepto; la sugestión religiosa se ejerce desde la infancia, es decir, desde el momento en que la mentalidad es más frágil. Si encuentra un buen terreno, si se desarrolla de manera que ha de subsistir a pesar del criterio de la razón cuando llega la edad del libre examen, tiene tiempo de incrustarse muy profundamente, y tales sugestiones, arraigadas años y años, no pueden anularse en una o varias sesiones de magnetismo.

Si el enfermo no tiene ninguna prevención contra el magnetismo, hay que obrar como en los dos casos anteriores. De lo contrario, haced la sugestión mental y verbal insistiendo en la confianza que debe prestarle su firme intención de recobrar el equilibrio mental y poder vivir en completa armonía con su doctrina. En ocasiones, el enfermo tiene la ilusión de oír una voz sugiriéndole pensamientos reprensibles, y entonces, hasta cuando el operador le habla, le interrumpe para decirle: «Vea usted, a pesar de sus sugestiones y mientras me las da, oigo que me dicen esto o aquello». Sin perder la serenidad, el operador debe responder que eso no es inconveniente para que sus propias palabras se incrusten en la mentalidad del enfermo y que la voz no llegará nunca a dominar su influencia. Afirmadle que debe considerar con absoluto desprecio las ideas mórbidas que le asaltan, por la sencilla razón de que el espíritu del mal no puede triunfar de una firme intención de orientarse hacia el bien.

Si la posthipnosis se logra rápidamente; si se consigue inducir al paciente con tacto y sin despertar sus escrúpulos a que admita el hipnotismo, es preciso, cuando entra en somnolencia, llevarle a un sueño lo más profundo que sea posible y sugerirle que en el porvenir todas las ideas obsesionantes que acudan a su espíritu no le turbarán en ninguna forma.

En el estado de vigilia o de somnolencia, se le sugerirá que la obsesión ha de presentarse con menos frecuencia, asegurándole que va a sentirse cada vez más indiferente.

Estos casos casi siempre son muy delicados. La creencia en un demonio capaz de venir substancialmente, aunque invisible, a tentar a los humanos, que tuvo como consecuencia las epidemias de posesos y de delirio satánico, en los tiempos en que el fanatismo religioso reinaba sobre muchos espíritus, es todavía enseñada con insistencia a la hora actual. Esta creencia es la causa casi única de la mayoría de las obsesiones.

Capítulo VII

ALCOHOLISMO. — VICIOS. — TOXICOMANÍA

Existen dos métodos para tratar los hábitos mórbidos. El primero consiste en intentar previamente la producción de la hipnosis, aunque para eso sean necesarias numerosas sesiones. Este método es con frecuencia difícil, porque las alteraciones mentales resultantes del alcohol o del uso de diversos tóxicos, opio, cocaína, morfina, constituyen un serio obstáculo. Un cerebro enfermo no reacciona con la manipulación hipnótica como un cerebro normal, y cuanto mayor es el desequilibrio psíquico de una persona, más dificultoso resulta ponerla en hipnosis.

El segundo método, llamado «reeducativo», consiste esencialmente en colocar la mentalidad del enfermo en presencia de ideas antagónicas de sus inclinaciones, y en usar de una autoridad dulce y persuasiva, pero firme, para que acepte el disminuir poco a poco sus dosis.

El magnetismo permite obrar de una manera equilibrante sobre el sistema nervioso del paciente y excitar los centros nerviosos cuya inmediata actividad es útil a la cura: atención, voluntad, etc.

También la acción psíquica comunica al enfermo los estados de alma y las incitaciones de naturaleza reaccionando contra su estado.

Al principio se ha de esperar muy poco de la iniciativa del paciente, y el operador debe hacer un esfuerzo de atención en un sentido favorable a la cura hasta que pueda crear un principio de inhibición.

Sólo voy a dar instrucciones generales, porque cada caso se presenta de un modo particular que es preciso tener en cuenta. En presencia del enfermo, lo primero que ha de hacerse es comprobar si desea realmente convertirse en un individuo normal, si está convencido de que debe abandonar sus prácticas, si lamenta con sinceridad que le dominen la tentación y la costumbre. Todos los enfermos no están bien dispuestos. Hay muchos que, al ceder a las amonestaciones que se le hacen, dicen que quisieran curar, pero que no pueden resistir a su funesta pasión, y en realidad, en el fondo, no están del todo decididos a abandonar un hábito en el cual buscan con frecuencia un derivativo de penosas reminiscencias. El gusto de lo ficticio y de los paraísos artificiales basta a explicar la aberración de cierto número de toxicómanos que hacen involuntariamente pensar en la frase de Baudelaire:

*«Nous voulons au passage au plaisir clandestin.
Que nous pressons bien fort comme une vieille orange.»*

Conviene tratar de descubrir a qué categoría pertenece el enfermo; es decir: 1.º, si su estado resulta de imprudencias consecutivas, de una curiosidad que fue el primer

paso en la pendiente resbaladiza; 2.º, si la tristeza, las decepciones, etc., entran en algo en el determinismo de su caso; 3.º, si parece movido por un refinamiento mórbido deliberado. Con razones adecuadas y la sugestión indirecta adaptable al caso, habrá que esforzarse en persuadir al enfermo de que siga dócilmente el tratamiento, e incitarle al deseo de querer curar. Si deplora con sinceridad indudable haber llegado a ser víctima de la costumbre, a consecuencia de dos o tres ensayos imprudentes, decidle que el yugo de esta costumbre no es tan inflexible como él se cree, y que el hecho mismo de reprobirla y de sentir con este motivo una especie de rebelión íntima e intermitente, tiende a quebrantar su fuerza. Conversad todo el tiempo posible acerca de los inconvenientes de su estado, sin recargar el cuadro y un poco con el tono que se hablaría a un enfermo en gran parte curado: «Acaba usted de escapar de una buena». Inversamente, mantened su pensamiento con palabras bien meditadas sobre las ventajas y las satisfacciones que encontrará en su curación. Hacedle sentir hábilmente que en aquel momento representa un papel dudoso, y que hasta no habiéndose decidido a la consulta, estáis seguro del predominio de esta idea, que al cabo vencería sus escrúpulos con algunos esfuerzos enérgicos. Servios de lo que os diga para demostrarle lo bien fundado de vuestras propias palabras. Añadid que su cura será mucho más fácil con vuestra ayuda.

Si el enfermo ha llegado a morfinizarse o beber a consecuencia de tristezas, es preciso hacerle vibrar la cuerda del ergotismo, atrayendo su atención sobre la circunstancia de que, en vista de sus cualidades personales, debe experimentar el deseo de dominar sus reminiscencias penosas y que no debe permitir al destino privarle de alegrías sanas confinándose en una condición mental inferior. Tratad de despertar en su ánimo las tendencias a las satisfacciones de la vanidad, al regocijo de la acción, hasta a los placeres en general. De este modo haced que nazcan deseos antagónicos a la pasión contraída, y sobre todo al estado en que se encuentra reducido el paciente.

Si no se quiere excitar el ergotismo, y siempre que sea altruista la moral del sujeto, se puede muy bien hablarle del deber, de la abnegación, del empleo de sus facultades en una noble tarea, del olvido de sí mismo, de la alta significación de realizar el bien, etc.

El operador que no conozca desde el primer momento la mentalidad del enfermo debe ser muy prudente, hablar poco y hacer hablar al sujeto de modo que pueda formarse una opinión sobre su carácter.

Acordarse bien de que todas las potencias del entendimiento no están del lado de la costumbre y que se trata de utilizar elementos contrarios a ésta, estimularlos y darles poco a poco la superioridad.

Una idea, cuidadosamente elegida de acuerdo con la mentalidad del enfermo y que usando de cierta habilidad llegue a penetrar en su cerebro, es un germen del que puede surgir la cura. Yo he curado a un morfinómano cuyo grandioso orgullo adiviné desde el primer examen, predicándole la teoría del «ubermensch» según Nietzsche.

Cuando se trata de un refinado, de un decadente, la misión resulta difícil, porque la prudencia aconseja no mostrarse con mucho descaro el adversario de las costumbres mórbidas. En opinión de algunos toxicómanos, los que no usan drogas se privan de exaltaciones psicoemocionales superiores. Lo que siempre se puede preconizar es la ventaja de dominar el hábito, haciendo cada vez más raro el uso pernicioso con objeto de que las sensaciones no se emboten a causa de ser repetidas y también para no pagar sus goces con inconvenientes muy graves. Conseguido este primer resultado, falta persuadir al enfermo de que el verdadero refinamiento es muy distinto de lo que él cree, y ante todo exige el equilibrio perfecto, el único que permite apreciar cuánto puede seducir el espíritu, el corazón y hasta los sentidos.

Realizado este trabajo preliminar se puede comenzar el tratamiento propiamente dicho. Cada sesión constará, en primer lugar, de una magnetización general seguida de acciones excitatorias sobre los centros nerviosos de la voluntad, de la tensión, de la personalidad, etc.; y en segundo lugar, una serie de sugerencias verbales y mentales que habrán de formularse teniendo en cuenta la clase de persona en tratamiento y también el caso y su grado de evolución. Esta fórmula de sugestión se ocupará: a) de hacer un resumen de los inconvenientes que presenta el estado del sujeto; b) de la representación de las ventajas que lleva consigo la cura; c) de la demanda al paciente de fijar ahora su pensamiento en la resolución de dominar las incitaciones mórbidas, y, por último, de afirmarle que experimentará en lo sucesivo una atenuación notable en la necesidad de satisfacer su pasión, por lo que muy pronto le será imposible decidirse a ceder a las tentaciones, de tal modo le parecerán desagradables.

En los primeros tiempos conviene ayudar el esfuerzo del paciente con una sesión diaria de telepsiquia, efectuada, a ser posible, en la hora en que duerme, o bien en la hora de la principal manifestación de su estado mórbido.

Terminadas las sugerencias, se podrá acabar la sesión directa con un ensayo de hipnotización total. De esta forma, sin tanteos, entrarán en acción todos los factores susceptibles de ayudar a la curación del paciente.

' El tratamiento psicomagnético no debe excluir los otros medios auxiliares: régimen alimenticio de desintoxicación, derivativos, etc. Si el enfermo dispone de recursos, se le puede agregar una persona inteligente bien enterada de la psicoterapia, y ésta hará el oficio de un sugestionador continuo. Sin molestar ni fatigar al paciente con sentencias o representaciones morales, se procurará evitarle toda incitación desgraciada de ceder a la tentación y presentarle constantemente a su espíritu los elementos sanos, agradables, las ideas indirectamente opuestas a su tendencia enfermiza.

Toda autoridad moral ejercida con tacto es en extremo eficaz. Los viajes, distracciones estimulantes para la inteligencia, los deportes, la gimnasia, etc., son igualmente muy útiles.

Capítulo VIII

EL ASCENDIENTE MORAL

El ascendiente moral puede establecerse de tres maneras distintas: primero, con un dominio ejercido inspirando el temor; segundo, con la sugestión hipnótica; tercero, con la sugestión mental.

Las personas que se pretenden objeto de un ascendiente moral son con frecuencia víctimas de perturbaciones cuya causa está en ellas mismas y que interpretan inexactamente. En realidad son débiles o, lo que es lo mismo, debilitados que amplifican sus percepciones por autosugestión y se aterrorizan con exceso.

Hay ocasiones en que una simple amenaza puede engendrar la monomanía de la persecución.

Para formarse una opinión justa de un caso en que el individuo afirma que es objeto de una presión moral, de una influencia a distancia o de algo análogo, es indispensable que el operador pueda examinar al personaje designado por el enfermo como causante del desorden que le abruma. En presencia del acusado es fácil observar si tiene los conocimientos, el desarrollo y el espíritu de dominación susceptibles de justificar los temores del paciente.

Es preferible aplicarse a aislar al enfermo de la influencia y no obrar directamente sobre el personaje supuesto fautor, aunque parezca en realidad justificar la acusación que se le hace.

Si el enfermo pretende sentirse influido a ciertas horas y es posible, sin decírselo, distraer la atención del individuo que le influye y en el momento preciso que le designa su víctima como operante, aquello le podrá servir de criterio relativo.

Examinemos primero el caso de influencia por intimidación. Es el más sencillo y el más fácil. El operador puede mostrar la mayor seguridad. Dirá al enfermo: Muy bien, vamos a obrar en forma que permanecerá usted insensible a todas esas maniobras y su voluntad no será de ninguna manera afectada. Invitando al enfermo a sentarse cómodamente, se comenzará por hacerle guardar la inmovilidad más completa durante una hora, cogiéndole un puño para fijarle dulcemente, y efectuar con la mano una suave presión sobre lo alto de su cabeza. En seguida se aplicará el procedimiento indicado para producir la hipnosis consecutivamente al estado de vigilia, y aunque no se manifieste el sueño completo, se darán las sugestiones siguientes sin que se deje traslucir al enfermo que se tenía la intención, primitivamente, de inducirle a un sueño más profundo: Ahora está usted sereno y tranquilo..., no experimenta ninguna sensación desagradable..., sus ideas son más claras..., sabe exactamente lo que le conviene hacer y nadie podrá obligarle a obrar contra sus deseos... Va usted a ver ahora que

X... sólo le causará un efecto despreciativo... Advertirá que ha perdido su influencia..., hasta quizá le parecerá ridículo..., observará que su voluntad queda firme e inquebrantable y que en definitiva X... pierde su tiempo y su trabajo... Fa usted a notarse poderosamente consolado..., sin temor..., difícil de conmover... Ya no será tímido..., no será nervioso..., se encontrará satisfecho en todas las circunstancias y en particular delante de X... Lo que le diga no le turbará... Por otra parte no tiene ningún poder sobre usted... ninguna influencia magnética... Su propia voluntad se sentirá sostenida por la mía y no ha de ceder en nada... Está usted sereno... tranquilo... satisfecho...

Procúrese también que el enfermo se comprometa a practicar mañana y noche la respiración profunda, que anula el estado ansioso y regenera la fuerza nerviosa.

Veamos ahora cómo se procede con una persona que pretende haber sido objeto de una sugestión hipnótica: Ésta puede afirmar que ha recibido de su hipnotizador la orden de quedar impasible a cualquier otra influencia extraña, lo que no impedirá el hipnotizado con una combinación de procedimientos. Ensayad primero un método puramente sensorial, por ejemplo el espejo rotativo, diciendo al individuo que el efecto de este objeto es independiente de toda sugestión anterior. Si no se duerme por completo a la primera sesión (o es imposible que no experimente la pesadez y la somnolencia) empezad en la segunda por desprenderle magnéticamente aplicando — después de haber tomado la relación — vuestra mano izquierda en la frente y vuestra mano derecha en la nuca, en seguida volved a colocarle delante del espejo, con vuestra mano izquierda sujetando su puño izquierdo, vuestra mano derecha apoyada sobre el vértice dirigiendo una acción psíquica concentrada y sostenida sobre el sujeto. En cuanto dé señales de oclusión de los párpados y haga varias veces, uno tras otro, un movimiento de deglución, es el momento en que va a dormirse. Debéis entonces empezar a sugestionarle en el tono más imperioso posible: Ahora sus ojos se cierran... sus ojos se cierran... están cerrados... no puede usted abrirlos... Su cabeza se ha puesto pesada... Duerme usted irresistiblemente... El sueño le vence... el sueño le penetra... es cada vez más profundo... Duerma... duerma... Sólo yo podré despertarle... Cuando diré «siete» quedará usted en el sueño más profundo. Servirse aquí de las fórmulas descritas en el Libro II para la hipnosis frustrada y profundizad en lo posible el sueño del paciente con pases muy lentos, cargando el encéfalo, la cabeza y el pecho.

Cuando se haya comprobado que el sueño hipnótico está bien producido, decid al sujeto: Ya puede usted hablar; tiene usted ganas de hablar... nada se lo impide... Recuerde exactamente lo que voy a preguntarle... Haga un esfuerzo; se lo ordeno... Acuérdesse de la última vez que fue hipnotizado... Quiero que fije toda su atención en este hecho. ¿Qué persona le ha dormido? Descríbame a eso, persona...

Obtened de este modo todos los informes que os interesen y en particular las sugestiones exactas que fueron dirigidas al sujeto. Acaso éste os diga: «No puedo responder; me han prohibido decir nada, no puedo hablar.»

Hágase entonces la pregunta en esta forma: Conforme; pero ¿quién se lo ha prohibido? ¿Qué es lo que se le ha prohibido repetir?

Con frecuencia la respuesta surgirá naturalmente, porque, a menos de ser muy experto el hipnotizador primitivo, sólo habrá prohibido al sujeto acordarse o repetir sus palabras. Como el subconsciente no conserva nada de las impresiones recibidas en dicha primera hipnotización, basta salvar la dificultad con una pregunta imprevista.

Otra manera de obtener revelaciones es decir al sujeto que va a ver entrar en la habitación a una persona que conoce y que ya le ha hipnotizado. Cuando esté creada la alucinación, hacedle derivar en provecho de lo que se desea saber. Para esto se hace como si preguntara el personaje imaginario: Desea saber si recuerda usted su nombre y si puede decirlo en alta voz... Le pregunta si se acuerda bien de las órdenes que dio durante el sueño y cuáles son éstas, etcétera.

Para tratar a una persona hechizada, sugestionada a distancia, etc., es necesario someterla previamente a otro procedimiento, en dos o tres magnetizaciones con pases rápidos de la cabeza al epigastrio, a lo largo de la columna vertebral y aplicando la mano derecha a la nuca y la izquierda a la frente. En el transcurso de esta magnetización se conversará con el sujeto para darse cuenta del nivel habitual de sus pensamientos. Después se convendrán una o varias entrevistas en los momentos que se siente turbado por la influencia de que se queja. Conviene, antes de la primera entrevista, tener ya pensado el asunto de una conversación susceptible de interesar profundamente al enfermo y de orden mucho más elevado que el de sus pensamientos habituales. Llegado el instante oportuno, decidle: Vamos a esperar que algo se produzca para comenzar la sesión, y habladle con habilidad del tema meditado. El lector habrá comprendido que se trata de crear en el paciente un estado mental cuyo tono de vibración sea inarmónico con la influencia del sugestionador incógnito. Este método resulta de diez veces nueve cuando las causas de las perturbaciones experimentadas por el enfermo son bien exteriores al mismo.

Si en un momento cualquiera el sujeto interrumpe la conversación para quejarse de que experimenta los malos efectos habituales de la influencia a distancia que cree sufrir, aplicadle el tratamiento previsto para la ansiedad, pero en lugar de mantenerle con los ojos cerrados, haced que los abra y fijadle continuamente para forzar su atención a permanecer atraída hacia lo que decís. Sugestionándole, dad pases desprendentes sin parar.

No hay duda alguna de que el enfermo estará mucho menos afectado que de costumbre, cualquiera que sea la causa real de su malestar.

Un sonámbulo lúcido o un «médium» serio podrá ser en este caso de gran utilidad dando al operador las indicaciones sobre el estado del paciente y sobre la persona que se supone obrando contra él.

Bastará poner al sonámbulo y al enfermo en contacto con las manos para que el primero perciba de qué se trata.

Capítulo IX

LOS TRATAMIENTOS A DISTANCIA

En principio, la telepsiquia permite obtener efectos curativos a distancia, pero este modo de tratamiento, verosímilmente no se propagará en muchos casos, teniendo en cuenta el enorme gasto de tiempo y de energía que reclama⁵¹.

Para llevar a cabo el tratamiento telepsíquico es indispensable poder representarse los órganos en el estado en que se encuentran realmente; penetrar, con la imaginación, en el interior de dichos órganos y representar las modificaciones sucesivas que se desean llevar a su funcionamiento.

Un individuo muy bien dotado o en extremo preparado podrá limitarse a concentrar su espíritu en la representación mental de la cura, del alivio del dolor, de la mejoría, de las actitudes exteriores del enfermo, tales como serían cuando estaba bueno, pero de todas maneras este método adolece del defecto de ser más largo que el nuestro.

Sin usar de telepsiquia, y sobre todo si el enfermo está animado de cierta confianza en el operador, se le puede inducir a autosugestiones en un sentido favorable. De este modo conseguí hace once años la curación de un paralítico de ambas piernas que habitaba a seiscientos kilómetros de París. Le había prescrito que se colocara en cierto momento del día en un estado de pasividad cerebral, conservando su mirada fija en una bola de cristal, después de repetir una larga fórmula de sugerencias muy expresivas. También le previne que pusiera en la habitación un despertador en movimiento con el timbre regulado para sonar cuarenta y cinco minutos después del principio de la sesión. El enfermo, según mis indicaciones, debía hacer un brusco esfuerzo de voluntad para incorporarse en el momento preciso de sonar el despertador. En el primer ensayo, consiguió sostenerse un instante en sus piernas quedando impresionada su imaginación en sentido favorable. Temiendo que se determinara en el individuo una crisis nerviosa a consecuencia de un esfuerzo prolongado, quedamos convenidos en que pondría en un solo impulso toda su energía mental y física, ampliamente concentrada con las autosugestiones preliminares. El paralítico aludido esperó con ansiedad la hora de la segunda sesión, absolutamente persuadido de que iba a poder andar, como así ocurrió con gran asombro de todos los que lo presenciaron.

Este experimento puede ser intentado por el lector con grandes probabilidades de éxito. Toda impresión profunda sobre el subconsciente, toda reacción bruscamente provocada pueden operar transformaciones extraordinarias en el estado físico y moral de un enfermo. El procedimiento por autosugestión puede combinarse con

⁵¹ Ver respecto a este asunto El Hipnotismo a distancia.

ventajas unido al ejercicio real de la telepsiquia, no olvidando que las reacciones bruscas sólo tienen buen efecto en determinado número de casos.

Muchos principiantes quieren ir demasiado de prisa y se empeñan en experimentos para los cuales es insuficiente su preparación. En materia de telepsiquia, especialmente, no se puede contar con obtener resultados seguros y seguidos más que a condición de empezar por las cosas más fáciles. Antes de ensayar la cura a distancia de una afección crónica, por ejemplo, haced el experimento de combatir un estado de ansiedad en una persona que no se encuentre lejos de vuestra residencia. Continúad con algo más difícil y así sucesivamente.

La receptividad del sujeto es un elemento importante. Si se trata de una persona fácil de influir, es posible realizar eventualmente un experimento que produzca verdadera sorpresa. Lo contrario ocurre cuando el sujeto es poco permeable al pensamiento de otro, cuando se trata de una persona concentrada, voluntariosa, desconfiada; en este caso, hasta el experimentador más reputado emplea mucho tiempo en conseguir un éxito apreciable.

Pero la perseverancia y la energía, aquí como en todo, logran su recompensa, aunque ésta no sea proporcionada al esfuerzo que se realiza.

LIBRO SEXTO

APLICACIONES INDIVIDUALES: CULTURA PSÍQUICA Y MAGNETISMO PERSONAL

Capítulo Primero

CULTURA PSÍQUICA

1. Objeto de la cultura psíquica. — 2. Determinismo y libre albedrío. — 3. Principios generales. — 4. La idea, el concepto y la realización. — 5. Es necesario hacer un esfuerzo.

1. OBJETO DE LA CULTURA PSÍQUICA. — El objeto de la cultura psíquica es desarrollar los medios con los cuales podemos obrar, con propósitos deliberados, en nosotros mismos, en las personas extrañas y en la trama de los acontecimientos que nos afectan. Es preciso primero tener conciencia de tales medios, en seguida resolverse a aplicarlos y por último hacerlos intervenir, desarrollarlos de manera que representen un papel tan importante como sea posible en el determinismo de nuestra existencia. La cultura psíquica interesa a todos los que están dispuestos a realizar un esfuerzo, aplicada en las condiciones requeridas para que tenga su máximo efecto con el designio: de mejorar su salud, de aumentar la resistencia de su organismo, de obrar sobre las funciones por autosugestión; de regularizar la impresionabilidad, la emotividad, la sentimentalidad, la impulsividad, la imaginación, la memoria y las demás manifestaciones subconscientes y colocarlas bajo la dirección de la idea reflexiva, del juicio y de la voluntad; de poder anular, si el caso ocurre, la influencia sobre ellos de los otros considerados individualmente, del medio ambiente, del colectivo, con objeto de conservar la entera libertad de su pensamiento y de su acción; de ejercer una influencia decisiva, predisponiéndoles en su favor, sobre todo los que se les aproximen para un negocio eventual, de tal manera que consiga especiales consideraciones y el aprecio de sus facultades, de sus aptitudes, de su valor intrínseco, etc., de saber, en su esfera, cómo inspirar los sentimientos y las ideas susceptibles de orientar últimamente a los que han de interesarle; de reunir la mayor suma de elementos de éxito y de resistencia a la adversidad; de efectuar un progreso continuo, acrecentando la extensión y el vigor de sus facultades y la amplitud de su inteligencia y de sus medios de acción.

2. DETERMINISMO DEL LIBRE ALBEDRÍO. — El ser humano, por un determinismo en el cual no se cree que tenga ninguna intervención, se encuentra colocado en condiciones de existencia definidas. Su estado psíquico, sus facultades, sus tendencias, sus aptitudes, su género de vida, parecen depender de causalidades estrechamente encadenadas. Así los talentos y aptitudes son innatos, subconscientes; las tendencias y los conceptos son poderosamente influidos por la constitución fisiológica; el carácter depende de la herencia, del organismo, de la organización recibida en la infancia y en la adolescencia, de las impresiones impuestas por los acontecimientos, etc. La cultura psíquica permite comprender en una amplia medida la cadena de las causalidades, de saber la manera de evitar

algunos de sus efectos y de utilizar los otros de acuerdo con una directiva concebida tan libremente como sea posible.

3. PRINCIPIOS GENERALES. — El primer paso que ha de darse es reducir todo lo posible el determinismo fisiológico y en lo que se refiere a la vida psíquica adoptando reglas de donde resulte el equilibrio de las funciones orgánicas y la facilidad de su dirección. Esta regularización acarrea en cierta medida la del automatismo psicológico, de la impulsividad, de la impresionabilidad, de la intelectualidad subconsciente; percepciones, memoria, etc. Por medio de meditaciones razonadas según los principios racionales, se tratan intelectualmente las nociones, las ideas, actuando contra las que proceden del automático intelectual fisiopsico-lógico. La autosugestión asegura poco a poco la preponderancia de las ideas sanamente deliberadas y coloca la voluntad bajo su dirección; tiene, además, una acción directa sobre las funciones orgánicas, sobre las facultades, las tendencias, las costumbres y permite reeducar sistemáticamente el subconsciente y transformar la impulsividad resultante del determinismo con un automatismo razonado según las deliberaciones asimismo razonadas⁵².

Todo eso exige una serie de esfuerzos comparables a los que efectúa un nadador para remontar la corriente de un río. La buena voluntad pura y simple permite siempre una tentativa de reacción que, si es repetida, desarrolla el poder de inhibición, la energía moral y crea poco a poco la costumbre de mantener y de ejecutar sus decisiones, es decir, la voluntad. Esta última calificación es el principal elemento de la influencia personal; merced a ella se consigue aplicar con fruto las leyes de la sugestión, adaptándolas a la vida, obrar con ese juicioso espíritu de método y la fijeza en las ideas que dan siempre el éxito al menos en cierta medida, y reunir para la lucha y la resistencia todas las energías y todos los medios de acción.

4. LA IDEA, EL CONCEPTO, LA REALIZACIÓN. — Toda idea ampliamente meditada conduce a un concepto preciso que en razón de las leyes de estrecha solidaridad de lo moral y de lo físico, obra en el organismo, de igual modo que en razón de la ley de asociación de las ideas, dicho concepto modifica más o menos las tendencias, las inspiraciones que se elaboran en el subconsciente. La cultura psíquica hace intervenir la idea que hace falta para modificar ventajosamente el determinismo. Al deseo de cambio psicofísico, de progreso, de éxito, de evolución (que la literatura psicofísica se esfuerza en estimular desde hace veinte años), se le asocia la idea de la posibilidad de realizar ese deseo, la idea de la necesidad para eso de un esfuerzo, la idea de crear en sí mismo el determinismo confiando en dicho esfuerzo, por medio de la lectura, la meditación, la autosugestión, etc. El pensamiento es una verdadera potencia. En el hipnotismo han tenido los fisiólogos la prueba experimental de esta potencia, particularmente en las observaciones de los fenómenos de vejigación por sugestión, modificación de la composición de la sangre en las emociones violentas, curas operadas por los efectos reflejos y vasomotores con una profunda impresión en el intelecto del enfermo. Los psicólogos saben la importancia del papel de las ideas procedentes del exterior sobre la

⁵² Ver mi Tratado de autosugestión

mentalidad de los colectivos y de los individuos; los psi-quistas han impulsado el estudio del pensamiento hasta en sus efectos exteriores, hasta en su acción sobre las personas en quienes se piensa, y varios de ellos nos afirman con los teósofos que nuestras actividades intelectuales crean verdaderos agentes cuya influencia suponen actuante en nosotros mismos, en los demás y en las causas seguidas de los acontecimientos que nos afectan. Aunque comparto esta última opinión, no examinaré su aspecto en los elementos que van a seguir, porque mi propio convencimiento sólo tiene un valor individual.

5. ES NECESARIO HACER UN ESFUERZO. — LOS individuos bien dotados o a los cuales un talento innato ha hecho la vida fácil y valido la mayor parte de las satisfacciones por las cuales lucha la humanidad, piensan raramente en la cultura psíquica. Habiéndoles sido favorable el determinismo, no experimentan el deseo de «remontar la corriente». Su personalidad posee dos o tres buenos resortes, cuya actividad les permite representar fácilmente un papel bastante útil y simpático para valerles una situación envidiable. Están bien servidos por sus facultades innatas, pero también le son estrechamente tributarios. No siendo unilateral la actividad de su «yo», su vigor físico es débil o nulo para todo lo que no se refiere al género de trabajo a que son predispuestos. Un artista, un literato, un ingeniero, un médico, un hombre de negocios, un artesano, dotados de facultades excepcionales para su profesión, por la misma facilidad de sus éxitos, son incitados a una pasividad mora; de la que pueden resultar golpes adversos y hasta el aniquilamiento de su valor. Para el uno será una pasión psíquica o moral que sordamente le domina y le conducirá a una condición mórbida; para el otro una herida emocional, cuyo recuerdo desequilibrará para siempre su armonía interior; para el tercero un fracaso financiero, imposible de rehacer sin que ponga en acción cierta clase de facultades que nunca pensó en desarrollar, etc. Sin hablar de lo peor, ¿no se ve con frecuencia a un hombre notoriamente intrépido esclavizado por una hija; un industrial de mérito incapaz de autoridad en su vida privada; un beneficiario de gruesa sinecura perdido en el juego que le devora cantidades exageradas de dinero; un artista que por desesperación de amor cae en la toxicomanía y se hunde en lo físico y en lo moral; un individuo cuyos recursos disminuyen, atormentado día y noche por la idea de tener menos lujo y menos satisfacciones de amor propio? Hacer un esfuerzo parece ser una ley común y hasta los favorecidos por el destino harán bien desarrollando el conjunto de sus facultades y adquiriendo el dominio personal.

Consideremos cuánto más potente es la personalidad de otros individuos, también favorecidos como los anteriores por facultades excepcionales, que encontraron al principio de su vida serios obstáculos para el desarrollo de sus méritos y la expansión de sus talentos. Tuvieron que luchar. Han debido imponerse no solamente con esfuerzos de trabajo, sin los cuales nadie llega a nada honroso, sino también con privaciones que les revelaron su poder de dominio sobre sus apetitos y hasta sobre sus necesidades. Debieron renunciar temporalmente a la mayor parte de las alegrías disfrutadas por los jóvenes de su edad. Inquebrantables, han tenido que resistir a los impulsos que los conducían a dispersar sus energías y sus medios materiales. Ignoraron la adulación, la vanidad, la molicie.

La medianía, la penuria, la obscuridad, no arruinó su vigor moral, evitándoles por el contrario esa multiplicidad de estados de alma en que el hombre incapaz de desprenderse de los lazos amablemente tendidos por la vanidad del colectivo derrocha estérilmente sus fuerzas. La escasez de sus recursos, aislándolos de la multitud, los ha acostumbrado a extraer de ellos mismos sus inspiraciones, sus entusiasmos, sus estímulos. Son ahora fuertes porque saben que pueden sufrir. La posibilidad de una desgracia sucediendo a sus éxitos no los atormenta; no llegarían a temerla por haber ya combatido con ella. Y si los hiere o amenaza alguna aflicción independiente de su voluntad, le opondrán la lucidez, la serenidad y la rectitud de juicio requeridas para evitarla y si es posible paliar los efectos a aceptarla fríamente sin exagerar su importancia.

Los que a la inversa de los anteriores acuden a la cultura psíquica son generalmente guiados por la comprobación introspectiva de la insuficiencia de sus medios de acción. Algunos abordan la cuestión de una manera muy determinada y sacan rápidamente todo el beneficio posible.

Pero la mayor parte de ellos, ante el contraste de su debilidad y de la especie de superhombre que se les pinta enfáticamente en los «cursos» usuales, acaban por desconcertarse y con mucha facilidad se dejan vencer por la tendencia a la inercia que está en el fondo de cada uno de nosotros, creyéndose incapaces del esfuerzo exigido por la cultura psíquica.

Declaran que no tienen bastante voluntad, que los rodean personas que ejercen una acción disolvente sobre su escasa energía, que su nervosidad les prohíbe toda sucesión en las ideas, que esforzándose en conservar de propósito deliberado tal o cual idea, los fatiga o les da dolor de cabeza, que su trabajo diario adicionado con las preocupaciones de su vida privada agota sus reservas psicofisiológicas. Y todo esto es con frecuencia verdad.

Persisto no obstante en decirles: haced un esfuerzo... muy poca cosa para comenzar; conceded solamente algunos minutos de atención a mi sistema o a cualquier otro análogo. Detrás de este acto de atención reunid todos vuestros deseos de liberación, todas vuestras aspiraciones al crecimiento de vuestras fuerzas, todo vuestro impulso hacia las mejoras psíquicas, morales y materiales, toda vuestra repulsa íntima contra las inarmonías que os estremecen, contra el dominio del más fuerte, contra el fardo aplastante que el determinismo ha colocado sobre vuestros hombros... Haced un esfuerzo tímido, vacilante, hasta desconfiado — retenidos como estáis todavía por la duda — para conformaros a las leyes de esta cultura que realiza las fuertes personalidades. ¡Remontad la corriente! ¡Ensayad! No iréis probablemente muy lejos al primer impulso. Por muy lamentable que sea la persistencia en vuestros errores, habréis adquirido un poco más de fuerza para la segunda tentativa. ¡Volved a ensayar! No soltéis la presa, no la abandonéis. Cuando vuestro deseo se debilite; cuando la energía se os agote y la inercia se apodere de vosotros, continuad pensando en la directiva del éxito y rechazad la enojosa tendencia al renunciamento. Poco a poco una nueva incitación a obrar, más vigorosa que las precedentes, os comunicará un nuevo impulso. Después de varias tentativas se harán sentir los primeros resultados. Aquí se os

tiende entonces un nuevo lazo. De vuestra misma satisfacción nacerá un impulso a descansar en los laureles, a creer la misión acabada. No os dejéis engreír; proseguir en vuestro empeño y que la costumbre de un esfuerzo regular sea en adelante la balanza que fije el período diario de la actividad y del descanso psíquicos.

Para aplicar las indicaciones que van a seguir, los menos bien dotados no son, como se pudiera creer, los mediocres de que acabamos de hablar, sino más bien los numerosos individuos, lo mismo hombres que mujeres, cuyo ideal se formularía con bastante exactitud dulce far niente y dilettantismo. La idea de esfuerzo les parece dura de aceptar, con mayor motivo teniendo en cuenta que no equilibran de ninguna manera sus aspiraciones con sus facultades, soñando con disfrutar de todos los placeres del encumbramiento sin advertir la insuficiencia de sus medios actuales para conseguirlo. No quiero negar la suerte — no dada en un conjunto de causalidades mal definidas—, pero ¿quién puede enorgullecerse de captar esta locura? Me parece bien, por otra parte, que el mejor recurso para seducirla sea obrar no contando con ella. Los contemplativos, las almas refinadas, los decadentes, deben determinarse — provisionalmente al menos — a realizar el esfuerzo voluntario. Así lograrán ir adelante en la consecución de sus deseos, conservarlos si los obtienen en medio de la competencia general, y también no embotar con un abandono abúlico la facultad de sentir que les resulta tan preciosa.

Capítulo II

ALIMENTACIÓN, RESPIRACIÓN, EQUILIBRIO Y FUERZA NERVIOSA

1. Una ingeniosa comparación. — 2. La respiración. — 3. Cómo determinarse. Objeciones y respuestas.

1. UNA INGENIOSA COMPARACIÓN. — Consideremos el organismo como un conjunto de cuatro fábricas compuestas de tal manera que el buen funcionamiento de la una sea solidario del buen funcionamiento de cada una de las otras tres. El aparato digestivo, el estómago, el intestino y sus anexos representan las diversas máquinas de una fábrica hidráulica. Esta primera fábrica transforma los alimentos en productos inmediatamente asimilables por la sangre. El tejido líquido pasa de continuo por la fábrica neumática, es decir, el aparato respiratorio, formado de los pulmones y de los bronquios, donde rechaza los elementos tóxicos al contacto del oxígeno del aire inspirado. El corazón y el sistema vascular, o sea una bomba aspirante e impelente adaptada a una canalización centrífuga y centrípeta, tal es la organización de la tercera fábrica.

La no toxicidad de los alimentos absorbidos, la oxigenación suficiente de la sangre que se elabora y la activa circulación de esta última, son las tres condiciones principales del equilibrio fisiológico y de la adecuada producción de la fuerza nerviosa — comparemos ésta a la electricidad — necesaria al funcionamiento regular y potente del cerebro y del sistema nervioso, muy semejante a una fábrica eléctrica.

Cuando una de las cuatro fábricas se encuentra de un modo insuficiente o con exceso, mal alimentada, cuando se produce un defecto cualquiera en el funcionamiento, las otras tres se resienten inmediatamente. La alimentación hipertóxica altera la composición de la sangre, que a su vez deteriora los diversos órganos donde circula, aportándoles los desechos en lugar de un alimento sano, perturba notablemente las funciones cerebrales y disminuye su actividad no dejando extraer de su composición alterada más que una cantidad insignificante de fuerza nerviosa.

La sangre intoxicada por los desechos de los diferentes tejidos que alimenta debe ser purificada por la fábrica neumática; su vitalidad depende de la cantidad y de la calidad del aire respirado. De aquí la importancia de la respiración para el desarrollo psíquico. El pensamiento es potencia con continuidad, si el cerebro tiene mucha fuerza nerviosa a su disposición, y ésta, ya lo hemos dicho, se elabora en la sangre que suministra mayor cantidad cuando es más rica.

Según lo que precede, toda reeducación psíquica debe iniciarse con la instauración de un régimen alimenticio hipotóxico y moderado.

2. LA RESPIRACIÓN — Se puede considerar el aire como el depósito donde se consume la energía psíquica. Su papel indirecto sobre la fuerza nerviosa deberá estar presente en el espíritu del debutante hasta que se habitúe a lo aquí preconizado; airearse siempre ampliamente, preferir el frío a la escasez de aire, no cerrar nunca por completo la ventana de su dormitorio, caminar a pie todo lo posible, y adquirir cuanto antes la costumbre de una sesión matinal de gimnasia respiratoria. Activar la respiración por todos los medios. La tentativa cien veces renovada, cuando se piensa rectificar la posición del busto irguiéndole sobre los hombros, hará esta actitud habitual y continua. Una aspiración completa puede descomponerse en tres tiempos: hinchazón de la parte inferior del abdomen, extensión de las costillas y elevación de las cimas pulmonares. Es necesario respirar hacia arriba. Los sedentarios, cuyo trabajo habitual demanda atención sostenida que debilita el ritmo respiratorio, están más interesados que nadie en compensar esa desventaja con la práctica moderada de un deporte o por lo menos con sesiones de respiración profunda, enviando el aire a las cimas de los pulmones. La tuberculosis comienza en las cimas. Saturar todo el parénquima pulmonar de modo que el aire puro aumente poco a poco la robustez del aparato respiratorio, y los flacos, los débiles, los que temen los ligeros fríos, pueden con esta práctica llegar a ser resistentes.

3. CÓMO DETERMINARSE. OBJECIONES Y RESPUESTAS. — Dos obstáculos se alzan ordinariamente entre el conocimiento de lo que se quisiera hacer y la aplicación práctica. El primero es la inercia natural del hombre; el segundo, seguramente inspirado en el primero, es la idea preconcebida de que resulta desagradable, molesto, fastidioso, amoldarse a un programa.

Por esto las objeciones nacen espontáneamente. Primero la duda: «¿Será eficaz en realidad? El señor X..., que ha triunfado de modo soberbio, nunca necesitó ese régimen». Yo respondo: «Si posee usted las mismas facultades que él y está favorecido por iguales circunstancias, las indicaciones aquí expuestas no le serán indispensables para triunfar; sin embargo, han de ser útiles a su equilibrio, a su salud, a su bienestar, al dominio de sí mismo, de las personas y de los hechos. El éxito es una cosa, el gobierno de sí mismo es otra, y faltando éste es imposible aprovecharse de todas las satisfacciones del triunfo. El señor X..., siguiendo un método de cultura psíquica aumentará sus facultades en un momento dado.»

Después de la duda es el fastidio el que presenta su máscara doliente: «No es una existencia agradable reprimirse, privarse de alimentos que gustan, imponerse sesiones de respiración, etc.» Respuesta: «Usted prefiere tal alimento porque está acostumbrado; ofrezca compartir su régimen a un árabe, un turco, un chino, hasta a un inglés, y le dirán que prefieren el suyo, encontrando detestables algunos de los manjares que a usted le engolosinan. Después del esfuerzo inicial de selección en los alimentos, y transcurridas varias semanas, su nuevo «régimen», que no es en

suma otro que el seguido por usted actualmente, modificará su gusto y lo preferirá al antiguo. En lo que se refiere a la respiración, cuando al cabo de una quincena aprecie sus resultados, reconocerá que valía la pena. Además, como para la alimentación, creada la nueva costumbre, impuesta al subconsciente, al automatismo, no exige más esfuerzos.»

Por último, surgirá la insidiosa voz de la inercia: «No tengo bastante voluntad; para aplicar todo lo que usted dice es necesario ser enérgico»⁵³. «¿Quiere usted decir que no experimenta la impulsión determinante suficiente para el esfuerzo que le propongo? No es la voluntad lo que le fracasa, es el impulso. Cuando el deseo de comunicar una noticia a uno de sus amigos le impulsa a salir de su casa con objeto de ir a su encuentro, realiza usted un acto de voluntad; esta última facultad se inclina del lado de la balanza donde acaba de obrar el deseo más potente. En el ejemplo que he elegido es el deseo de la aprobación, del efecto que se va a producir, de producir el asombro (*vanitas vanitatum*) los que entran en juego; le pudiera citar otros muchos casos demostrativos de que posee usted la fuerza, la energía, la determinación, la voluntad... para todo lo que le agrada. Su primer esfuerzo está bien indicado; en, las horas de aburrimiento, de desilusión, lea y relea las obras de cultura psíquica, los volúmenes sobre las diversas formas de triunfar en la vida, las biografías de hombres enérgicos. Medite sobre su propio caso, penetrándose bien de la posibilidad que se le presenta para tomar en sus manos el timón de su «yo» y asegurar su salud, su independencia, el determinismo primitivo. Formará usted de ese modo los elementos del primer esfuerzo, de la primera impulsión hacia el nuevo estado de cosas que usted desea.»

La observación del régimen alimenticio y de la respiración tiene como primer efecto el facilitar grandemente el poder del automatismo, de los hábitos intelectuales, de atenuar las tendencias en las cuales es preciso disociar su personalidad a fin de dominarlas, de esclarecer el intelecto, y de asegurar al psiquismo superior la fuerza nerviosa que dará potencia y vitalidad.

⁵³ Cada uno puede desarrollar su energía volitiva. Después de la primera edición de este libro he publicado un volumen especial de educación psíquica intitulado: El poder de la voluntad sobre sí mismo, sobre los otros y sobre el destino.

Capítulo III

AUTOSUGESTIÓN

1. Orientación periódica voluntaria del pensamiento. — 2. Acción fisiológica. — 3. Acción reeducativa sobre el subconsciente. — 4. Acción especializada. — 5. Acción general.

1. ORIENTACIÓN PERIÓDICA VOLUNTARIA DEL PENSAMIENTO. —No se trata aquí, como se oye decir por lo general, de repetirse mecánicamente una fórmula⁵⁴, sino de crear un estado de alma determinado de tal manera que logre un ascendiente sobre el determinismo de nuestros impulsos. Al final del capítulo anterior decía que el principiante, estudiando en los diversos escritos de cierto valor sobre la educación psíquica puede encontrar incitaciones conducentes a la acción, de acuerdo con las teorías de la cultura psíquica. Es ésta una primera tentativa a seguir adelante, es preciso añadir una práctica regular de la meditación razonada. Esta meditación encuentra en la jornada dos momentos en que se puede hacer con provecho. Por la mañana, inmediatamente después de levantarse, y de noche, durante el instante que precede al sueño. En el comienzo del día, los novatos en la cultura psíquica no siempre tienen las ideas muy claras. Conozco un cierto número cuyo primer cuidado es absorber un excitante, el café, por ejemplo, para estimular su intelecto. Este brebaje tiene por efecto obligar al organismo a un gasto excesivo de fuerza nerviosa, y en seguida sobreviene un período inverso, es decir, de atonía, por haber sido puestas violentamente a contribución las reservas nerviosas. El medio racional para «esclarecer las ideas» es muy distinto. Consiste en friccionarse de los pies a la cabeza con agua tibia y luego fría, y en hacer una veintena de respiraciones profundas, facilitándolas con movimientos adecuados. Otro medio sería salir en ayunas caminando rápidamente durante un cuarto de hora. También, a falta de las abluciones y del paseo y si al despertar se siente cierta pesadez cerebral, existe un recurso mecánico para avivarlo: el de tener a mano un libro cuya lectura se haya interrumpido el día anterior en un pasaje de interés palpitante y dirigirle de nuevo un vistazo. Despierta así la atención, sacudirá su estado de embotamiento con celeridad maravillosa. Después de esta preparación, para comenzar la sesión matinal de autosugestión, leer una o dos páginas de un tratado de energía, y apartando el libro, rememorar sucesivamente: 1.º, el objeto que en definitiva se persigue; 2.º, la fase de ejecución de este objetivo que ocupa ahora y la finalidad inmediata que lleva consigo; 3.º, el estado de las ocupaciones tales como fueron dejadas a la víspera y los diversos trabajos a los que hay que dedicar la atención durante el día que empieza. Representarse actuando según las leyes psíquicas, con calma y método, sin buscar incidentes, sin distraerse en nada, ni

⁵⁴ El III Congreso de Psicología experimental de París ha hecho Justicia de esta absurda teoría.

influir ni dominar. «Quizá, dirá el lector, es representarse una cosa que — lo sé por adelantado — no ha de tener lugar; no me inspira la menor confianza el procedimiento.» Es evidente que el programa de ese modo trazado no causará una inmediata rectificación de vuestra existencia, pero la repetición hace la fuerza de la sugestión y, transcurrido cierto tiempo, comprobaréis el poder de la idea. Por el momento, de lo que realmente se trata es de haceros pensar en la autosugestión, en el ascendiente de vuestra moral sobre vosotros mismos y en llevaros a ejecutar vuestra primera medida de auto-influencia.

Al fin de la jornada la meditación se ejecuta en sentido inverso, es decir, que se repasan en la memoria todos los acontecimientos del día, confrontándolos con lo que se hubiera deseado que fuesen en realidad. Hay que reconocer, sin avergonzarse, los casos de derrota, cuando se fracasa por dejarse llevar de un impulso, o dominado por una influencia exterior, etc., y revolversé íntimamente contra su propia debilidad, acabando en un violento: «Quiero reaccionar, quiero que esto cambie, quiero que cuenten en algo mis intenciones», etc. Este deseo surgirá espontáneamente del fondo de la conciencia. No admitáis ni un solo instante que es vano lo que hacéis; en materia de esfuerzos metódicos, además de conseguir un resultado directo, evidente, veréis crecer las facultades de acción psíquica, la energía, la voluntad, etc. El desarrollo psíquico marcha en progresión aritmética y hasta, en ciertos casos, en progresión geométrica.

2. ACCIÓN FISIOLÓGICA. — La representación mental de un estado fisiológico, estésico, orgánico, etc., tiende a crear realmente dicho estado. Basándose en este principio podéis oponer al malestar, a las perturbaciones, a las enfermedades agudas o crónicas, al dolor, una actitud mental que las modifique. Hay que hacer una pequeña preparación para lograr resultados prácticos. Aquellos de mis lectores que no han perdido una línea del presente volumen, siguiendo las directivas que he preconizado, que tienen cierta costumbre de experimentación magnético-hipnótica corriente, de la acción telepsíquica, están preparados a todas las formas de la autosugestión.

Sería fastidioso definir el estado de alma preciso que se ha de oponer en cada caso. Para el dolor (jaqueca, neuralgias, traumatismos, etc.) desde que se disocia su atención, por poco que sea, de la sensación penosa, aguda, que se experimenta, para llevarla a la sensación inversa, es decir, al recuerdo de lo que se siente habitualmente cuando se está en perfecta salud, de bienestar físico, el dolor disminuye y desaparece al cabo de quince minutos a dos horas. Para una ligera perturbación, haciendo uso del magnetismo físico, aplicando las manos sobre el sitio del mal, representarse el cumplimiento regular de la función alterada; imaginar también la disminución gradual de la intensidad de los síntomas. Para una enfermedad aguda o crónica, la autosugestión general tiene una acción apreciable, pero el conocimiento anatomofisiológico de lo que sucede en los órganos enfermos es necesario para auto-tratarse con precisión.

3. ACCIÓN REEDUCATIVA SOBRE EL SUBCONSCIENTE. — Todos los automatismos defectuosos, movimientos involuntarios, hábitos, deseos, perturbaciones emocionales, etc., pueden ser reeducados por sugestión.

Para conseguirlo es lo mejor retirarse a una habitación tranquila, silenciosa y débilmente iluminada; adoptar una posición cómoda, orientando voluntariamente su pensamiento hacia el estado que se intenta hacer desaparecer. Inversamente, la misma práctica puede crear los impulsos beneficiosos. De esta forma el que tiene tendencia a substraerse ante una dificultad, a hablar inútilmente o sin consideración, a usar de tóxicos, a ceder a las sollicitaciones mórbidas, no sólo puede atenuar progresivamente y luego hacer que desaparezcan los impulsos perjudiciales, sino que también conseguirá que nazca una instintiva disposición al estado contrario.

Representarse a sí mismo, mentalmente, el momento en que se ha sufrido el automatismo que se desea anular; repetirse mentalmente las desventajas y las consecuencias que implica, y todo el beneficio resultante de su desaparición. Imaginarse en seguida experimentando violenta repugnancia por dicho estado, sintiendo el deseo irresistible de afrontarlo, de dominarlo y de verse por anticipado cumpliendo los actos de autodomínio necesarios. Repetirse que la dificultad reside enteramente en un error de juicio, que la satisfacción del impulso en cuestión se reduce, en suma, a muy poca cosa; que este impulso establecido por un determinismo subconsciente, se atenúa inconscientemente a efectos de la insistencia de vuestros pensamientos, y que la repetición de esos pensamientos le harán gradualmente disminuir y luego desaparecer con toda rapidez.

Esta autosugestión, practicada todos los días de quince a veinte minutos, ejerce una honda huella sobre el subconsciente y modifica positivamente el carácter.

4. ACCIÓN ESPECIALIZADA. — Es lo más útil atacar uno tras otro los diversos puntos que se desean transformar; derribar uno tras otro los obstáculos que se encuentren. Libertarse, por consiguiente, de los hábitos que desgastan la energía física, como el uso del alcohol, el fumar continuamente, el utilizar los excitantes que agotan las reservas nerviosas (café, té, etc.) Al autosugestionarse, entre todas las ideas cuyo plan he indicado, hay que añadir la de experimentar la repugnancia, una repulsión insuperable por lo que tienta en realidad. El subconsciente acepta todo lo que se le afirma. En los comienzos, reacciona por la fuerza de las sugestiones ya implantadas, pero cede siempre.

Una vez logradas las rectificaciones primordiales, se pasa al orden emocional y al automatismo propiamente dicho; supresión de los «tics», movimientos nerviosos, tendencia a buscar el deseo de la aprobación, a hablar inútilmente por necesidad de hacerse valer o de producir un efecto, sensibilidad excesiva, impresionabilidad, timidez, insuficiencia de confianza en su persona, etc.

Después de extirpar del terreno la mala hierba, habiendo regulado la máquina automática hasta conseguir rectificar los movimientos desordenados, se trata de imprimirles impulsiones útiles; hay que autosugestionarse la atención, la memoria, la

energía, la serenidad, la calma, el espíritu equitativo, un sueño regular y profundo, un despertar fácil a una hora invariable, etc.

5. ACCIÓN GENERAL. — Concluida una sesión de autosugestión, es conveniente imaginar y contemplar breves momentos la personalidad nueva que se trata de crear, representándole pensando y obrando tal como lo hará una vez que realice todos sus atributos aislados. Pensar en lo que se quiere ser, verse transformado, determinarse a conseguirlo en el más breve plazo, es decir, hacer para eso los mayores esfuerzos.

Capítulo IV

AUTODOMINIO

1. Los impulsos. — 2. Las sensaciones. — 3. Las impresiones y las emociones. — 4. Los conceptos.

1. LOS IMPULSOS. — Paralelamente al empleo de la autosugestión, que facilita la misión directa de la voluntad, es preciso acostumbrarse a asociar a todo impulso la idea de un examen racional y de la inhibición. En lo que se refiere a los principales actos de la vida, un plan previamente establecido para el empleo del tiempo en la vida privada y en el trabajo será el terreno preparado donde se cultivará el autodomínio. Este plan razonado y meditado, admitido, aceptado, debe seguirse en la más estricta medida posible. Los primeros impulsos que se han de dirigir son los que tengan tendencia manifiesta a alejarle inútilmente del programa primitivo. Las ideas incidentes, las distracciones, procediendo de hechos despreciables o de personas inoportunas, son un verdadero ejército encarnizado en desviar la atención hacia otros objetos. Es indispensable resistir. La autosugestión crea rápidamente un automatismo en virtud del cual se piensa en dominarse en el momento deseado; acompaña hasta en la reminiscencia de un deseo más o menos fuerte de continuidad, pero su acción debe requerir la ayuda del esfuerzo directo si se quiere avanzar rápidamente.

Los asténicos, los abúlicos, los incapaces de sostener mucho tiempo su atención en un mismo objeto, comenzarán por la observancia del empleo de su tiempo. Si han decidido ocuparse de tal cosa, de 2 a 4 de la tarde, disponerse a realizar el proyecto, reanimar la atención cuando deriva, y hacer verdaderos esfuerzos para proseguir la tarea. Si la fatiga llega a ser muy fuerte, tomad unos instantes de descanso, de pasividad física y moral, y volved a la carga, pero por ninguna consideración ocuparse de una cosa durante el período de tiempo fijado para otra.

Cuanto menos capacidad hay de atención sostenida, más insidiosas se presentan las ocasiones accidentales. La mirada vaga y se detiene en un cuadro quizás examinado cien veces; se siente deseo de acercarse a verlo; domina la impresión de que quedaréis satisfecho y agradablemente distraído, contemplándolo; se cede... decepción completa, a los pocos segundos ya no interesa. Se recuerda un libro que está por terminar y reanudando la lectura el tiempo pasa, persiste con frecuencia el aburrimiento y la misión sigue en suspenso. Un ruido insólito procedente de la calle lleva a mirar por la ventana; una visita intempestiva que no se debería recibir es aceptada «para pasar el tiempo». Y las horas transcurren bajo la impresión de una pesada vacuidad. Algunos individuos vivirían quizá casi dichosos si sus recursos permitieran a su fantasía errar de un asunto a otro y encontrarían la vida agradable en los momentos de abandono caprichoso. El esfuerzo de reacción es para ellos

mucho más penoso que para los otros, pero es indispensable si han de orientar su propio destino.

2. LAS SENSACIONES. — Las percepciones sensoriales tienen una inmediata reacción sobre el estado psíquico y ocasionan casi siempre gastos inútiles de fuerza nerviosa; un campanillazo violento causa un sobresalto; un olor desagradable hace fruncir las cejas e impulsar exclamaciones; un ligero choque es seguido de un grito o de una imprecación; un espectáculo impresionante puede comunicar verdadero malestar, y un sabor desconocido producir repugnancia.

Con objeto de suprimir el gasto inútil de una energía tan preciosa como es la fuerza nerviosa, resorte del organismo y del intelecto, el autodominio debe ejercerse sobre las sensaciones. Los ruidos discordantes, bruscos, inesperados, deben dejar al individuo absolutamente impasible, no provocar ningún movimiento reflejo. Para eso hay que pensar en imponerse la inmovilidad del cuerpo y del rostro cuando se encuentran desagradablemente sorprendidos por un rumor molesto. Vale más no evitar la ocasión y acostumbrarse, haciendo un esfuerzo para permanecer tranquilo escuchando al hojalatero que golpea en una techumbre, la bocina estridente del automóvil que pasa, la rotura de una porcelana que se deja caer... Obrar de una manera análoga para los olores, las sensaciones estésicas, etc.

3. LAS IMPRESIONES Y EMOCIONES. — Toda persona con quien nosotros llegamos a ponernos en contacto nos produce cierta impresión que, eventualmente, puede ser bastante poderosa para acaparar en modo subconsciente la energía mental, entorpecer el juicio, inspirar una confianza engañosa, paralizar la voluntad, etc. Por esta causa es indispensable razonar sus impresiones, medio infalible para atenuar aquélla al mínimo y huir de la influencia exterior.

«Nosotros poseemos — dice Sylvain Roudés— una deplorable propensión a inclinarnos ante las apariencias, el signo exterior. Somos los idólatras del símbolo. Llegamos hasta el extremo de reverenciar las cosas inertes, la madera, la piedra, los tejidos. No entramos de igual manera en una posada de aldea, en el salón de una mundana o en el gabinete de un médico célebre cuando los huéspedes están ausentes. Los cortinajes, las vidrieras, las obras de arte del salón, los muebles severos del gabinete médico ejercen involuntariamente sobre nosotros cierta impresión que repercute hasta en nuestro comportamiento. Andamos a pasos quedos, con precaución, sobre las alfombras, mientras que en la posada hacemos resonar nuestros talones y no nos importa tropezar violentamente con las humildes sillas de paja.» (Para caminar en la Vida.)

He creído oportuno citar este esbozo, que expresa mi pensamiento mejor de lo que hubiera sabido hacerlo, a propósito de las impresiones que es necesario analizar, razonar y dominar.

Más todavía que de esas últimas, desconfiemos de la emoción bajo todas sus formas. La emoción altera el juicio y se acompaña de un verdadero derroche de

fuerza nerviosa que haría falta en seguida para un empleo útil. Todo sentimiento es en sí cosa subjetiva que perjudica a la equidad; su esencia, en último análisis, es forzosamente egoísta. Por esto, el hombre que aspira a cierta perfección debe utilizar sus sentimientos como base de inspiración de ideas benévolas, altruistas, elevadas, que pondrá en ejecución bajo la influencia de una equidad tan perfecta como sea posible, sin atender a las preferencias más o menos arbitrarias de su sensibilidad. El espectáculo del dolor de los otros nos conmueve y nos inclina a aliviarlo porque haciéndolo nos aliviarnos nosotros mismos de una penosa impresión. Generalicemos esta emoción en forma de idea, de noción reflexiva. Tiene su razón de ser; viene a recordarnos que somos solidarios de nuestros semejantes y nos invita a consolar una modalidad del sufrimiento. Usemos de nuestros medios materiales para combatir la enfermedad, la miseria y el error, pero sin dispersar estérilmente nuestra energía, compadeciéndonos de tal o cual caso particular.

Las emociones relativas a nosotros mismos, temor, miedo, preocupación, tristeza, pueden ser dominadas. Tenemos gran interés en aplicárnoslas, porque en el momento del peligro, de la desgracia, el que domina sus emociones es el único capaz de obrar útilmente para sí y para los otros.

No nos abandonemos nunca a una impresión, ni a una emoción, ni a un sentimiento por loable que nos parezca, sin formarnos el criterio de una deliberación razonada. Si el dolor moral que nos abate está justificado por un acontecimiento irreparable, acordémonos de que permaneciendo estoicos reducimos al mínimo los efectos de dicho acontecimiento y evitamos afligir, por añadidura, a los que nos rodean.

No son, por otra parte, las impresiones graves, las emociones dolorosas, los sentimientos de caridad, los que deben sobre todo solicitar nuestra inhibición, porque ellos nos libren con frecuencia de un embotamiento intelectual y nos hagan reflexionar; todo estado afectivo de modalidad agradable, atrayente, encantadora, indica un peligro de disociación para la atención, de indolencia para la voluntad, de seducción para el razonamiento. No predico el ascetismo. Compruebo sencillamente que cuando se presenta con colores tendenciosos, prometedores de felicidad, no trae siempre — tantos son sus fracasos — la realización halagadora con que su aspecto deslumbra la imaginación. El más ligero compromiso con nuestras directivas, en el momento de semejante solicitud, puede determinar una cadena de acontecimientos esclavizadores. El hombre que quiere evitar el acceso de su existencia a las causalidades susceptibles de modificarla en un sentido defectuoso o de aniquilar su iniciativa, debe vigilar muy particularmente el dominio de sus impresiones, emociones y sentimientos.

El entusiasmo subjetivo es natural en el hombre y constituye para los que pretenden influirle un medio de hacerle obrar contrariamente a su razón.

4. LOS CONCEPTOS. — La línea de conducta general de la existencia implicará la posibilidad de una vida mucho más fértil y armónica, por lo mismo que se habrá formado con más vigilancia y atención. Concebir claramente lo que se desea llegar a ser; adquirir, conocer en el transcurso del tiempo la actividad con que se puede

contar es la primera de las condiciones del progreso personal, del éxito y de la dicha. Para formar un concepto tan exacto y racional como sea posible, es preciso primero reunir todos los elementos que se han de examinar. El individuo debe tener en cuenta su constitución física, su resistencia, su potencia de trabajo y sus aptitudes.

Antes de emprender nada, ha de estudiarse un plan como para el conjunto de la existencia, con el examen de las dificultades que se quieren vencer, los medios de que se dispone para ello, la táctica mejor para utilizarlas, los concursos que pudieran auxiliarle y los hechos en que se funda la posibilidad de realizar el proyecto.

En lo que se refiere a toda cuestión especial sobre la cual deseen formarse una opinión; una rama científica, un arte, un sistema sociológico, proceded de la misma manera; reunid los elementos serios, examinadlos, analizadlos y formulad mentalmente la concepción que se deduzca, sin considerarla nunca como definitiva, porque, cualquiera que sea, nadie posee la ciencia infusa y siempre hay algo nuevo que aprender.

Capítulo V

FUERZA, ENERGÍA, VOLUNTAD

1. Las fuerzas individuales. — 2. Equilibrio orgánico, nervioso y 'psíquico. — 3. Las energías y medios de acción utilizados en la producción de los fenómenos psíquicos y su desarrollo.— 4. La base psíquica de la energía del carácter y la condición moral esencial de su desarrollo. — 5. El valor de la palabra »voluntad«.

1. LAS FUERZAS INDIVIDUALES. — Siendo estrechamente solidarios lo físico y lo moral, la pureza y la riqueza de la sangre condicionan hasta cierto punto el vigor intelectual de igual modo que éste ejerce una acción psicoquímica en la sangre. Los métodos de cultura psíquicos basados en la sentencia «El espíritu quiere, el cuerpo debe», se dedican a las faltas de éxito. Inversamente, preconizar la sobrealimentación y el desarrollo de los músculos no conduce a realizar fuertes personalidades. Que se admita la tesis materialista o la tesis espiritualista, no se debe nunca considerar ni las funciones psíquicas independientes del organismo ni el vigor corporal como única condición de la del carácter. La cultura psíquica tiende a hacer predominar el papel de la inteligencia razonante en el individuo y utiliza para eso el empleo voluntario de las reacciones posibles del espíritu sobre el cuerpo. Su primer principio es reglamentar todas las funciones psíquicas que dependen inmediatamente de la voluntad, con objeto de regularizar de manera favorable las que dependen de las primeras. Ya hemos visto que con la autosugestión, el pensamiento tenía una acción considerable, sobre todo el automatismo psicofísico y que existe un método, llamado de autosugestión, para obrar sobre sí mismo.

2. EQUILIBRIO ORGÁNICO, NERVIOSO Y PSÍQUICO. — El equilibrio orgánico, así favorecido, conduce a una sobreproducción y una acumulación de fuerza nerviosa y eleva, paralelamente, el potencial cerebral y la vitalidad general del organismo. El estado de salud llega a ser cada vez más resistente, porque el organismo dispone de una reserva mediante la cual su consumo automático — las reacciones fisiológicas — puede ejercerse casi siempre sin debilitar.

Sin alimentación racional y oxigenación suficiente de la sangre, no hay desarrollo psíquico. Comer mucho es restringir el potencial general de la fuerza orgánica, exigiendo un concurso activo exagerado de la fuerza nerviosa en el aparato digestivo, lo cual es provocar el desgaste de éste, llenar sus visceras de toxinas y de desechos, cuya insuficiente eliminación produce la diátesis artrítica, la arteriosclerosis y todas las perturbaciones conexas. Usar corrientemente de alimentos tóxicos es introducir en la sangre, y de paso en el cerebro, las toxinas que desorganizan y debilitan. Contra tales excesos, un individuo nacido robusto puede resistir cierto tiempo, pero como una gran parte de su energía vital es utilizada en

esta defensa automática del organismo, el equilibrio físico de dicho sujeto queda virtualmente roto; presenta puntos débiles, llega a ser cada vez más accesible a los agentes patógenos, al contagio, y usa sus órganos pidiéndoles un trabajo intensivo. El aspecto exterior es engañoso para ojos no advertidos. El tipo de hombre pletórico, de colores vivos y cuadrado de espalda, es el del intoxicado florido, radiante de salud hasta el día en que su desgaste de muchos años de actividad intensa se revele en uno de los órganos más fatigados: hígado, riñón, arterias, etc., y cese de funcionar descubriendo una lesión y de hecho una enfermedad crónica.

Desde el punto de vista psíquico, los intoxicados floridos carecen completamente de equilibrio; son impulsivos, arrebatados, subjetivos. Su voluntad tiene estallidos, se expresa en ocasiones brutalmente, pero no sabría sostenerse mucho tiempo. Sus facultades intelectuales no tienen vigor y no pueden hacer sin fatiga un esfuerzo prolongado.

En el caso inverso, es decir, el de los asténicos, de los cloróticos, la alimentación racional reanima la vitalidad, y ayudada de la respiración profunda, conduce rápidamente los subactivos a la condición normal. Sobrealimentar a un asténico o un linfático, es matarlo sistemáticamente. No afirmo nada que no esté demostrado y recomiendo al lector las obras de los doctores Pascualt y Cartón. El tono funcional de los subactivos tiene apenas el vigor deseado para eliminar los desechos y toxinas resultantes de la nutrición normal. Conviene, por tanto, ahorrar a los enfermos un fatigoso trabajo y un envenenamiento evidente.

Los alimentos sanos, hipotóxicos y cuidadosamente masticados, el aire puro, una reacción moral confortante, esto es lo que necesitan los flacos, los débiles, las víctimas de la irritante ley de transmisión hereditaria de las taras.

El adepto de la cultura psíquica debe poner seria atención en su estado físico, aceptar como un hecho ineludible las imperfecciones nativas de su estado y realizar un esfuerzo para detener las consecuencias y hacerlas poco a poco retroceder. La observancia de la higiene general alimenticia y respiratoria es el camino seguro para llegar al crecimiento del vigor físico, y la acción combinada de la autosugestión y de la determinación a modificar ventajosamente concede a todos los individuos capaces de un poco de atención el predominio rápido de las intenciones deliberadas sobre los factores del determinismo primitivo.

El autodomínio, con el cual se cultiva el dominio de sí y la gestión racional de las propias energías, da poco a poco la calma y la firmeza a los entristecidos, a los sensibles, a los medrosos.

La observancia de todas esas indicaciones, hasta vacilante, tímida, floja, lleva siempre a cierto resultado que realza la confianza en sí mismo e incita a nuevos esfuerzos. Muy pronto, al mismo tiempo que un noble orgullo, se afirma la conciencia de la influencia personal voluntaria que se ejerce, y la vida toma otro aspecto, mejor, gracias á los pensamientos nuevos.

Aquellos cuya salud está ya equilibrada, que se hallan provistos de órganos sanos, vírgenes de toda herencia patológica, aumentarán rápidamente con nuestro sistema la resistencia de su salud, inspirándose en las ideas de la cultura psíquica. No tardarán en advertir que colocados en condiciones tales que en otro tiempo hubieran caído enfermos, han resistido sin experimentar ni la más pequeña molestia.

3. LAS ENERGÍAS Y MEDIOS DE ACCIÓN UTILIZADOS EN LA PRODUCCIÓN DE LOS FENÓMENOS PSÍQUICOS Y SU DESARROLLO. — La práctica de la experimentación desarrolla las energías y medios de acción. Las prescripciones indicadas para la cultura psíquica la desarrollan igualmente.

El Magnetismo físico parece ser mucho más intenso cuando el tono vital es más enérgico. Acabamos de ver que este «tono de movimiento» es puesto en acción, elevado a lo normal y luego más allá por los mismos medios. La actividad respiratoria es particularmente recomendada a los que desearían realizar un tono de vibración ondulatorio muy poderoso, es decir, una fuerza magnética intensa. Los grandes magnetizadores contemporáneos: De Puységur, Du Potet, Lafontaine, presentan todos una analogía que llama la atención inmediatamente cuando se mira sus retratos; es una caja torácica ancha y bombeada, indicio de pulmones robustos y desarrollados.

La sugestión verbal es de la mayor eficacia cuando el operador posee una voz bien timbrada, una dicción clara, un perfecto dominio exterior y vocal y una flexibilidad de espíritu permitiéndole improvisar instantáneamente una sugestión en términos expresivos. Es decir que el desarrollo psíquico ayuda en una amplia medida a adquirir una palabra sugestiva. Inversamente, la práctica de la sugestión en el estado de vigilia sobre todo (hipnosis parcial) obliga al debutante a un esfuerzo para adueñarse de sí mismo, a una concentración de la atención, a una fuerza de carácter. Una institución americana publicó hace tiempo un curso en el cual se prescribía al alumno, para desarrollar su «magnetismo personal», que se entregara a experimentos continuos de sugestión en el estado de vigilia. Las instrucciones dadas con ese objeto en dicho curso eran rudimentarias, pero a propósito para excitar a ensayarlas al indeciso. No obstante, el principio era exacto. He conocido algunos principiantes obstinados en recomenzar a pesar de diez, quince, veinte experimentos intentados sin éxito; todos acabaron por llegar a ser buenos hipnotizadores. Deduciendo de sus primeros ensayos las reflexiones con las cuales rectificaban y completaban las insuficientes instrucciones del curso, llegaron a descubrir la manera de triunfar.

Las instrucciones dadas en esta obra para ejecutar los experimentos en el estado de vigilia son detalladas y estudiadas de una forma que hará el éxito en extremo fácil. Se han tenido en cuenta todas las dificultades que puede encontrar un principiante de modesta condición y privado de todo prestigio. Entregarse a esta práctica será un placer para mis lectores y lectoras, que desarrollarán así su influencia personal.

La acción psíquica a una distancia cualquiera está subordinada: 1.º, a la disposición de un potencial suficiente de fuerza nerviosa; 2.º, a la preparación perfecta de las

tres operaciones mentales con las cuales se proyecta su fuerza psíquica: formación de un concepto preciso, mantener el pensamiento en este concepto, intención intensa de imponerlo. Los ejercicios dados en el Libro IV serán ventajosamente puestos en práctica para el desarrollo general de la personalidad psíquica, y los experimentos de telepsiquia pueden ser útiles en el mismo sentido.

4. LA BASE PSÍQUICA DE LA ENERGÍA DE CARÁCTER Y LA CONDICIÓN MORAL ESENCIAL DE SU DESARROLLO. — Cuando está asegurada la reglamentación que se menciona en el párrafo 2, se ha efectuado en realidad un trabajo preparatorio, descargándose de todas las trabas funcionales de la libertad mental. La condición esencial que debe observar el que quiera llegar a ser enérgico es, ahora, organizar según una directiva cuidadosamente elaborada, todos los actos de su vida en general y su actividad diaria en particular. El hecho de razonar sus acciones, sus decisiones, sus impresiones, emociones y sentimientos, forma una mentalidad clara y lúcida, que sabe exactamente lo que desea, lo que concurre a conseguirlo, lo que es insignificante, lo que es importante, lo que es antagonista del objeto que se ha fijado, etc. El principiante debe formarse el «punto», es decir, examinar meditando lo que quiere hacer, lo que quiere llegar a ser, lo que quiere adquirir, etcétera, ha de tratar de darse cuenta de donde está, de la distancia que le separa de su objeto, de los obstáculos que encontrará en el camino. Lo más apremiante es colocarse en estado de equilibrio físico y de vigor moral. Antes de la acción propiamente dicha, es lo más racional pasar un pequeño estadio de dos o tres meses sin más objeto que la aplicación de los principios fundamentales de la cultura psíquica. La energía se desarrolla con esta única práctica; resistir a toda cosa antagonista de la acción que se ha decidido ejecutar, del plan que se quiere realizar. Si considero el caso más desesperado que puede existir, veo sin embargo la posibilidad de tentativas de resistencia, aunque no sea de resistencia inmediatamente victoriosa. En el desarrollo de la energía es el esfuerzo lo que hay que considerar sobre todo. Resistir a ciertas tendencias e impulsos, como es preciso hacerlo para aplicar el régimen alimenticio racional y la higiene respiratoria; ensayar la autosugestión, entregarse al autodomínio, desarrollar la energía. El acto de buena voluntad más insignificante que nunca se pierde. Se reitera más fácilmente la segunda vez, después la tercera, etc.

¿Quién es un individuo enérgico? Es el que resiste al dolor físico, que resiste a sus fantasías y a sus pasiones, que resiste a las tentativas de influencia, que resiste a los consejos, sugerencias, cóleras, amenazas, y no se deja convencer sin pruebas; que resiste a las emociones o sentimientos que intervienen en él para hacerlo quebrantar en el instante de ejecutar una resolución razonada, que resiste a su turbación en el momento de un peligro, sólo piensa en salvarlo y si ha de exponerse que sea con el menor riesgo posible, etc.

El hombre que no ha hecho cultura psíquica es con frecuencia enérgico para un cierto número de cosas, pero no lo es igualmente para otras. Todo el que está bien capacitado se esfuerza por mantener sus resoluciones en cosas menudas, después en otras más importantes, y así sucesivamente hasta adquirir una energía sin punto

flaco, homogénea, serena, uniforme. En cualquier lado que ataque el adversario no encontrará un sitio vulnerable.

Ser enérgico es una cosa; obrar como si se fuese es otra. No digáis: «Es necesario ser ya enérgico para observar eso». Para observarlo continuamente y sin fatiga especial, sí, pero al principio no aconsejaré a nadie semejante esfuerzo que sería exagerado. Para hacer un esfuerzo con aspiración de conformarse a la conducta que tendría en tal caso un hombre enérgico, no. Por otra parte, la preparación mental por medio de la autosugestión indicada en el capítulo III facilita considerablemente la tarea.

5. EL VALOR DE LA PALABRA «VOLUNTAD». — Todo acto voluntario — nos dice André Thomas, citando a Camus y Pagniez en su obra *Psicoterapia* — puede ser considerado como compuesto por lo menos de tres momentos psicológicos:

- 1.º Una operación intelectual (comparación de motivos), finalizando en una elección.
- 2.º Un elemento emotivo incitando a obrar.
- 3.º Un movimiento.

La operación intelectual finalizando en una elección puede ser única, según creo, para una serie de actos. Cuando se detiene una directiva, un principio con el cual deciden conformarse en lo sucesivo, etc.

El elemento que incita a obrar puede muy bien ser reflejo como emotivo. Por ejemplo, si vuestra salud exige que toméis cada semana un baño de vapor, y queda decidido aplicar el tratamiento todos los martes por la mañana, cada vez que llega el momento y que vuestra agenda os recuerda que es preciso ir al establecimiento termal, es una deliberación razonada la que os hace obrar.

La palabra voluntad considerada como una calificación moral se aplica al que obra siempre en el momento requerido según la directiva que se ha fijado, aunque le cueste un esfuerzo. Tener la voluntad es, por consiguiente, disponer al mismo tiempo de la prosecución en las ideas y de la energía, en forma que se pueda obrar infatigablemente, a pesar de todos los obstáculos, siguiendo el mismo objetivo.

La autosugestión y la meditación permiten conservar un estado de alma e intenciones constantes, recordándose todos los motivos que se tienen para obrar con determinada orientación. Dichos motivos, así sostenidos sobre el platillo objetivo de la voluntad, hacen que sean previamente contrabalanceados los elementos antagónicos.

Capítulo VI

MAGNETISMO PERSONAL

1. Definición. — 2. La exterioridad. — 3. El desarrollo magnético. — 4. La actitud. — 5. La acción psíquica.

1. DEFINICIÓN —De una manera general la expresión «Magnetismo personal» sirve para designar esa especie de encanto que ciertos individuos ejercen sobre sus semejantes. Sin que parezcan hacer nada para eso inspiran la simpatía, el interés, la consideración. Su presencia es agradable, se experimenta a su vista como una necesidad de conciliarse, de conquistar su aprecio. Algunos autores nos dicen que los dotados de Magnetismo personal, en razón de esta influencia, acostumbran fácilmente a tener acierto en la vida, sin esfuerzo aparente, a canalizar la suerte, a atraer y conseguir las cosas buenas que desean. Como vamos a verlo, el Magnetismo personal y el Éxito tienen varios elementos comunes, pero no se ha de sintetizar necesariamente el individuo atractivo y simpático con el hombre que triunfa, porque es indudable que el primero no ocupa siempre su situación elevada y al segundo le falta con frecuencia la popularidad y más todavía el encanto.

2. LA EXTERIORIDAD. — La armonía de los rasgos del rostro, la figura, el brillo de los ojos y de la tez son ciertamente elementos de influencia personal, pero por muy perfectos que sean no bastarían ellos solos a producir otra cosa que la admiración experimentada ante una bella obra de arte o un notable ejemplar de una raza animal. No; es preciso para que la impresión se impregne de simpatía la intervención de algo que sale de lo íntimo correspondiendo al mismo tiempo a la vitalidad física y a la calidad de lo moral.

Se encuentran con frecuencia hombres y mujeres feos, contrahechos, enfermos y no obstante simpáticos, mientras que se permanece indiferente en presencia de ciertos seres de una plástica irreprochable.

La importancia de la cinemática se manifiesta de otra manera característica que la de la plástica; ¿quién dirá la clase de ascendiente que puede ejercer la expresión de la mirada? ¿Y una voz dulce, dotada de esos timbres cálidos, vibrantes, melódicos, cuyo sonido despierta en las profundidades del ser emociones inesperadas? La franqueza y la gracia de la sonrisa, de los gestos, del andar, impresionan, cautivan...

Haría falta una educación psíquica y una higiene fisiológico-estética aplicadas desde la infancia para desarrollar sistemáticamente las calificaciones anteriores, pero es posible ejercer de ellas una acción análoga.

Vamos a ver cómo.

Se sabe que el régimen alimenticio racional y la gimnástica respiratoria equilibran las funciones y crean una sangre rica y pura. Esto produce cierta frescura en la tez y en los ojos. Además, esta higiene conserva y aumenta la flexibilidad general y un individuo ligero no está nunca desprovisto de gracia.

La mirada, dirigida como voy a indicar, adquiere una expresividad cada vez más potente, se fija tranquila y fácilmente en otra mirada, en el momento oportuno, cuando se desea retener la atención o ejercer un pequeño ascendiente fascinador.

Nada más fácil que desarrollar la potencia de la mirada. De un manera general, si no tenéis otra cosa que hacer, en un tranvía, en una antesala, caminando, etc., fijad vuestros ojos en un punto determinado y permaneced diez o treinta segundos sin bajar los párpados. Aumentad progresivamente esta duración cuidando de descansar entre dos ejercicios un tiempo igual al del esfuerzo. Si se fija un minuto, descansad un minuto. Fijad de nuevo un minuto y descansad minuto y medio, etc.

Si queréis tomar un instante a vuestro descanso o levantaros todos los días un cuarto de hora antes para hacer la cultura de la mirada, se obtendrá un resultado más rápido que con la práctica incidente de fijación en momentos a la fuerza desocupados. Instalaos cómodamente en un sillón colocando delante un espejo, al que se ha de mirar después de concentrar vuestra atención en un punto situado entre vuestros ojos, en la raíz de la nariz. Como anteriormente, ensayad un minuto de fijar sin parpadeos y descansad un tiempo igual. Recomenzad aumentando progresivamente la duración de los tiempos del experimento.

La práctica de la sugestión en estado de vigilia, que lleva consigo la fijación intensa de los sujetos, es excelente para preparar la mirada.

He aquí, además, un segundo ejercicio que desarrolla la fijeza y la seguridad de la mirada:

Echad agua hasta la mitad en un vaso cualquiera. Sentados delante de una mesa en la que se encuentre colocado el vaso, cuidando de permanecer con todos vuestros músculos en estado de reposo. Tomad entonces el vaso con la mano derecha sosteniéndolo con ésta a la altura de los ojos. Fijad vuestra mirada en el nivel del agua manteniendo el brazo inmóvil, de tal manera que dicho nivel quede perfectamente horizontal y no vacile. Cuando el brazo derecho esté fatigado, pasadlo al izquierdo y así hasta cuatro o seis veces. En seguida terminad volviendo a poner el vaso en la mesa y ejercitaos en mirar el agua fijamente con los párpados inmóviles.

La voz se educa igual que la mirada. Su primera cualidad es ser «posada», como dicen los profesores de canto. A menos de que no tengáis tiempo y recursos para ir en busca de un especialista que os indicará los ejercicios, limitaos a los dos siguientes que os asegurarán notables progresos, tanto desde el punto de vista del timbre y de la extensión de la voz como en el de la pureza:

Primero: Aprovechad un momento en que eso no constituye una pérdida de tiempo, por ejemplo, al ir a tomar vuestro vehículo matinal, cantad con la boca cerrada. El aire importa poco. Subid y bajad una escala y esto bastará.

Segundo: Retiraos y leed una o dos páginas de un libro cualquiera ejercitándoos en pronunciar con claridad, de modo que cada sílaba se entienda perfectamente bien. Dad a vuestra voz un tono positivo, como si quisierais afirmar lo que decís.

Cada vez más, hay que habituarse en la vida corriente a los ejercicios de desarrollo de la influencia de la mirada y de la voz, fijándose siempre con resolución en la persona a quien habléis y mientras se conversa. Cuando os responda volved a mirarle a los ojos con fijeza tranquila y lo mismo al reanudar la palabra. Observaos también hablando. Enunciad lo que decís lentamente y con claridad, en un tono seco y determinado.

No creáis que estas insignificancias tienen poca importancia ; desde el principio serán de seguro efecto y vuestras miradas y vuestra palabra afirmarán su poder a medida que estéis más preparados a influir sobre las personas.

3. EL DESARROLLO MAGNÉTICOPSÍQUICO. — Desarrollando con la respiración profunda y la práctica de la magnetización una fuerte tensión para exteriorizar el Magnetismo físico, comprobaréis que vuestra presencia, vuestra individualidad llega a ser atractiva. El efecto de descargue magnético posee sin duda algo de balsámico que estimula agradablemente. Entiéndase bien que la energía magnética desarrollada no debe dispersarse por la falta de calma, la impulsividad y el uso excesivo de la palabra. El verbo está cargado de potencia fue siempre considerado como tal entre los antiguos. Hablar, sobre todo con animación, expansividad, espontaneidad, es hacer un derroche de energía magnética y nerviosa. Los que hablan mucho sin dominio no tienen poder verbal. Lo que dicen no tiene influencia. El poder del verbo no consiste en emitir una palabra, sino en exteriorizar al mismo tiempo: 1.º, el Magnetismo físico, y 2.º, una Acción psíquica ejercida por la voluntad que anima al pensamiento de acuerdo con las palabras que se pronuncian.

Entregándose a la cultura psíquica, a la preparación prevista por la telepsiquia, se aumenta de modo considerable la intensidad actuante del pensamiento y llega un momento en que las voliciones expresadas mentalmente influyen a aquellos a quienes se dirigen sin estar acompañadas de palabras.

Cuando pensamos en un tercero, nuestros pensamientos tienden a despertar en él un estado de alma análogo al nuestro. Generalicemos esta noción y comprenderemos que la cualidad y la intensidad de los pensamientos que emitimos habitualmente nos crean una especie de ambiente que afecta a nuestros semejantes de una manera determinada. Así, dos personas a quienes animan con frecuencia pensamientos altruistas y elevados experimentarán el uno por el otro una atracción simpática.

En principio, cada uno de nuestros pensamientos atrae pensamientos de igual naturaleza; su tono de movimiento no los deja asimilar como no sea con mentalidades capaces de vibrar al mismo tono de movimiento. Las gentes benévolas, altruistas, de alma elevada, atraen en cierto modo a sus semejantes. Inversamente, los individuos poco evolucionados que tratan de perjudicar a los otros se atraen dentro de su campo de acción⁵⁵. Pero no basta para triunfar y conseguir relativa felicidad el ser bueno, indulgente, caritativo, etc. No basta para obtener de una persona los sentimientos de profunda afección el conservar con respecto a ella un estado de alma semejante. Hace falta todavía ser dueño de sí mismo, de manera que nuestros pensamientos, nuestros conceptos sean suficientemente intensos. De otra forma, se colocaría bajo la dependencia de mentalidades más potentes y más egoístas⁵⁶. No olvidemos que si la identidad del tono de movimiento de dos organismos psíquicos es indispensable para que los pensamientos emitidos por el uno sean espontáneamente aceptados por el otro, una persona mucho más fuerte mentalmente que otra puede imponerle los movimientos de su propia mentalidad.

Una persona buena será siempre simpática; tal será su «Magnetismo personal», y sin embargo, para que se imponga, para que obtenga el equivalente en calidad de lo que da, es preciso que sea al menos tan intenso como el «Magnetismo personal» de los que pueden ser sus adversarios.

Se ha dicho que basta ser bueno y afable para ser pagado en la misma moneda. Ser bueno y afable es ciertamente indispensable para eso, pero se ha de tener también una voluntad firme y resuelta al mismo tiempo que el suficiente dominio personal.

Si fuese de otra forma, ¿cómo explicar la ingratitud, el amor rechazado, la afección desconocida, la implacable explotación de los humildes, de los dulces? El individuo fuerte, sin ser bueno, tiene con frecuencia que reprocharse de haber, como dice el poeta:

«Contriste, servile bourreau, le faible qu'à tort on méprise»,

pero las personas buenas sin estar dotadas de fuerza de carácter representan desgraciadamente en un noventa por ciento el papel de lamentables víctimas y son juguetes de los cínicos que explotan su bondad. Que hagan un esfuerzo, que sin dejar de deplorar las tristezas y las degracias que les fueron infligidas, se digan que si no hubiese temor a nada y se apreciaran los corazones sinceros, sería la beatitud universal y con ella la detención de la lucha, la paralización del progreso intelectual y personal. Además, que se afirmen en el convencimiento de que trabajando por adquirir el dominio personal lograrán mayor estimación del colectivo y de los particulares.

⁵⁵ Es como si dijéramos: «Dios los cría y ellos se juntan».

⁵⁶ Las malas compañías corrompen las buenas costumbres.

5. LA ACTITUD. — Es necesaria entera libertad de espíritu para ejercer la influencia personal. Mientras el individuo se sienta más o menos tímido, nervioso, molesto, en desasosiego, no podrá poner en acción más que una débil parte de sus medios.

La seguridad es una cualidad en extremo importante y cuando se duplica con la confianza en sí, presta siempre cierto magnetismo personal. A los más medrosos les es posible llegar a ser en absoluto imperturbables en cualquier circunstancia y delante de no importa qué personaje. Los que se dedican a la experimentación corriente del psiquismo no encontrarían un empleo más útil para desarrollar su seguridad. Otros medios pueden servir, comenzando por la autosugestión y la respiración profunda intensiva. Esta última práctica hace desaparecer la angustia, la ansiedad, el temor, etc.

El tímido, después de varias semanas de gimnástica respiratoria diaria y de autosugestión, experimentará un sentimiento íntimo de alivio y de confianza en sí mismo. Deberá entrevistarse preferentemente con los amigos de más calificado aplomo, no evitar nunca una diligencia o una ocasión de luchar contra la especie de turbación que todavía siente, observar lo que se ha indicado más arriba para el empleo de la mirada fija central y de la palabra muy clara en la conversación. Al principio, conviene poner atención en la actitud propia, esforzarse en no traicionar las propias impresiones, oír sin pestañear las palabras que «trastornan», afrontar audazmente las miradas.

Hemos visto que en catalepsia las actitudes impresas al sujeto tienen inmediata repercusión en la expresión de su fisonomía, lo cual indica que experimenta una emoción correspondiente a la postura que se le hace tomar. Esta ley subsiste para todo el mundo en el estado normal. El tímido debe armarse de serenidad y de aplomo, aunque esté muy lejos de sentirlos. Comprobará al cabo de poco tiempo la verdad de la enérgica frase de mi colega A. Laporte: «El hombre no es lo que es, sino más bien lo que cree ser.»

6. LA ACCIÓN PSÍQUICA. — Lo mismo que para aumentar la sensibilidad de una persona que se quiere hipnotizar hay que obrar sobre ella en acción telepsíquica de ocho a quince días antes del momento fijado para el experimento, de igual forma dicha acción puede intervenir en todas las circunstancias de la vida. Para preparar una entrevista difícil, por ejemplo, para modificar la actitud con que nos mortifica una persona determinada; para obrar sobre los pensamientos, los sentimientos, las decisiones de los otros, etc., mi libro *El Hipnotismo a distancia* da todas las indicaciones necesarias sobre este asunto. El hábito de esta práctica desarrolla ciertamente el «Magnetismo personal», en el que el poder radioactivo del pensamiento es quizás el más poderoso elemento.

Capítulo VII

LA SUGESTIÓN APLICADA

1. El estado receptivo. — 2. Forma afirmativa. — 3. Forma razonada. — 4. Forma indirecta. — 5. Forma escrita. Publicidad.

1. EL ESTADO RECEPTIVO. — Es el que se procura imponer a una persona con la aspiración de hacer predominar una idea o un estado afectivo capaz de determinarla en un sentido previsto, tal es el objeto de la sugestión. La «sugestibilidad», como hemos visto en el Libro I, capítulo III, es una función de la subconsciencia que se puede comparar a un disco fonográfico registrador funcionando sin tregua. Las diversas emociones o ideas que vienen a imprimirse tienden todas a hacernos obrar en su sentido; el juicio y la voluntad nos permiten distinguir cuándo debemos aceptar la idea y reaccionar, inhibir los impulsos reflejos de nuestras impresiones y sensaciones. Para sugestionar a alguien es preciso colocar sus facultades objetivas en la incapacidad de ejercerse o por lo menos en la insuficiencia. Esto se obtiene :

1.º Haciendo capitular o cesar en su actuación la conciencia, el juicio, el discernimiento. Es lo que tiene tendencia a producirse cuando el uno inspira al otro una gran confianza, una consideración admirativa, llegando a conmoverle profundamente, a que predomine en él un estado de alma subjetivo, por ejemplo, si se adula su vanidad. Todo eso crea un estado receptivo o el poder del autodomínio está fuertemente disminuido por no decir aniquilado.

2.º Forzando la capitulación anterior por medio de una impresión violenta que acaparando toda la energía mental en provecho del subconsciente debilita la conciencia; es el procedimiento de intimidación. Este procedimiento es el de los vagos porque sólo es eficaz con otra persona más débil.

3.º Afirmando sin descanso, de una manera enérgicamente tranquila, muy positiva, muy resuelta, que impresiona cada vez más al subconsciente, crea poco a poco en el interlocutor una duda sobre sus propias convicciones mejor establecidas y llega con frecuencia a hacer vacilar su juicio.

4.º Exponiendo expresivamente al «sujeto» los motivos que hay para obrar en el sentido que se quiere o de modificar su opinión.

5.º Haciendo aceptar al sujeto dos o tres proposiciones que consideradas separadamente no parecen antagónicas de su concepción, pero que están calculadas para imponerle una idea, un acto, y de la que se desprenderá de ella misma, en su subconsciente, una conclusión imperativa en el sentido deseado.

6.º Anotemos en este orden la sugestión gráfica, con la imagen o el texto, por ejemplo, la publicidad.

Los tercero, cuarto y sobre todo el quinto método son utilizables en todas las circunstancias de la vida. Éstos exigen el dominio de sí, la calma, una mirada firme y una palabra positiva. Las diversas cualidades son producidas con la práctica de la sugestión experimental en el estado de vigilia y de hipnosis, así como con diferentes ejercicios ya descritos.

Si queréis aplicar eficazmente los principios de la sugestión, vuestra actitud debe combinarse en forma que pueda impresionar bien a las gentes, predisponerlas a cierta receptividad. Es evidente que ante todo ha de evitarse despertar la contrasugestión, la defensiva, el antagonismo, la contradicción, atacando de improviso las convicciones, muy resuelto y de tal modo que se deje ver inmediatamente adónde se quiere ir a parar. Conviene prevenirse en toda maniobra persuasiva sondeando la mentalidad de su interlocutor, darse cuenta de su carácter, de lo que piensa sobre el asunto abordado. Si se conoce por anticipado su opinión, lo mismo que cuando se propone precisamente modificarle una actitud mental ya señalada, se creará el estado receptivo conversando un momento con el sujeto, sin contradecirle, escuchando con interés su parecer, y hasta pareciendo adherirse. Si se trata de una persona fuertemente testaruda, vale más en una primera entrevista limitarse a modificar solamente un detalle de su convicción; la segunda vez se acentuará un poco esta convicción y así en lo sucesivo. Dejando ver que se tiene una opinión un poco diferente, no manifestar nunca el deseo o la intención de convencer, porque despertaría el más obstinado de los guardianes que vigilan a la puerta del subconsciente: el espíritu de contradicción...

2. FORMA AFIRMATIVA. — Es la tercera de la nomenclatura expuesta; consiste en crear en el espíritu de las gentes la certeza de que se está en sí mismo absolutamente convencido de lo que se dice. La afirmación, para ser enérgica y positiva, debe quedar serena y flemática. El hombre que quiere convencer tiene interés en no agitarse, en medir sus palabras asociando a una cortesía impecable la elección de frases expresivas. La calidad de las palabras es mil veces más importante que su cantidad. La elocución muy lenta abrumba, pero es preferible a un verbo precipitado. La justa medida consiste en articular claramente todas sus sílabas sin afectación, sin enfatismo, sin alzar el tono o buscar el efecto vocal.

A las contradicciones que os opongan responded con una proposición inversa, sin chocar directamente con ellas. No manifestéis despecho ni desprecio comprobando que otros pueden ser de una opinión contraria a la vuestra. Es vuestro objetivo colocar ante el espíritu de vuestro interlocutor las ideas antagónicas de las suyas de manera que se fijen en su subconsciente; esto se verifica, lo vigile o no, y un trabajo interior, criptoide, se realiza particularmente en el transcurso del sueño natural. La repetición hace la fuerza de la sugestión: «¡afirmad! ¡afirmad!», ha dicho alguien; siempre quedará algo.

No hagáis nunca de una cuestión de idea una cuestión de personalidad; atacad a las convicciones, no a los individuos. Es necesario tratar de permanecer simpático, atractivo, para que no se altere la buena voluntad de vuestro interlocutor, y de ningún modo debéis dejarle entender que se le concede una consideración subordinada a la adhesión a vuestras ideas. La personalidad de un contradictor debe ser tratada en amigo.

3. FORMA RAZONADA. — La sugestión razonada sólo puede tener eficacia en personas reflexivas, objetivas, cuyo entendimiento se encuentra siempre abierto imparcialmente a toda noción nueva que se les pueda presentar. En ocasiones, si se logra crear un estado de receptividad suficiente, es posible usar del razonamiento hasta con un niño o un individuo por lo general «embotado». La calma y el tacto son indispensables para eso. No se debe traslucir ninguna impresión con las réplicas o los argumentos que os opongan, y si se trata de un niño hay que manifestar una paciencia dulce y firme. Conviene igualmente adaptar al intelecto del «sujeto» las razones de que se desea servirse; evitar el sarcasmo, la burla, la dureza. Cuando se dirige a una persona que tiene el tiempo contado, condensar sus sugestiones en frases cortas, concisas, sin incidentes ni futilidades.

En los asuntos en que este género de sugestión es casi siempre indicado, la nitidez y la brevedad predisponen al que os escucha en un sentido favorable. Un industrial, un comerciante, un hombre de negocios, cuyas ocupaciones apenas le dejan libre un momento en la jornada, se sentirán bien dispuestos hacia el individuo que sepa no traspasar los límites fijados para una conversación. Por el contrario, experimentarán una especie de desconfianza y hasta de desprecio hacia el hombre verboso que parece ignorar el valor del tiempo.

En la educación de los niños la sugestión razonada es una cosa excelente. Ejercida inmediatamente antes del sueño se incrusta en el subconsciente mientras duerme, y reacciona con gran potencia sobre el carácter del pequeño sujeto. La autoridad dulce y persuasiva de la madre tiene aquí el papel más indicado. Ésta se colocará a la cabecera del niño y rozando con su mano izquierda la línea mediana del encéfalo, del vértice a lo bajo de la frente, haciendo llamamiento a su inteligencia, despertará en la criatura el sentido de la responsabilidad, de la causalidad, y la conciencia del interés personal que le obliga a seguir las instrucciones que ella le da. Este procedimiento es superior al uso de los argumentos sentimentales y sobre todo al miedo de un «coco» o de castigos corporales que tienen enojosas consecuencias.

4. FORMA INDIRECTA. — Su primer principio es dejar completamente ignorante al sujeto de que se trata de introducirle una idea en la cabeza o de crearle una impulsión. Lo que se desea que haga, debe ser considerado como una conclusión que él mismo deducirá, que aparecerá espontáneamente ante su conciencia, que se desprenderá automáticamente de lo que se va a decir.

5. FORMA ESCRITA. PUBLICIDAD. — El cartel, la circular, el anuncio de prensa, representan hoy un papel importante en los negocios y el presupuesto de publicidad alcanza un importe elevado en los gastos generales de casi todas las casas industriales y comerciales.

Existe verdadera emulación en encontrar la fórmula más ingeniosa para atraer la atención, ganar la confianza, tentar al comprador y obtener la preferencia sobre los competidores. Profusión de carteles, ilustrados por algunos ases del dibujo que se han especializado en el género, cubren en nuestras ciudades todos los sitios llamativos. Se trata de cautivar las miradas con una originalidad y de retener la imaginación por medio de un texto ingenioso, lo que constituye en suma una tentativa para crear la receptividad e impresionar el subconsciente. Para ser eficaz, esta solicitud debe ser multiplicada, de forma que obsesione el espíritu y haga germinar y luego florecer una tentación que tarde o temprano dará sus frutos. Los grandes negocios confían su publicidad a agencias especiales que se encargan de la preparación de los carteles, de la redacción de los anuncios, reclamos, catálogos, prospectos, circulares, como igualmente de su inserción y expedición; pero no faltan directores de negocios más modestos que se ahorran gastos tomando ellos mismos la iniciativa de la confección de sus reclamos. Además, la cuestión interesa también a los intelectuales, deseosos de propagar una idea, de sostener una tesis, un sistema; véanse los carteles de los candidatos durante los períodos electorales, las campañas de prensa, los manifiestos mutualistas, antialcohólicos, religiosos, etc.

Basándose en los principios generales de la sugestión, he aquí las directivas de que me he servido siempre para redactar la publicidad:

Lo mismo si se trata de un cartel de gran tamaño que de un modesto prospecto, busquemos en primer lugar llamar la atención. Un dibujo sugestivo puede llenar el objeto e igualmente un título sugestivo impreso en gruesos caracteres. Las palabras que así le encabecen deben atraer la vista, despertar la atención e incitar al lector a leer el resto. Es indispensable para eso colocarse en el lugar de las gentes a quienes se dirige, suponiéndolas muy poco inclinadas a conceder su atención y preguntarse: «¿Cómo les demostraré que esto les interesa?»

Sería poco juicioso poner primero en evidencia el nombre de una marca a la afirmación de la excelencia de un producto. Ante todo es indispensable que el lector sea personalmente impresionado, que tenga la idea de un beneficio individual, de algo agradable, de una comodidad, de una ventaja cualquiera o de sensaciones cautivadoras.

Las titulares pueden ser seguidas de dos o tres líneas, de un cuerpo más pequeño, combinadas para apoyar el sentido de la fórmula inicial y estimular lo suficiente la curiosidad, el interés, para inducir al lector a enterarse del resto.

Si se utiliza el dibujo, tratará de representar el beneficio, la comodidad, lo agradable, susceptibles de excitar el deseo. Veo numerosos carteles alegóricos, simbólicos, decorativos, muy bien hechos, pero imprecisamente significativos. Es cierto que retienen la atención, hasta la obligan, pero no obtienen con seguridad tantas

adhesiones como una representación concreta, en la que el interesado pueda reconocerse.

El texto de conjunto, medido según el sitio de que se dispone, es necesariamente escaso en un cartel ilustrado. Para que dicho cartel cumpla su objeto, es necesario que establezca la convicción deseada por el lector; que le fije una ventaja superior a la de cualquier marca competidora; que su interés, su placer, su ventura resulten interesados en su resolución de seguir vuestras sugerencias.

Las cuerdas que es preciso hacer vibrar no son de ninguna manera difíciles de coger; son éstas el interés práctico, la satisfacción del bienestar, la sensualidad, la emotividad agradable, la curiosidad, el deseo de superioridad, y el arte del publicista consiste en establecer una conexión evidente entre lo que propone y la satisfacción de las distintas tendencias.

Existen para eso procedimientos empíricos, añagazas del oficio, sutilidades profesionales que no puedo exponer aquí, pero seré muy honrado respondiendo personalmente a todos a quienes este asunto pueda interesar.

Capítulo VIII

EL ÉXITO

1. Aptitudes. — 2. Constancia en las ideas. — 3. Determinación. — 4. Confianza en sí mismo. — 5. Concepción del obstáculo. — 6. Reparto de los esfuerzos.

1. APTITUDES. — Cada uno de nosotros está predispuesto a representar un papel determinado en la sociedad. Nuestras facultades nos hacen mucho más aptos a ciertas actividades que a todas las otras, y en gran número de personas se revela desde la infancia una tendencia clara a un gusto evidente por tal o cual profesión. Para sacar de nuestros esfuerzos el máximo de resultados posible, conviene llevar su elección y mantenerla hacia la especie de ocupación que parece predispuesto a asimilarse lo más completamente, lo más perfectamente, lo más fácilmente. Sucede con frecuencia que la necesidad obliga a un individuo a dedicarse a un trabajo que no es de su gusto y durante el cual piensa a cada momento en la situación que le hubiera convenido. A menos de obstáculos absolutos, los que sólo existen en un número limitado de casos, interesa examinar fríamente la posibilidad de un cambio y loé medios de ejecutarlo de un modo gradual. La cultura psíquica, el dominio de sí, permiten intentar con todas las probabilidades del triunfo una rectificación completa de la existencia. En lugar de gastar su energía mental en lamentos estériles, el adepto de las ciencias psíquicas tomará la determinación de afanarse en ejecutar su trabajo presente de la manera más satisfactoria posible, asignándole en su evolución el papel de ejercicio de la voluntad. Hará un esfuerzo para no pensar en lo que hace en el instante en que lo hace, y en sus horas de trabajo utilizará sus facultades intelectuales en examinar cómo crearse la situación que desea, cómo adquirir los conocimientos requeridos para ello. Calculará el tiempo necesario para operar este cambio de frente, formando un plan de conjunto, subdividido en varios estadios, teniendo cada uno su objeto distinto y se pondrá en acción con serena firmeza.

2. CONSTANCIA EN LAS IDEAS. — Esta cualidad es quizá la más importante de las que son exigidas para triunfar. La inteligencia mejor dotada no logrará en la vida ni la décima parte de lo que hubiera realizado con la prosecución en las ideas. El hábito de razonar, de basarse en los hechos, de escrutar la realidad, establece convicciones duraderas, impulsos capaces de resistir todas las incidencias, todas las sugerencias contrarias. Es lógico, ante todo, saber exactamente lo que se quiere, detener en definitiva sus deseos, reflexionar mucho si es necesario, pero no se debe decidir más que una vez. El procedimiento que consiste en tantear, en ensayar en varias ramas sucesivas, no vale absolutamente nada. Puede ocurrir que después de varias tentativas desgraciadas, se encuentre por fin lo que os conviene, pero es preferible confrontar una buena vez sus facultades, sus gustos, su potencia

de trabajo, de asimilación con las necesidades respectivas de las diversas ramas por las cuales se encuentra tentado. Esta verdad es con frecuencia adquirida por la experiencia, después de desconocerla muchos años, pero al precio de la pérdida de mucho tiempo y de esfuerzos agotadores.

3. DETERMINACIÓN. — Todo el mundo quisiera triunfar y se acostumbra a considerar como un mortal dichoso al hombre que «llega». En medio de múltiples incertidumbres, el que se siente determinado a obtener lo que quiere se abre siempre un camino. Algunos favorecidos, de los que hablé en el primer capítulo de esta parte de la obra, vienen al mundo tan soberbiamente dotados, que consiguen el éxito con desconcertante facilidad. Éstas son las excepciones. Les sigue después una vasta categoría de hombres que, sin alcanzar la superioridad manifiesta de los primeros, están todavía admirablemente calificados. Las generaciones suceden a las generaciones y cada vez sube más el nivel de la inteligencia. No es raro por esta causa ver en la vida de los negocios, y hasta en las letras y las artes, ocupados por completo todos los caminos que conducen a las cumbres. ¡Honor a los valientes que escalan las cimas! Todos se creen llamados: pocos serán los elegidos. La táctica más práctica consiste en escoger una vía donde el nivel de los competidores sea ligeramente inferior a lo que el individuo se siente capaz de realizar. En suma, el éxito buscado áspidamente como elemento de felicidad, como dispensador de la riqueza. ¿Por qué entonces no perseguirle en una rama en que se esté seguro de encontrarse por encima del nivel medio? Hay aquí una sugestión que intentar antes de decidirse a obrar. Si vuestras aptitudes os califican superiormente para una profesión, falta elegir entre las especialidades que ofrece. Un abogado de negocios, muy brillante en sus funciones del bufete, tendrá tal vez dificultades en sobresalir entre las notabilidades del foro. Un médico muy apreciado en la cirugía, acaso no hubiera obtenido una numerosa clientela entregándose a la psicoterapia. Un decorador admirado, quizá se quedara en retratista obscuro.

Si estáis determinados a triunfar, pensad en orientaros hacia una profesión cuyo ejercicio no reclame facultades que lleguen al nivel de las vuestras.

4. CONFIANZA EN SÍ MISMO. — En semejantes condiciones, iniciarse en una rama de actividad cualquiera os asegura cierta confianza en sí mismo. Esta confianza hay que llevarla al máximo, particularmente con la adquisición de una competencia excepcional. La calma, el dominio personal desarrollados en la cultura psíquica, son elementos de confianza. Cada vez más hay que buscar las ideas optimistas, detenerse, contemplarlas, acordarse que se está calificado para triunfar.

«La confianza en sí — dice Sylvain Roudés — es la primera de las cualidades que se deben adquirir. Creer en su estrella, mirar lo por venir con serenidad, porque lo por venir os debe todas las satisfacciones que la vida dispensa a sus elegidos, es una condición esencial del éxito. Si os comparáis y juzgáis inferiores a los otros, estáis perdidos, sufriréis la influencia de personas que tienen interés en servirse de vosotros. Los obedeceréis, como instrumento pasivo en su poder, y vegetaréis en un empleo subalterno.

»Al contrario, decid todos los días, a cualquier hora, insistiendo mentalmente en vuestras afirmaciones: «Yo soy un hombre, es decir, un ser pensante, capaz de examinar y de estudiar todos los problemas; distingo el bien del mal, lo verdadero de lo falso, comprendo la belleza; mi inteligencia es tan despejada, tan lúcida como la de los hombres que me rodean; mi razón vale lo que la suya. Poseo suficiente iniciativa y perspicacia para dirigir mis negocios. No tengo necesidad de ningún maestro y puedo luchar ventajosamente contra los que quisieran subordinar mis esfuerzos para utilizarlos en su provecho.» (Para caminar en la vida.)

Semejante estado de alma es excelente, pero se le realiza con más facilidad cuando se sabe que está justificado por la conciencia de que supera realmente el nivel de inteligencia de los demás hombres de su profesión y que se poseen todos los conocimientos, todos los recursos, todas las competencias relativas a dicha profesión.

La confianza en uno mismo no puede dejar de tenerla un individuo en perfecto equilibrio fisiológico, experimentado en dominarse, en hacer siempre predominar sus facultades objetivas, práctico en la respiración profunda y suficientemente dueño de sus nervios, de sus impulsos, de sus impresiones, emociones y sentimientos.

Los más audaces conocen instantes de depresión en los que la duda se insinúa en el alma, en que aparece desolador el aspecto de la vida, en los que se debilita la esperanza basada en los cálculos más juiciosos. Hay que prever esas crisis, esos períodos de abatimiento y, cuando se presentan, considerarlos como una manifestación pasajera de la fatiga, de la tensión de espíritu, interrumpir sus ocupaciones buscando una distracción higiénica hasta que se reanuda el equilibrio. La costumbre de disociar el propio «yo» de las impresiones que se experimentan crea un carácter excepcionalmente apto para dominar los acontecimientos. Dichoso el que puede penetrarse bien de esta frase atribuida a Lacordaire: «No tengo necesidad de esperar para ponerme en acción, ni del triunfo para perseverar». Es éste el secreto de la actitud mental que vence todos los obstáculos.

5. CONCEPCIÓN DEL OBSTÁCULO. — No hay victoria sin lucha, y aún diré que al principiante se le presenta una serie continua de obstáculos que ha de derribar si quiere conseguir su objeto. Sobre todo en los primeros años el obstáculo parece de tal modo enorme a los vacilantes que los descorazona de un golpe.

Si consideráis como un bloque impresionante el conjunto de las dificultades que se oponen a la realización de vuestra voluntad, es lo mismo que autosugestionarse el temor. Antes de pensar en los obstáculos es preciso acordarse que se quiere triunfar y oponerse obstinadamente a concebir la falta de éxito en vez de dispersar sus fuerzas, ocuparse en vencer la primera dificultad, prestando en seguida atención a la segunda y concentrar todas sus facultades en el esfuerzo presente. Considerado separadamente cada obstáculo, no puede aparecer como insuperable. Si vuestra fortuna depende de la única dificultad que hoy os detiene, no permitáis

que esta dificultad os prive de lo que ambicionáis; la concebiréis mirándola con otros ojos. Id, pues, adelante; cada victoria os dará un poco más de confianza hasta que llegue un momento en que no solamente la dificultad no os turbará más, en que la atacaréis automáticamente, sino que ella será un elemento de vuestra existencia indispensable a su felicidad.

Pensad también que cada esfuerzo es un ejercicio que agudiza vuestras facultades, fortifica vuestra voluntad, aporta elementos nuevos a vuestra inteligencia y formáis así un «capital» de resistencia cada vez más apreciable.

¿Habéis ya asistido al animoso espectáculo que ofrece un negociante activo en el momento en que su secretario, un corresponsal, una llamada telefónica, le acaban de anunciar que le ha sucedido algo imprevisto, que le ha abatido un competidor, que se ha declarado un siniestro en sus fábricas o en sus almacenes? No se agita. Apenas si parece conmovido. Sosegadamente se ciñe al hecho, indica las medidas que han de tomarse para paliar, para reducir al mínimo sus consecuencias. Durante un momento todas sus facultades parecen concentradas en la enojosa noticia. Después de haber puesto en acción todos los medios de que dispone contra el obstáculo vuelve al asunto que antes le ocupaba, tan sereno, que se le creería casi indiferente. He elegido el ejemplo de un hombre de negocios, pero las cualidades cuya manifestación acabo de mostrar son cultivadas por todos los hombres de valor. ¿Quién no conoce la admirable actitud de ese general, conferenciando con su estado mayor sobre las disposiciones de la batalla próxima, cuando una estafeta viene a anunciarle que su tercer hijo ha muerto en las avanzadas del enemigo? Inclinando un instante la cabeza, como si el peso del dolor fuera a rendirle, se irguió inmediatamente y dijo con voz serena: «Continuemos, señores».

Los acontecimientos dolorosos de la vida privada, por graves que sean, no triunfan del hombre cuya voluntad tiende hacia la misión mercantil o heroica a que le conduce su plenitud moral. Su fuerte personalidad no es un elemento con el que juegue la adversidad, sino una potencia con la cual ha de contar.

6. REPARTO DE LOS ESFUERZOS. — Desde el momento en que se decide a orientar su actividad hacia un objeto definido, ya sea éste la adquisición de los conocimientos necesarios para obtener un diploma, la explotación de una rama comercial, la fabricación de un producto, la confección de una obra artística o literaria, es necesario trazarse un plan general, en el cual será colocado el tiempo que precisa para conseguir lo que se desea y efectuar un reparto por año, por trimestre, por meses, de los esfuerzos sucesivos que se han de realizar para ello. Estudiando el plan, interesa concederle la mayor atención, no exagerar la suma de trabajo que se puede producir en un tiempo determinado, clasificar cuidadosamente los esfuerzos, de lo simple a lo compuesto, de lo elemental a lo superior, de la explotación inicial a la extensión más completa, si se trata de un negocio.

Decidido el plan general, se subdividirá en estadios, supongamos de tres meses, para ocuparse exclusivamente del primer estadio, subdividiéndolo a su vez en períodos semanales, teniendo cada uno su ocupación, y al principio de todas las

semanas se organizarán los programas diarios que cuerpo ligero; deja concentrar toda su potencia física y moral en la misión del día sin preocuparse intempestivamente de la de mañana. Es en el momento de las meditaciones cuando suena la hora de prevenir, de combinar, de proyectar, de organizar.

La observancia de los principios generales de la cultura psíquica es indispensable para llegar a ser capaz de dirigir el pensamiento, así como esto es necesario si se quiere, a pesar de todos los incidentes, entregarse en cuerpo y alma a lo que se hace y en el momento en que se hace.

Capítulo IX

LA POTENCIA DEL «YO»

1. Disociación del «Ego». — 2. Autonomía del «Yo». — 3. Potencia del hombre sobre sí mismo. — 4. Exteriorización de la potencia personal.

1. DISOCIACIÓN DEL «EGO». — Mientras que el individuo permanece en la ilusión de que su «Yo» no es distinto de las diversas impulsiones, sensaciones, emociones, tendencias, etc., que en él actúan, queda estrechamente encadenado a su determinismo primitivo, no teniendo la concepción, la idea de cambiar dicho determinismo. La incitación a satisfacer las tendencias se encuentra en este caso, obedece pasivamente, y toda la vida se resume en una serie de esfuerzos que se destinan a dar satisfacción a los impulsos implicados por el temperamento físico y el acondicionado del cerebro. Vuestras tendencias no os pertenecen, y lo prueba el hecho de sentir que se obedece penosamente a alguna de ellas; vosotros cedéis más bien que os adherís a un impulso; y vaciláis cuando entre dos deseos distintos que no pueden ser satisfechos al mismo tiempo hace falta sacrificar el uno o el otro. El «Yo» de que tenéis conciencia, ya sea una resultante, según la tesis de los materialistas, o un principio diferente de la sustancia física, como opinan los espiritualistas, no lleva en sí mismo más que una sola y única tendencia: la de asegurar un estado de armonía denominado felicidad que cada «Ego» concibe según la energía de su carácter.

El «dominio de sí mismo», es decir, la influencia absoluta ejercida por el «Yo» central sobre todos sus medios de sensación y de manifestación tangibles, es lo más indispensable para realizar de modo duradero y progresivo esa armonía interior nombrada Felicidad.

Tomemos el ejemplo de un individuo únicamente calificado para gustar las satisfacciones materiales. Si deja subordinar su «Yo» a las anárquicas solicitudes de los órganos de la sensación, se encamina hacia el exceso y la saciedad, es decir, hacia el dolor y el aburrimiento. Otro hombre de naturaleza menos sensual, que vibra más bien a las satisfacciones emocionales, debe, como el primero, ocuparse, ante todo, en asegurar la disociación y el reinado de su «Yo» sobre los agentes de las distintas escalas de vibraciones. De otra forma, será incapaz de dirigirse y de mantenerse en las escalas emocionales armónicas, acabando por encontrarse irresistiblemente arrastrado y hundido, a pesar suyo, en el dolor moral, que es todo lo contrario de lo que desea. Además, fatigará sus órganos y, sobre todo, su sistema nervioso, y, como el primer individuo, terminará en el dolor. Por último, el ser de predominio intelectual, el cerebral, el que vive para las satisfacciones del pensamiento, necesita llegar a dirigir éste, lo que constituye el «dominio de sí mismo». Debe, por ejemplo, tener imperio sobre sí mismo lo bastante para

imponerse los descansos físicos indispensables a la buena conservación de su aparato mental, particularmente un sueño suficiente y tranquilo.

La psicología universitaria ha hecho de la voluntad una simple balanza en la cual la tendencia más potente la arrebatada sobre la otra. Tenemos conciencia de esta especie de lucha, de esta dualidad; es lo que yo denomino el «Yo» consciente; llámale «alma», «centro O del polígono cerebral», el nombre importa poco. La conciencia de las causalidades es la piedra de toque con la cual el «Yo» examina consciente o automáticamente la sanción que ha de llevar a cada petición impulsiva.

Cuanto más precisa es esta conciencia causal, más fácilmente se ejerce el dominio del «Yo»; por esto mismo, a cierto grado de precisión, abandonado a un automatismo, regula de una vez por todas la dirección del «Yo». Así vemos que nuestra primera quemadura es seguida de una tendencia a no ponernos en contacto con el fuego. La cultura psíquica tiene una base mucho más sólida cuando el individuo ha prestado atención al sentido causal y conoce mejor y más completamente el gran número de las causalidades comunes.

Según cierta concepción, realizar el propio «Yo» es atropellarlo todo con objeto de satisfacer sus tendencias naturales primitivas. Esta concepción conduce al individuo a un fracaso seguro, aun estando dotado para hacer fracasar todos los obstáculos, a la neurastenia; de tal modo es cierto, que si el desarrollo del «Yo» no se ha realizado con equilibrio y homogeneidad, termina en la aberración. «En el fondo de los vanos placeres que llamo en mi ayuda —decía Alfredo de Musset— encuentro tal repugnancia que me siento morir.» Es éste el resultado de la confusión del «Yo» con sus tendencias; la ineptitud en volver a sentir el placer y la falta de armonía íntima.

El «Yo» que utiliza la piedra de prueba objetiva del conocimiento de las causalidades asegura su dicha, es decir, su armonía, con el examen y la apreciación de todas las incitaciones que experimenta, sancionando las unas, condenando las otras y rehusando obstinadamente ceder a las últimas.

El talento, el genio, son comúnmente considerados como necesidades de cierta anarquía intelectual para manifestarse libremente. Ahora bien, los más grandes genios han sido hombres comedidos y pacíficos.

El placer, unido a la satisfacción de una tendencia, es en sí insignificante y vano en el caso de que la manifestación de esta tendencia no concorra a un fin útil, a aumentar el conocimiento, al desarrollo de la conciencia, al perfeccionamiento del sensorio o a la conservación de la vida psíquica.

El camino que se ha de seguir está indicado lo suficientemente en las leyes naturales ya conocidas. La observancia de la higiene física asegura la salud, los excesos conducen a la enfermedad, es decir, al dolor y al debilitamiento del poder de manifestación del «Yo» central. Las pasiones emocionales canalizan todas las energías individuales, oscurecen el juicio y hacen del hombre el juguete de dolorosas causalidades. La ignorancia produce el error, fuente de todos los males.

La pasividad del «Yo» central es la enfeudación, la esclavitud material y moral, la incapacidad de defensa contra el error, la pasión emocional y la tiranía de los sentidos.

La cultura psíquica es el desarrollo del «Yo» en sus dos aspectos: conciencia y potencia. Todo acto de iniciativa voluntaria inspirado por la razón concurre a dicha cultura, igual que un esfuerzo por aumentar sus conocimientos. El estudio de las cuestiones psíquicas despierta el espíritu de un individuo, por humildemente dotado que esté, y le hace apreciar el valor y el poder que adivina en sí mismo para ejecutarlo sobre los otros y hasta sobre los acontecimientos. Esto le conduce al primer estadio del desarrollo personal: la reflexión y la meditación razonada. Como un frágil esquife a merced de las olas a consecuencia de la somnolencia del piloto, el hombre que no tiene todavía conciencia de sí mismo es el juguete de las causalidades. El estudio del psiquismo despierta al piloto; el «Yo» muestra cómo fortalecer sus brazos — sus medios — y apoderarse de la caña del timón con el cual es capaz de orientarse. Papius ha usado una comparación que se hizo célebre para esquematizar el ser humano. Lo asimila a un coche de tracción animal. El vehículo mismo es el organismo, la materia. El caballo es la impulsividad, la fuerza. El cochero es la inteligencia, el «Yo» que debe dirigir el conjunto. Si el cochero dormita, se abandona al capricho del caballo y está expuesto a que otro cochero se coloque en su lugar y le arrebathe la dirección. El hombre o la mujer deseosos de realizar su «Yo» íntegro y armónico deben aplicarse a tomar una iniciativa lo más exclusivamente personal que sea posible sobre la conducta de su vida. Esto no significa ser presuntuoso y no querer escuchar nada; es sobre todo razonar por sí mismo, buscar sus inspiraciones en la observación, en el experimentalismo, en la lección que se desprende de los hechos, en las palabras o los escritos de los otros, para sacudir así la subjetividad en la más amplia medida posible. El dominio de uno mismo es primordialmente indispensable desde el triple punto de vista sensorial, sentimental e intelectual. La equidad y la imparcialidad son sin contradicción las más grandes virtudes (las más raras también), porque ellas conciben el ergotismo y el altruismo, dando a aquél una cumbre donde reinan la paz y la armonía, y a éste el máximo de poder útil. Ellas desprenden el «Yo» de toda servidumbre arbitraria y engrandecen la conciencia de manera que el pensamiento del individuo en favor del colectivo sea el mismo que alienta el colectivo por él. (Entiendo el colectivo en el sentido más amplio: la humanidad.)

Que la conciencia persista o no después de la muerte, el camino es siempre el mismo. La ley que rige el Universo es constante, omnipotente y uniforme o ella se niega a sí misma. Cada vez se pone más de manifiesto que el psiquismo humano no es una resultante, sino una entidad distinta de la substancia física.

2. AUTONOMÍA DEL «YO». — La exposición completa de los hechos conciliables con la tesis materialista no tiene sitio en una obra de vulgarización. Debo, por consiguiente, recomendar al lector deseoso de conocer los documentos científicos proporcionados por la ciencia experimental, la obra del doctor Geley *Del Inconsciente al Consciente*, publicada por el editor Alean en la Biblioteca de filosofía contemporánea, y el libro de Dwelshauvers *El Inconsciente*, publicado por el editor

Flammarión en la Biblioteca de filosofía científica. Creo útil, no obstante, colocar ahora a la vista del lector algunos hechos citados por el doctor Geley en la obra referida, según los Anales de las ciencias psíquicas, mostrando que el cerebro parece más bien el instrumento del «Yo» del psiquismo superior, que el organismo único y esencial de la inteligencia: «Edmundo Perrier presentó a la Academia francesa de Ciencias, en su sesión del 22 de noviembre de 1913, una observación del doctor R. Ro-binson referente a un hombre que vivió un año casi sin sufrimiento, sin ninguna perturbación mental aparente, con un cerebro reducido al estado de papilla y no formando más que un vasto absceso purulento.

»En julio de 1914, el doctor Hallopeau presentó a la Sociedad de cirugía el relato de una operación que se hizo sufrir en el hospital Necker a una joven caída de un vagón del «metro». En la trepanación se pudo comprobar que una notable porción de la materia cerebral había sido reducida literalmente a una pasta.

»Se limpió, se cerró, quedando la enferma perfectamente curada.»

Véase ahora lo que publicaron los diarios parisienses con motivo de la sesión de la Academia de Ciencias de París el 24 de marzo de 1917:

«La ablación parcial del cerebro. — Como continuación a sus comunicados anteriores, que contradicen ciertas ideas generalmente profesadas hasta ahora, el doctor A. Guépin, de París, dirige a la Academia un nuevo informe de estudio del problema. Menciona que su primera operación fue hecha al soldado Luis R..., en la actualidad jardinero en las cercanías de París, y que habiendo sufrido la pérdida de una enorme parte de su hemisferio cerebral izquierdo (sustancia cortical, sustancia izquierda, núcleos centrales, etc.), continúa manifestándose intelectualmente como un sujeto normal, a pesar de las lesiones y del levantamiento de las circunvoluciones consideradas como asiento de facultades esenciales. De esta observación típica y de otras análogas del mismo autor que conoce la Academia de Ciencias, el doctor Guépin estima que se puede concluir hoy hin temeridad :

»1.º Que es posible en el hombre la amputación parcial del cerebro, y relativamente fácil, exceptuando algunas heridas que los tratados clásicos parecen condenar todavía a una muerte cierta o por lo menos a enfermedades mentales.

»2.º Que los operados parecen en ocasiones no resentirse en nada de haber perdido tal o cual región cerebral.

»El trabajo del doctor Guépin fue enviado a estudio del doctor Laveran para que emitiera un informe.

»Esta cuestión es evidentemente de tal importancia desde el punto de vista de nuestros estudios y de lo humano en general, que creemos útil traducir y consignar un pasaje del discurso pronunciado el 7 de agosto de 1916 por el doctor Agustín Iturricha, presidente de la Sociedad Antropológica de Sucre (Bolivia), en una sesión de dicha Sociedad: »Pero aquí tenemos — dice — hechos sorprendentes, recogidos en la clínica del doctor Nicolás Ortiz y que el doctor Domingo Guzmán ha tenido la

amabilidad de comunicarme; estos informes proceden de dos altas personalidades de nuestro mundo científico, de dos verdaderos sabios:

»El primer caso se refiere a un muchacho de 12 a 14 años, fallecido en el pleno uso de sus facultades intelectuales, a pesar de que su masa encefálica fue completamente destacada del bulbo, en las condiciones de un hombre realmente decapitado. Muy grande debió ser la estupefacción de los clínicos encontrando en el momento de la autopsia, cuando se abrió la cavidad craneana, las meninges hiperemiadas y un gran apóstema ocupando casi todo el cerebelo, una parte del cerebro y la protuberancia; se sabía, sin embargo, que aquel niño, momentos antes, pensaba con vigor. Debieron los profesores, forzosamente, preguntarse: “¿Cómo pudo ocurrir eso?” El muchacho se quejaba de una cefalalgia violenta, su temperatura no bajó de 30°; los únicos síntomas dominantes consistían en la dilatación de las pupilas, fotofobia y una gran hiperestesia cutánea. Diagnóstico: meningoencefalitis.

»El segundo caso no es menos raro. Fue ofrecido por un indígena de 45 años de edad, habiendo sufrido una contusión cerebral al nivel de la circunvolución de Broca, con fractura del temporal y parietal izquierdos. La observación del paciente había revelado: elevación de temperatura, afasia y hemiplejía derecha. El director y los demás médicos de la clínica emprendieron con el enfermo un interesante experimento de reeducación del lenguaje; a poco esfuerzo se consiguió hacerle pronunciar ocho o diez palabras perfectamente comprensibles y distintas. Por desgracia no se pudo continuar el experimento a causa de que el paciente, a los veinte días, fue atacado de una fuerte elevación de temperatura y de una encefalalgia intensa seguida de delirio y de coma; expiró treinta horas después. Al hacerse la autopsia se encontró un gran absceso ocupando todo el hemisferio cerebral izquierdo. Entonces también pudieron preguntarse: “¿Cómo pensaba este hombre? ¿Qué órgano le servía para pensar después de la destrucción del órgano que, en opinión de los fisiologistas, es el asiento de la inteligencia?”

»Un tercer caso de la misma clínica lo presentó un joven agricultor de 18 años; la autopsia mostró tres abscesos del tamaño de una mandarina, ocupando cada uno parte del cerebro con comunicaciones recíprocas. A pesar de eso el enfermo pensaba como los demás hombres, de tal manera que un día pidió y obtuvo permiso para ir a ocuparse de arreglar sus pequeños negocios. Falleció de vuelta en el hospital.»

¿Sería el «Yo», como las experiencias de desdoble postletárgico (ver Libro II) tienden ya a hacerlo admitir, distinto del organismo y del cerebro? ¿Este último órgano no es más que su substrátum, su instrumento, como el piano es el instrumento del pianista? Razón de más entonces para desarrollarlo, para adquirir el «conocimiento» en la más amplia medida posible, porque, en ese caso, después del aniquilamiento del cuerpo físico, nosotros — es decir, nuestra personalidad esencial — subsistiremos y continuaremos verosímilmente beneficiándonos de los medios adquiridos durante su encarnación.

3. POTENCIA DEL HOMBRE SOBRE ÉL MISMO. — Todo sucede como si el «Yo», considerado como principio distinto, pudiera disociarse del ascendiente del complejo orgánico, hasta reinar en él como amo. La autosugestión, el ejemplo de los estigmatizados nos lo demuestra (ver Bourneville, Luisa Latean), hace atravesar la sangre en un sitio determinado de la piel. El sistema vasomotor, vehículo de la acción del pensamiento en no importa qué órgano del cuerpo y el ascendiente que somos capaces de ejercer sobre nuestro cuerpo, está medido a nuestra capacidad de formar conceptos precisos y concentrar un tiempo toda nuestra atención en ellos.

Ejercitándose con la autosugestión y el esfuerzo de resistencia en conquistar la mayor impasibilidad posible a nuestras impresiones, nos desprendemos de la influencia de los otros e impedimos toda invasión del subconsciente con influencias que ilusionen el juicio y usurpen su papel en la dirección de nuestras resoluciones.

El grado de nuestra objetividad mide el de nuestro libre arbitrio y hasta nuestra misma libertad material porque, aprendiendo a dominarnos, a gobernarnos, llegamos a ser aptos para ofrecer la menor presa posible al torno social que nos sujeta, sobre todo con nuestras necesidades ficticias, con nuestra falta de reacción contra las sugerencias de la ilusión. Es con frecuencia por no haber querido dominar una de nuestras tendencias como fracasa nuestra objetividad al realizarse. La pasividad, la emotividad, la sensibilidad, llegan a ser tributarias de la influencia de un medio, de las impresiones que las gentes nos hacen experimentar, que logran convertir a un individuo en el autómatas de otro — tal como el sujeto hipnotizado ante el operador — y desarrollar en él un automatismo a la fuerza, contra el cual, a pesar de toda su rebeldía, el «Yo» tiene la mayor dificultad en substraerse. Advierte este abuso el día en que creyó obrar libremente prestándose al encadenamiento. Cualquiera que sea el método elegido para arrancarse los tentáculos del determinismo psicofisiológico y del ambiente, dicho método será siempre mejor que la pasividad. Los místicos imbuidos en la falta de deseo se libentan indudablemente de las causalidades inferiores; pero no adquieren el conocimiento, el cual reclama la experiencia, es decir, la participación en la vida activa y la prueba de todas las reacciones que ésta lleva consigo. Encerrarse en un claustro para substraerse a las incitaciones de las que es preciso desprender el «Yo», no es de ningún modo una solución. No es sentándose en la arena de la playa como se desarrolla la conciencia y los músculos en el sentido deseado para resistir el oleaje; es arrojándose resueltamente al agua después de haber educado racionalmente el propio automatismo según las leyes de la natación. El hombre se encuentra en este océano que es la existencia, y en el momento que llega a alta mar, donde las olas se hacen violentas, se halla a veces en pleno peligro con medios insuficientes. Si no puede reaccionar, recoger sus energías, aumentar rápidamente sus fuerzas, es segura su pérdida. El lector que se considere accesible a las nociones expuestas en esta última parte de la obra, comprenderá la importancia enorme de rehacerse, de comenzar la disolución de su «Yo» con frecuentes meditaciones, de emprender el dominio de sí mismo, a pesar de cualquier consideración o solicitud que tienda a retardarlo. Los que a la edad adolescente se benefician del reconocimiento de las ciencias psíquicas, pueden creerse muy bien favorecidos. Cuentan ya con el tiempo de una preparación y de una disposición suficientes para afrontar la lucha por la vida, o más materialista o espiritualista, las satisfacciones de la vida, en el sentido

común del concepto, deben ser buscadas, si se quiere ser más dichoso, en planes progresivamente amplios, extensos, elevados. El crecimiento del «Yo», de la extensión del conocimiento, de la conciencia, de los medios de acción, debe ascender hasta la muerte; de lo contrario queda rota la armonía del ego. La senilidad física no es un corolario forzado de la senilidad psíquica; el doctor Geley, en su obra ya citada, y el doctor De Sermynn, en su Contribuciones al estudio de ciertas facultades cerebrales desconocidas, lo han demostrado admirablemente partiendo del estudio del psiquismo. Metchnikoff y los doctores Michaud y Sartory hacen conclusiones en el mismo sentido basándose en la biología y la fisiología.

4. EXTERIORIZACIÓN DE LA POTENCIA PERSONAL. — El pensamiento obra hacia el exterior. Lo he establecido en el Libro I, capítulo IV; lo he tratado en otra obra (El hipnotismo a distancia) al deducir las leyes de la acción telepsíquica, sintetizando la enseñanza que se desprende de los hechos adquiridos en mi propia experimentación y las afirmaciones de la metafísica oriental antigua. Esta acción, que lleva al exterior de nosotros mismos la expresión de nuestra voluntad, es un arma de dos filos que sirve a los que se adueñan de ella y burla a los inertes. Después de algunas comprobaciones experimentales, creo que el lector concebirá una gran satisfacción de haber tomado conciencia de ese poder personal con el que tenemos la certeza de que nuestros conceptos, sólidamente contruidos y obstinadamente sostenidos, cuentan a su servicio con un vehículo que tiende a realizarlos. Como no importa el medio de acción, el poder psíquico puede servir lo arbitrario. A consecuencia de la publicación de mi Tratado de Magnetismo, Hipnotismo y Sugestión, aparecido en 1900, me he visto reprochar en el Velo de Isis por un místico disidente de la Escuela hermética, el señor Sédir, haber vulgarizado la sugestión mental, lo que en opinión del señor Sédir desarrolla el orgullo y el egoísmo. Esta objeción pudiera generalizarse a todo intento de vulgarizar un medio de acción cualquiera.

La experiencia demuestra que al emprender ciertos pensamientos se hacen receptivos los pensamientos análogos. El conocimiento de la telepsiquia no puede en consecuencia más que incitar el progreso moral; además, revela que no basta ser moralmente irreprochable, complaciente, sentimentalmente bueno. Hay que tener también el dominio de sí mismo, es decir, encontrarse capaz de resistir el ascendiente posible de la acción psíquica de los violentos, de las mentalidades dotadas naturalmente de un vigor superior al término medio, siendo estos últimos, por el hecho mismo de su fuerza, inclinados en particular al despotismo. La dulce sensibilidad que resulta del género de cultura psíquica (o más bien emocional) preconizado por el misticismo neocristiano del señor Sédir debe proporcionar a sus adeptos una cantidad insignificante de resistencia y de personalidad.

Por otra parte, yo permanezco de completo acuerdo con la tradición hermética despreciada por Sédir. Ex colaborador del doctor Encausse (Papus), debe recordar las enseñanzas dadas por el maestro sobre el desarrollo del hombre-voluntad. (Ver Papus, Tratado elemental de magia práctica.)

Según los teósofos, el pensamiento obra exteriormente a nosotros, a través de la distancia, sobre aquellos en quienes pensamos, y crea una atracción entre las mentalidades cuyo tono de vibración es idéntico o presenta por lo menos algunas identidades; igualmente, suponen que ejerce una acción sobre las causas segundas, sobre la trama de los acontecimientos. Todo sucede como si eso fuera exacto y pudiera explicarse sencillamente por los efectos de la telepsiquia humana considerada aisladamente. Ésta consiste en atraer a sí las mentalidades compatibles con los proyectos, los trabajos, los sentimientos, los deseos que se emiten, o bien crear las circunstancias, evolucionar hacia el plan en el que nuestros conceptos pueden recibir una realización.

En tal supuesto, la multiplicidad de nuestros estados de alma es la única causa de que no realicemos ni obtengamos lo que hubiéramos deseado. Efectivamente, no basta querer una cosa; es necesario también no desear al mismo tiempo otra antagónica, y éste, sin embargo, es el defecto capital de la especie humana. Querer de una vez el equilibrio fisiológico, el bienestar constante del estado de salud y los intensivos goces sensuales; desear las luces del conocimiento y las satisfacciones pasionales; buscar paralelamente una fortuna colosal y el desarrollo estético; pretender cumplir una obra grandiosa y vivir un amor desatinado; todo eso significa lo mismo que emitir dos corrientes de fuerza que tienden a neutralizarse. Pero el hombre, en su presunción innata, aspira a un número considerable de bienes, de satisfacciones, de placeres antagónicos los unos de los otros. La telepsiquia no es una varita mágica; se ejerce con el tiempo y el esfuerzo. La concentración de toda la energía de que es capaz hacia un solo objetivo es la llave del éxito. Mientras que un individuo naturalmente bien dotado, en extremo inteligente, puede permanecer en la vida como un náufrago infeliz, si disemina sus fuerzas, el más humilde que sepa y quiera aplicarse a un objeto único, entregarse en cuerpo y alma a este objeto, puede esperar con la confianza más fundada un triunfo seguro.

Los que poseen brillantes facultades innatas se imaginan que todo se les debe cuando tienen conciencia de la amplitud de su acción; manifestar furtivamente sus facultades es una cosa; ejercerlas con continuidad, obstinación, persistencia, es otra cosa, y esta otra es sólo la que interesa.

En definitiva es el «Yo» más importante que sus acondicionamientos. La nave más perfeccionada se perderá si el piloto, a pretexto de las excepcionales cualidades del barco que dirige, no consiente en permanecer en el timón, si lo abandona casi constantemente. Una mísera embarcación, más o menos defectuosamente organizada, llegará a puerto si es dirigida por un hombre enérgico y vigilante que lleve el timón sin debilitarse. El timón del destino reclama los esfuerzos concentrados del «Yo».

La primera ley de la influencia psíquica consiste en reducir los estados de alma, en optar por un objeto compatible con el género de vida que se desea llevar y en incorporarse, digámoslo así, a la realización de dicho objeto.

Pienso, además, que la adquisición de una perfecta competencia en una rama cualquiera, hasta si no es necesaria a nuestro provecho, es el medio de asegurar la

mayor suma de satisfacciones posibles al mismo tiempo que una base admirable para el crecimiento del conocimiento, para la evolución en sí misma del «Yo». El dominio de los hechos proporciona una base de estudio y de observación, creando una fuente de conocimiento que a ningún libro permite superar. Si quiere aplicarse a recoger las relaciones de una rama determinada de la actividad humana con todas las otras — materiales o intelectuales — tiene ante sí una escala de evolución que ni la duración de una larga existencia lograría alcanzar enteramente.

POSTFACIO

Por imperfecto que sea este libro llenará seguramente en una amplia medida el objetivo que me fijé al prepararlo: propagar el conocimiento de las ciencias psíquicas, encarrilar los mejores pensamientos de progreso y de desarrollo de la personalidad, poner al alcance del mayor número la práctica del Magnetismo, del Hipnotismo, de la Sugestión y de la Telepsiquia, tanto por lo que tienen de edificante como por su utilidad directa.

He intentado reunir en una especie de síntesis el conjunto de los hechos que son conquistas de la ciencia, las ideas que de ellos se deducen y sus aplicaciones prácticas.

No me limité a formar una compilación, más o menos bien clasificada; quise condensar en un mismo método de experimentación todos los procedimientos utilizados hasta hoy para la producción de los diversos fenómenos psicomagnéticos.

Como lo proclamaba ya hace diez años un vulgarizador de los más distinguidos, Jean Filiatre, es al público, al hombre que no dispone de tiempo ni de recursos para entregarse a estudios especiales, a quien debemos poner en condiciones de comprobar personalmente la realidad de los fenómenos magnéticos e hipnóticos, y de esta forma dedicarán más útilmente su atención al estudio de las ciencias psíquicas.

Libre de toda influencia doctrinal, fue posible que me cuidara exclusivamente de la verdad, sin inclinarme ante las afirmaciones de ninguna Escuela. Todas las que existen han dado su contribución a este libro. El lector pudo apreciar mi preocupación continua en identificar los diversos sistemas.

Por eso, en lo que se refiere a la producción de la hipnosis, he reunido en un método único todos los procedimientos empleados, sea aisladamente, sea en grupos de dos o tres, por los experimentadores más célebres.

Doy, al terminar, la seguridad más afirmativa del éxito experimental a todos los que pongan en práctica casi exactamente mis instrucciones.

PAUL C. JAGOT

Magnetismo Hipnotismo Sugestión
MÉTODO CIENTÍFICO DE EXPERIMENTACIÓN
AL ALCANCE DE TODOS

He aquí un libro, verdaderamente singular, en el que se exponen, de una manera clara y precisa, los procedimientos más eficaces y rápidos para que cualquier persona pueda obtener todos los fenómenos, todas las manifestaciones, todas las posibilidades del Magnetismo, del Hipnotismo, de la Sugestión y de la Telepsíquica. Dominación, influencia y autoridad sobre todos, aun a distancia, por sugestión mental. Éxitos rápidos y seguros en los negocios o empresas y en el matrimonio. Alivio y curación de las enfermedades orgánicas, nerviosas y mentales y de los malos hábitos. Desarrollo de la voluntad, de la memoria, de la inteligencia, de la seguridad en sí mismo y de la energía. Lucidez, clarividencia, transmisión del pensamiento, etc. Esta obra —bien podemos decirlo sin que se nos contradiga— es la más completa y la más práctica en su género. Aparte del método personal del autor, verdadera autoridad en la materia, se exponen también en este libro todos los conocimientos humanos, antiguos y modernos, sobre las ciencias psíquicas.

CLARIVIDENCIA. MEDIUMNISMO. TERAPIA PSICO-MAGNÉTICA.
LUCIDEZ SONAMBÚLICA.

EDITORIAL IBERIA, S. A.
Plató, 26 - 08006 Barcelona

ISBN 84-7082-262-4



9 788470 822629