

CAMBIOS MÁGICOS CON

PNL

Cómo invitar a tu vida los
cambios que realmente necesitas



CARLOS FONSECA

EL LIBRO MUERE CUANDO LO FOTOCOPIAN

Amigo lector:

La obra que usted tiene en sus manos es muy valiosa, pues el autor vertió en ella conocimientos, experiencia y años de trabajo. El editor ha procurado dar una presentación digna a su contenido y pone su empeño y recursos para difundirla ampliamente, por medio de su red de comercialización.

Cuando usted fotocopie este libro, o adquiere una copia "pirata", el autor y el editor dejan de percibir lo que les permite recuperar la inversión que han realizado, y ello fomenta el desaliento de la creación de nuevas obras.

La reproducción no autorizada de obras protegidas por el derecho de autor, además de ser un delito, daña la creatividad y limita la difusión de la cultura.

Si usted necesita un ejemplar del libro y no le es posible conseguirlo, le rogamos hacérselo saber. No dude en comunicarse con nosotros.

EDITORIAL PAX MÉXICO



ILUSTRACIONES: Laura García Renart

© 2001 Editorial Pax México, Librería Carlos Cesarman, S.A.
Av. Cuauhtémoc 1430
Col. Santa Cruz Atoyac
México, D.F. 03310
Teléfono: 5605 7677
Fax: 5605 7600
editorialpax@editorialpax.com
www.editorialpax.com

Primera edición
ISBN 978-968-860-574-5
Reservados todos los derechos
Impreso en México / Printed in Mexico

*Con amor a mis padres y a todas las
personas que con mucha paciencia y
cariño asisten a mis seminarios.*

<i>Prólogo</i>	<i>vii</i>
1. La virtualidad humana	11
La presencia divina	11
2. Male y la osteoporosis	33
3. La otra realidad	49
4. El sistema amigo y la diabetes	75
5. Las ventanas mentales	87
6. Los principios y los caminos	125

Prólogo

Al escribir el presente prólogo llegó a mi mente el recuerdo de un pasaje del libro de Lewis Carroll, *Alicia a través del espejo*:

—No puedo creer eso —dijo Alicia.

—¿De veras? —preguntó la reina en tono compasivo —inténtalo de nuevo, inhala profundamente y cierra los ojos. Alicia rió.

—No tiene sentido intentarlo —contestó. Uno no puede creer en cosas imposibles.

—Me atrevo a decir que no tienes mucha práctica —expresó la reina.

Deseo darte la bienvenida a este libro de lo casi imposible. La obra tiene la frescura de haber sido extraída de los seminarios que imparto de *mente virtual* o *psicovirtuabilidad*. En su revisión evité al máximo hacerle cortes o agregarle información. Busqué darle una estructura y preferí los casos prácticos. El seminario que imparto es mucho más largo, pero quise dejar constancia de los encuentros con la gente, ya sea como lectura de una sesión, como la práctica de un ejercicio o por las preguntas y respuestas.

En lo particular, me siento honrado con que leas este libro y deseo que lo leas con el mismo ánimo que

transmite la reina a Alicia. Con respeto y con una enorme ilusión, quiero que el presente volumen despierte en ti la curiosidad y te haga sentir un ser valioso.

1

La virtualidad humana

La presencia divina

Es maravilloso ser testigo y actor de la infinidad de cambios que podemos crear a partir de nuestra imaginación y nuestros deseos. Un día me trajeron a consulta a doña Lupe, una señora de aproximadamente 75 años de edad, con un cáncer expandido por todo el abdomen. Sus familiares deseaban que yo le diera apoyo emocional, debido a que doña Lupe no quería comer y tenía programada una intervención quirúrgica tres días después destinada a extraerle el cáncer, para lo cual debía tener un estado físico y emocional lo suficientemente fuerte con el fin de tolerar la operación y el periodo de recuperación. Doña Lupe se veía abatida, con un caminar lento, el cuerpo agachado y el rostro pálido, iluminado sólo por sus claros ojos verdes. Con dificultades y ayudada por su hijo, se sentó en el sillón. Su hablar era lento y dificultoso; a pesar de ello, la noté de buen humor. Me hizo un par de bromas acerca de mi colita en el cabello. Le pregunté cómo se sentía para la operación:

LUPE

Me siento bien. Ellos (señalando el lugar de la otra habitación, donde había despachado a sus familiares)

quieren que coma mucho y yo tengo poca hambre. Pobrecitos, están preocupados.

CARLOS

Me da gusto que se sienta bien, Lupita. ¿Qué espera de la operación?

LUPE

Primero Dios, ojalá y todo esté bien, aunque sé que ésta es una enfermedad muy difícil de quitar. Dios dirá.

CARLOS

Sí, primero Dios. ¿Usted cree que Dios pueda ayudarla a salir bien de la operación?

LUPE

Ojalá así sea, doctor. Yo confío mucho en Él.

CARLOS

Eso me parece muy bien.

LUPE (*Se me queda mirando con ojos de incredulidad.*)

¿Usted cree en Dios?

CARLOS

Lo importante, Lupita, es ¿usted confía en que Dios va a estar cerca de usted en la operación?

LUPE (*Inclina ligeramente la cabeza y hace el cuerpo hacia adelante.*)

Ay, mi'jo, le voy a contar un secreto. Se ve que usted es un buen hombre. Mis familiares se burlan cuando les cuento lo que me pasó y no les gusta que lo diga a otras personas, porque, si no, la gente me tacha de loca. Yo he tenido tres ocasiones en que he sentido la presencia de Dios.

CARLOS

¿Cómo sintió la presencia de Dios, Lupita?

LUPE

Fíjese que en una ocasión en que me operaron de la apéndice, yo estaba muy nerviosa y estaba rece y rece.

Cuando estaba acostada en la plancha de operaciones, de pronto sentí muy clarito cómo Dios me tocó la mano (*señala la mano izquierda*). Yo voltéé para ver si era uno de los doctores, pero no era así. Sentí de pronto mucha calma y recé, cerré los ojos rezando, sintiendo su mano sobre la mía. Me sentí tan segura y llena de paz. Supe inmediatamente que la operación iba a estar bien... y lo fue, doctor, lo fue. Mis hijos dicen que sólo lo imaginé, pero yo estoy segura que no. ¿Usted me cree, doctor?

CARLOS

Sí, claro, ¿por qué habría de dudarlo?

LUPE

¿De a de veras me cree?

CARLOS

Por supuesto y seguramente estará con usted en esta operación, ¿no lo cree así?

LUPE (*Se sonríe.*)

Ojalá, doctor, ojalá.

CARLOS

Una vez que se recupere de la operación, ¿qué es lo que usted hará, Lupita?

LUPE

No lo sé. Tal vez cuidar a mis nietas, pero ¿usted cree que salga bien de la operación, doctor?

Carlos

No tiene por qué desconfiar. Sólo basta con confiar, rezar y pedirlo. Me gustaría hacerle un ejercicio para que se relaje, Lupita. Me gustaría hacerle el ejercicio para que recuerde con claridad aquel momento. Me gustaría hacerle el ejercicio para que esté totalmente confiada del amor y la sabiduría de Dios, y reciba la gracia de Dios en este momento.

LUPE

Sí, doctor.

CARLOS (*La ayuda a acomodarse en el sillón.*)

Póngase cómoda, cierre los ojos, respire suavemente y empezará a sentir cómo su cuerpo olvidará los dolores. Empezará a sentir cómo su cuerpo recuerda cómo estar descansando. Y mientras su cuerpo recuerda cómo estar descansando, su mente recordará aquel momento cuando fue tocada por la mano de Dios. (*A partir de este momento, el volumen de mi voz fue bajo y mi ritmo al hablar fue lento y pausado, dando tiempo para que Lupita accediera a cada información.*)

Recuerde los momentos anteriores a la operación, antes de entrar a la sala de operaciones; tal vez estaba en un cuarto. Su mente le ayudará a recordar esas imágenes. Todo aquello que sus ojos veían, las enfermeras, los doctores, sus familiares, las personas que la acompañaban, el mobiliario del hospital. Su mente le ayudará a recordar los sonidos del hospital, las voces, tal vez hasta los colores y la textura de la ropa que traía puesta. Recuerde lo que se decía a sí misma. ¿Cómo se sentía?, ¿cómo sentía su cuerpo?, ¿sentía dolores?, ¿en qué partes de su cuerpo los sentía?, o bien, ¿estaba tranquila?, ¿cómo se sentía?

A medida que se acercaba la operación, ¿cómo se sentía? Cuando la estaban preparando para la operación, ¿cómo se sentía?, ¿estaba rezando en esos momentos?, ¿qué rezaba?, ¿cómo rezaba? ¿Eran susurros, como una voz interna? En esos momentos, ¿cómo esperaba ser ayudada por Dios? Recuerde cada detalle.

Ahora está justo en la plancha de operaciones. ¿Cómo se siente?, ¿qué está pensando? Note cómo

está su cuerpo. Tal vez le pusieron anestesia y su cuerpo está respondiendo a ella. Tal vez esté viendo a las enfermeras y doctores. ¿Está usted rezando? Tal vez lo haga ahora con los ojos cerrados. Justamente cuando usted estaba haciendo todo esto, cuando usted estaba sintiendo todo esto, cuando usted le estaba pidiendo a Dios que la ayudara, en este preciso momento sintió cómo su mano fue tocada por la mano de Dios. (*Simultáneamente la toco en la mano izquierda*), eso es (*Esta ancla provocó de inmediato un cambio en la expresión de Lupita, quien sonríe con suavidad, voltea la cabeza hacia un lado y respira profundamente, con la piel enrojecida.*) En este momento, su cuerpo experimenta las mismas sensaciones. ¿Cómo siente la mano de Dios en su mano, su textura, su calor, su amor?

Hay una energía que entra a su cuerpo a través de su mano. ¿Cómo es? Su cuerpo siente en este momento las mismas sensaciones, esa misma temperatura, esa misma esperanza, ese mismo amor, ahora mismo, eso es. Dios es tan bondadoso con usted. Seguramente es usted una de sus hijas predilectas. Ahora mismo, tal vez esté aquí con nosotros, tocándola a través de mi mano. Usted sabe que Dios es omnipresente y puede estar en cualquier lugar, en cualquier momento. Puede estar en el cielo, puede estar en la tierra, puede estar en una flor y puede estar con usted en su cuerpo en este momento. Sienta cómo puede entrar a su cuerpo a través de su mano y ayudarla a sanar, a eliminar su cáncer. Observe y sienta cómo entra a su cuerpo y se dirige a su abdomen en donde tiene el cáncer. Eso es. Ahora mismo está con usted (*Lupita se estremece*). Observe y sienta cómo puede reunir con sus sabias manos el cáncer y reunirlo todo

en un solo lugar. Y puede sentir su cuerpo este movimiento ahora mismo. Eso es, lo está sintiendo, ¿no es así? Dios puede desear que usted y su médico sean los que operen la extracción del cáncer de su cuerpo. Hay cosas que Dios nos deja que nosotros lo hagamos. No sé por qué es tan grande, tan maravilloso. En los próximos días su cáncer estará reunido en un solo lugar en el abdomen. Dios es tan sabio y bueno con usted que si sabe que tiene cáncer en alguna otra parte de su cuerpo, lo tomará y lo reunirá en este solo lugar. El día de la operación, Dios dirigirá las manos del médico para que tome el cáncer y lo saque totalmente de su cuerpo para siempre. Esto es tan maravilloso.

Ahora que Dios está aquí, sólo hay una cosa que necesita hacer. Usted necesita hacerle una pregunta, sólo una. Tal vez su respuesta la pueda sorprender. Su sabiduría no tiene límites. La respuesta de Dios sólo usted la conocerá. Yo no podré escuchar absolutamente nada, sólo usted. Pregúntele, qué es lo que usted hará cuando esté sana en poco tiempo; ¿qué hará usted, Lupita? Pregúntele y escuche su consejo con el oído izquierdo (*Lupita levanta e inclina la cabeza hacia la derecha*).

Ahora, usted ha recibido el consejo, y usted lo sabe consciente e inconscientemente. Esto es tan agradable, ¿no le parece? (*Mueve ligeramente la cabeza afirmando.*) Quiero ahora agradecerle por haberme permitido estar con usted en estos momentos. El día de la operación, su mente consciente y su cuerpo estarán preparados para vivir una vida muy dichosa saludablemente. (*A partir de este momento inicio un proceso de integración y salida a un estado consciente.*)

Una semana después, Lupita fue a mi oficina, acompañada de su hijo, quien me dijo: “Mi mamá está bastante bien, es increíble, está caminando. La operación fue un éxito. El cáncer no estaba expandido como creían los doctores, sólo fue un tumor que extrajeron y ya está bien mi mamá. Por supuesto le van estar haciendo estudios para verificar”.

Doña Lupita me agradeció lo que hice con ella y me dijo, secreteamo al oído, que yo era un santo. Su mirada reflejaba una especie de picardía, como si entre nosotros hubiera un secreto. Yo le agradecí sus atenciones y le expresé: “Dios siempre estará con usted”. Entonces ella me dijo: “lo sé” e inmediatamente después añadió: “ahora sé qué es lo que voy a hacer”. “¿En realidad lo sabe, Lupita?”, le pregunté. “Claro, lo sé muy bien”. La felicité por ello.

Más tarde me han preguntado si no le “di el avión” a la señora, pues fue muy atinado lo que hice. No sólo le di el avión, sino que la trepé en él y yo con ella. Para mí, lo más importante es obtener un resultado que para la otra persona sea saludable. Nos han enseñado en la psicología que entendamos los fenómenos psicológicos a partir de concepciones teóricas, o en la psiquiatría a partir de las clasificaciones. Se nos enseña a escuchar con nuestros oídos, se nos enseña a ver con nuestros ojos, como si nosotros o la psicología tuviéramos la razón. ¿Existe Dios o no? Éste es un asunto que a mí no me compete. Para mí, es suficiente saber que forma parte de la creencia de la otra persona, y los asuntos de Dios son creencias muy poderosas que pueden modificar cualquier corporeidad. Esto sí me compete, y por supuesto lo utilizo si es conveniente. Si es necesario, hasta lo creo en la oficina.