



# La Méthode Dolfino®

---

*Técnicas para  
las heridas de la infancia*



**DOLFINO**

ACTIVA TODO TU POTENCIAL

## Tabla de contenidos

|                                                                             |           |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Los arquetipos .....</b>                                                 | <b>5</b>  |
| El rol de los arquetipos .....                                              | 6         |
| Dos arquetipos fundamentales: ánima y ánimus .....                          | 6         |
| <b>Técnica: el castillo y el ambiente alrededor del castillo .....</b>      | <b>8</b>  |
| Sobre la técnica .....                                                      | 8         |
| Pasos de la técnica del castillo y el ambiente alrededor del castillo ..... | 8         |
| <b>Técnica: el rey y la reina .....</b>                                     | <b>10</b> |
| Sobre la técnica .....                                                      | 10        |
| Pasos de la técnica del rey y la reina .....                                | 10        |
| <b>Técnica: la prisión y la sala de torturas .....</b>                      | <b>12</b> |
| Sobre la técnica .....                                                      | 12        |
| Pasos de la técnica de la prisión y la sala de torturas .....               | 12        |
| <b>Técnica: la pirámide de ADN .....</b>                                    | <b>14</b> |
| Sobre la técnica .....                                                      | 14        |
| Pasos de la técnica de la pirámide de ADN .....                             | 14        |
| <b>Técnica: el arquetipo dominante .....</b>                                | <b>16</b> |
| Los preparativos del viaje.....                                             | 16        |
| Pasos de la técnica del arquetipo dominante .....                           | 28        |
| <b>Elementos que se pueden integrar a tus sesiones de hipnosis .....</b>    | <b>29</b> |
| El efecto Pigmalión .....                                                   | 30        |
| <b>Las heridas de la infancia .....</b>                                     | <b>31</b> |
| De una generación a otra .....                                              | 32        |
| Somos responsables, pero no culpables .....                                 | 32        |
| Las heridas y su rol en las relaciones de pareja .....                      | 33        |
| Los cuatro tipos de parejas .....                                           | 33        |
| Las emociones, sus impactos y sus necesidades .....                         | 34        |
| Reconocer las heridas de la infancia .....                                  | 35        |

|                                                     |           |
|-----------------------------------------------------|-----------|
| <b>Técnica: las puertas del hotel .....</b>         | <b>39</b> |
| Acerca de la técnica .....                          | 39        |
| Etapas de la técnica de las puertas del hotel ..... | 39        |
| <b>Técnica: los niños heridos .....</b>             | <b>41</b> |
| Acerca de la técnica .....                          | 41        |
| Etapas de la técnica de los niños heridos .....     | 41        |
| <b>Conclusión .....</b>                             | <b>43</b> |
| <b>ANEXOS .....</b>                                 | <b>44</b> |

Con la Méthode Dolfino®, acompañas a las personas que te lo solicitan con facilidad y simplicidad. Sin duda puedes darte cuenta de la eficacia de las herramientas y técnicas que has integrado en tu práctica.

Las técnicas para las heridas de la infancia son un elemento importante de la Méthode Dolfino®. Este apartado te va a permitir comprender y corregir los malos hábitos y comportamientos limitantes en ti y en los demás. Estas nuevas técnicas también te van a permitir mejorar tus relaciones interpersonales y te van a permitir disfrutar de nuevas experiencias de vida.

## Los arquetipos

El Yo Joven tiene una influencia importante en la elaboración de tu «mapa del mundo» y esquematiza sus visiones del mundo en forma de arquetipos.

Tu Yo Joven es como un disco duro. Registra todo, las experiencias (lo que has visto, escuchado, sentido) y las acciones. Además, posee su propia comprensión e interpretación de los acontecimientos. A menudo, estos «registros» están deformados o son imprecisos, porque son fruto de las experiencias de la temprana edad sin la comprensión completa de la situación vivida. Incluso a veces puedes tener la impresión de haberlos olvidado. Como la capacidad de tu memoria consciente es muy limitada, crees haber «olvidado» ciertos detalles de tu primera infancia que te parecían sin interés. Pero, sin embargo, todo está ahí. Conscientemente, tus creencias no son, en definitiva, más que el resumen de tu «stock de memoria» deformado.

Sin embargo, todo esto influye profundamente en el curso de tu vida al modificar tu visión de las cosas y al actuar sobre tus esperanzas, tus creencias, tus opiniones y tus dudas.

Las experiencias repetidas continuamente a lo largo de tu infancia, pero también vividas a través de tu educación, fruto de una cultura transgeneracional, se han depositado en tu espacio mental, encarnándose así en **arquetipos**. Es un poco como si estos recuerdos hubieran sido clasificados y guardados en «cajas» con etiquetas como:

- El niño
- El masculino interior
- El femenino interior
- El sabio
- El crítico
- Etc.

Son, en cierto modo, cajas de Pandora que contienen, por ejemplo, todas las representaciones de la mujer que has asociado a «la mujer tipo». Esta «caja» ha tomado una forma y un aspecto particular, y encierra todo el historial de tu visión y de tu comprensión de la mujer. Contiene una gran cantidad de información. Así, has transformado inconscientemente la información (ya deformada) almacenada en tu memoria en un arquetipo de la mujer.

La belleza de la terapia arquetípica y simbólica es que es posible transformar esta información, a menudo deformada, que nos limita, nos hace sufrir, disminuye nuestro nivel de felicidad y causa comportamientos destructivos en nuestra vida, modificando el aspecto de la caja.

## El papel de los arquetipos

Los arquetipos son en cierto modo los residuos arcaicos, las imágenes primordiales innatas y originales que constituyen la herencia del espíritu humano. Los arquetipos producen tipos de comportamientos afectivos e intelectuales comunes a toda la humanidad desde el origen de los tiempos. Los encontramos en todo momento y en todo lugar en los cuentos, las leyendas y los mitos de la literatura universal, así como en los sueños, las fantasías, las imágenes delirantes, las ilusiones, las representaciones artísticas y los fantasmas de las personas que viven hoy en día.

Residen en la tendencia de los seres humanos a representarse estas imágenes o motivos mitológicos. Estas representaciones varían en los detalles según la persona sin perder su esquema fundamental, y siempre están cargadas de emociones. El arquetipo es a la vez imagen y emoción.

Los arquetipos representan temas, mitos, imágenes simbólicas o sueños de la humanidad, o bien modelos de comportamiento instintivo.

## Dos arquetipos fundamentales: ánima y ánimus

Según C. G. Jung <sup>1</sup>, cada ser humano lleva en sí la imagen del otro sexo. El inconsciente del hombre posee un elemento complementario femenino, «el ánima», y el inconsciente de la mujer un elemento complementario masculino, «el ánimus». Es este «compañero interior» el que nos hace un ser humano entero y autónomo, pero para llegar a ser entero, hay que ser capaz de reconocer y dejar expresarse esta parte de uno mismo, a menudo desconocida.

Estos dos arquetipos siempre coexisten en ti. Según el tipo de vida que hayas llevado, tu recorrido de vida, tu cultura y tu educación, tu ánima y tu ánimus pueden haber sido heridos de varias maneras, lo que provoca un desequilibrio en ti. Esto puede causarte problemas de salud, tristeza y un malestar interior. El objetivo de las técnicas de hipnosis que aprenderás será entonces paliar estos desequilibrios.

|               | <b>Función</b>                    | <b>Modo en el que encontramos</b>        | <b>Representaciones simbólicas</b>                                                             |
|---------------|-----------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ánima</b>  | Equilibra el consciente masculino | «Soltar», fuera del tiempo y del espacio | Tierra, luna, naturaleza, agua, océanos, cuevas, pantera, araña, cierva, loba, sirena (herida) |
| <b>Animus</b> | Equilibra el consciente femenino  | Acción, expresión de las opiniones       | Águila, toro, león                                                                             |

<sup>1</sup> Carl Gustav Jung es un psiquiatra suizo que dio origen a la psicología analítica. Es el creador del concepto de arquetipos.

Aquí tienes otros 12 arquetipos importantes que se pueden invocar durante un Viaje Arquetípico para ayudar a la persona guiada a activar su pleno potencial:

**El inocente :** Nos permite explorar la confianza y el optimismo.

**El huérfano :** Cuando nos sentimos solos, abandonados y traicionados, nos enseña a recomponernos, a asumir nuestras responsabilidades, a satisfacer nuestras propias necesidades.

**El guerrero :** Nos permite determinar nuestros objetivos, nos da coraje y nos permite tener la disciplina para luchar por nosotros mismos y por los demás.

**El protector/ángel guardián:** Nos enseña a cuidar de nosotros mismos y de los demás.

**El explorador :** Está en busca de esa parte de nosotros insatisfecha. Desea ser auténtico, nos enseña a ser curiosos.

**El rebelde :** Es quien rompe las reglas, los antiguos patrones. Nos enseña a valorar nuestra libertad de actuar, de pensar y de elegir.

**El enamorado:** Nos enseña a enamorarnos de nuestro proyecto, de las personas. También nos enseña el placer sensual y el deseo de entrar en contacto con los demás, tanto física, emocional como intelectualmente, nos conduce al compromiso.

**El creador :** Nos ayuda a comenzar a expresar nuestro verdadero Yo en el mundo, nos permite ser innovadores. Nos prepara para regresar al reino.

**El líder:** Permite tomar decisiones claras para alcanzar la prosperidad, busca la armonía y el equilibrio.

**El mago :** Nos permite ser aptos para la curación y la transformación de uno mismo.

**El sabio:** Nos permite enfrentar nuestra subjetividad y nuestras ilusiones, invita al soltar para permitirnos comprometernos, a estar en el desapego.

**El bufón del rey:** Nos enseña a estar en la alegría y la espontaneidad, es la recompensa final de nuestro viaje.

Las técnicas que siguen pueden combinarse entre sí según tu estrategia para responder a las necesidades de la persona que estás guiando.

## Técnica: el castillo y el ambiente alrededor del castillo

El castillo es el arquetipo del lugar ideal de vida, es la morada del Gran Yo. Es una reconexión con tu esencia profunda.

Esta técnica extremadamente simple, que no es otra cosa que un Viaje Arquetípico, se guía fácilmente. Tu rol como guía será invitar a mejorar una y otra vez el castillo y el ambiente alrededor del castillo. Todo debe ser extraordinario. Como guía, debes asegurarte de que el castillo sea lo más fabuloso posible.

Esta técnica actúa de manera positiva y espectacular sobre los casos de depresión. Será recomendable utilizar esta técnica en varias sesiones y prescribirla en autohipnosis a la persona guiada para hacer que la mejora sea duradera.

### Acerca de la técnica

Esta técnica debería hacerse antes y después de la técnica de los niños heridos.

### Etapas de la técnica del castillo y el ambiente alrededor del castillo

#### 1) La inducción de trance

Proceder a la puesta en trance mediante focalización, profundización y luego expansión de conciencia. (Ver la inducción en *Méthode Dolfino®: técnicas básicas*, p. 44 y siguientes)

#### 2) El castillo

La persona guiada descubre y describe el castillo. El guía invita a la persona guiada a mejorar el castillo. Este puede agrandarse, decorarse con piedras preciosas, tener una torre, un ala adicional, todo es posible.

#### 3) El ambiente del castillo

El guía invita luego a la persona guiada a mejorar el ambiente alrededor del castillo. Esto puede ser mejorar el soleamiento o cualquier otro elemento meteorológico, crear jardines exuberantes, cambiar el horizonte para obtener una vista espectacular, tener una naturaleza circundante en plena salud... Cuida respetar las elecciones de la persona guiada y animarla constantemente.

#### 4) La transformación final

Pedir a la persona una mejora final a modo de "cereza sobre el pastel".

## 5) El regreso de la trance

En la cuenta de 3, invitar a la persona guiada a volver al «aquí y ahora» y enunciar que todas las transformaciones se realizarán a la velocidad adecuada para ella y serán permanentes si es bueno para ella.

## Técnica: el rey y la reina

Tenemos, debido a nuestra educación y a través de lo transgeneracional, una imagen idealizada de lo masculino y lo femenino desde la más tierna infancia. Esta técnica busca integrar las partes masculina y femenina de la persona. Permite mejorar las relaciones con individuos de ambos géneros, armonizar lo femenino y lo masculino interiores mediante la sanación del ánima y del ánimus. El equilibrio es necesario.

### Acerca de la técnica

En esta técnica, la no directividad es esencial. Entrás en el mundo interior de la persona a la que estás guiando.

El objetivo de la técnica es lograr, entre el rey y la reina del castillo, una «fusión de corazón». Para ello, guías hasta lograr que el rey y la reina sean ambos hermosos y elegantes, pero también hasta lograr que sean muy íntimos, con respeto, consideración, complementariedad y con un estatus igualitario. Sabes que la técnica ha terminado cuando estos dos monarcas se miran a los ojos, se besan, se abrazan y van a encerrarse en una habitación. El pudor del guía será entonces cerrar la puerta y dejarlos en su intimidad.

No existe ninguna relación entre lo que sucede en la técnica y la orientación sexual de una persona.

### Etapas de la técnica del rey y la reina

#### 1) La inducción de trance

Realizar la puesta en trance mediante focalización, profundización y luego expansión de conciencia. (Ver la inducción en *Méthode Dolfino®: técnicas básicas*, p. 44 y siguientes)

#### 2) El castillo

La persona guiada llega frente a su castillo – ella es la propietaria – y lo mejora al pasar.

#### 3) El rey y la reina

Invitar a la persona guiada a buscar en el castillo al rey y a la reina que quizás estén en la sala del trono, en un ala del castillo, en el jardín... Cuando la persona guiada encuentre al rey y a la reina, invitarla a describirlos y a hacerlos hermosos. Incitar a la persona guiada a agregar dinamismo, juventud, belleza. Transformar, si es necesario, al rey y a la reina, pero siempre sin ninguna directividad. Por ejemplo, si son viejos y decrepitos, preguntarle a la persona si es pertinente o ideal que sean así, si la dirección de un reino no exige más dinamismo.

Por otra parte, si uno de los dos monarcas está solo, ir en busca del otro. Tener presente que todas las soluciones son posibles. Si la reina odia al rey (o viceversa) porque es insoportable, patán, etc., podría tratarse de un impostor. En ese caso, podría ser necesario que el rey o la reina lo eche y busque al otro gobernante del reino.

#### **4) La relación perfecta**

Una vez que el rey y la reina estén reunidos y «mejorados», hacer todo lo posible para que vivan una relación perfecta: colaboración, consideración, igualdad, complicidad... y que sean tan íntimos que se retiren juntos para unirse en cuerpo y alma.

#### **5) El regreso de la trance**

Hacer regresar de la trance a la persona guiada con la cuenta de 3. Instalar el fusible para que todas las transformaciones se realicen a la velocidad adecuada y sean permanentes si es bueno para ella.

## Técnica: la prisión y la sala de torturas

Esta técnica es una técnica de limpieza. La prisión, o el calabozo, representa de manera arquetípica los límites psicológicos que uno se impone y los esqueletos que guarda en los armarios. La sala de torturas, por su parte, representa las limitaciones y la incomodidad física. Estas dos habitaciones representan simbólicamente lo que mina a la persona por dentro a un nivel inconsciente.

### Acerca de la técnica

La técnica consiste en encontrar y limpiar, y luego transformar estas habitaciones para convertirlas en salas ideales y confortables. La prisión transformada se convertirá entonces en un lugar seguro que podrá servir de punto de partida para la técnica de los niños heridos.

### Etapas de la técnica de la prisión y la sala de torturas

#### 1) La inducción de trance

Proceder a la puesta en trance por focalización, profundización y por expansión de conciencia. (Ver la inducción en *Méthode Dolfin®: técnicas básicas*, p. 44 y siguientes)

#### 2) El castillo

La persona guiada llega frente a su castillo – ella es la propietaria – y lo mejora al pasar.

#### 3) La prisión

Invitar a la persona guiada a buscar en el castillo una prisión, un calabozo. Cuando lo haya encontrado, hacer que lo describa. Preguntar si esta prisión todavía tiene su utilidad. Generalmente, la persona descubrirá que esta prisión es obsoleta, pero en caso contrario, y sin directividad, llevarla a verbalizar que ya no quiere esta prisión.

La persona guiada transforma la prisión en un lugar maravilloso donde se siente bien y puede encontrar la paz mental. Puede tomar toda clase de formas, desde una sala de meditación hasta un acceso privilegiado a la orilla del mar o grandes ventanales que dan a un maravilloso jardín, todo es posible. Fomentar al máximo las transformaciones, tomarse el tiempo necesario para que sea perfecto.

#### 4) La sala de torturas

Proceder de la misma manera con una sala de torturas que se encuentra en el castillo. Gestionar los instrumentos de tortura si los hay, tanto para la transformación o el desecho como para la gestión del reciclaje. Fomentar la creatividad. Una vez más, todo es posible, puede convertirse en un spa, una sala de billar, una piscina olímpica, un taller de artista...

Lo importante es que este lugar se convierta en un sitio donde ella se sienta bien y donde pueda recargar físicamente energías.

## **5) El regreso de la trance**

Instalar el fusible para que todo sea permanente, se instale a la velocidad correcta y sea para el mayor bien de todos. Traer a la persona al estado de vigilia con la cuenta de 3.

## Técnica: la pirámide ADN

En esta técnica, el guiado debe encontrar una habitación secreta en forma de pirámide dentro del castillo.

En el plano arquetípico, la forma de la pirámide representa la curación transgeneracional. Se invoca al sanador arquetípico. El arquetipo del sanador no existe para Jung, sino más bien el arquetipo del sanador/paciente, donde el sanador y el enfermo están vinculados entre sí de manera arquetípica.

De hecho, cuando alguien enferma, es el arquetipo sanador/enfermo el que se manifiesta. El enfermo busca un sanador externo, pero al mismo tiempo se manifiesta un sanador intrapsíquico. Es el «factor de curación». Es el médico dentro del paciente el que cura tanto como el médico externo.

### Acerca de la técnica

Símbolo de inmortalidad y eternidad, es a través del arquetipo de la pirámide que el potencial de curación se activa con facilidad. Encontrar una sala de forma piramidal será entonces un elemento clave para el éxito de la técnica.

La expansión de conciencia practicada durante la puesta en trance, por su función de alineación de los tres Yo, será también un aporte importante para el buen desarrollo del proceso.

Una variante de la técnica consistiría en inducir una expansión de conciencia con elevación, de modo que el lugar piramidal se encuentre también a muy gran altitud. Inconscientemente, esto provocaría una mayor participación de la sabiduría del Gran Yo.

### Etapas de la técnica de la pirámide ADN

#### 1) La inducción de trance

Realizar la puesta en trance mediante focalización, profundización y luego expansión de conciencia.  
(Ver la inducción en *Méthode Dolfino®: técnicas básicas*, p. 44 y siguientes)

#### 2) El castillo

La persona guiada llega frente a su castillo (es la propietaria) y lo mejora al pasar.

#### 3) La habitación piramidal

Invitar a la persona guiada a buscar en el castillo una habitación secreta en forma de pirámide. La forma piramidal es importante, así que el guía debe asegurarse de que efectivamente sea así.

#### **4) Las camillas**

En esta sala hay dos camillas de masaje. Invita a la persona guiada a acostarse en una de las camillas.

#### **5) El sanador arquetípico**

Pídele que llame a un sanador extraordinario. Haz que describa al sanador, que puede tomar la forma de un hombre sabio, un científico, un mago, un hada, un animal, un extraterrestre... El sanador bondadoso coloca las manos sobre la persona guiada o sobre una parte de su cuerpo. Pídele que describa la acción.

#### **6) La transferencia**

En ese momento, miles, millones de «mini-yo» (representaciones en miniatura de la persona) salen de su cuerpo y se colocan sobre la segunda camilla. El cuerpo de la persona se vuelve como un traje vacío.

El sanador se coloca cerca de la segunda camilla y escucha la petición de la persona guiada sobre lo que hay que cambiar, sanar. La persona guiada describe lo que quiere cambiar, mejorar, sanar. El sanador vuelve a actuar. Haz que describa lo que sucede utilizando todos los elementos del VAKOG. La persona guiada debe sentir los cambios.

#### **7) La reintegración**

Los «mini-yo», transformados, reintegran el cuerpo de la persona guiada, que recupera su forma inicial. La persona guiada agradece al sanador. También puede ofrecerle un regalo. La persona guiada se levanta, constata y disfruta de los cambios y de la nueva energía presente. Sale de la pirámide.

#### **8) El regreso de la trance**

Regresa de la trance con el fusible «todos estos cambios se harán a la velocidad adecuada, si es bueno para ti».

## Técnica: el arquetipo dominante

Cada arquetipo presenta siempre dos facetas. Una capaz de servirte y la otra de perjudicarte. Tanto nuestras fuerzas como nuestros miedos dividen nuestro ser en dos polaridades. Por eso, por ejemplo, la fe y la duda, la paz y la guerra libran eternas batallas dentro de nuestra psique.

Cuando vuelves a ser íntegro, comienzas a establecer un contacto íntimo con tu ser profundo. Logras progresivamente realizar y manifestar la belleza, la riqueza, la vida, el amor y la inteligencia de los que eres portador desde un principio. Cuanto más los revelas, más los distribuyes a tu alrededor y más se simplificará tu existencia. Ese es el objetivo del trabajo arquetípico.

Esta técnica, sencilla de guiar, permitirá que la persona que acompaña descubra su arquetipo dominante, descubra su parte de sombra, comprenda su misión de vida o cualquier otra respuesta importante para su desarrollo personal, y resuelva un desafío o un problema que afecte su vida.

### Los preparativos para el viaje

El objetivo de la persona debe estar claramente definido según las reglas del arte de la Méthode Dolfino® y enunciado.

La siguiente tabla debe ser completada por la persona guiada durante la anamnesis. Debe hacerse espontáneamente, sin demasiado análisis. La descripción de los arquetipos debe leerse por completo.

Presenta la siguiente tabla a la persona que vas a guiar, dándole la consigna de marcar de 0 a 5 todos estos arquetipos según la escala: 0 «no me corresponde en absoluto» - 5 «me corresponde totalmente».

Gracias a los números y afinando el enfoque, pide a la persona que identifique:

- Los 5 arquetipos que te representan mejor hoy (faceta positiva y faceta negativa).
- Los 3 arquetipos a los que aspiras (únicamente la faceta positiva).

| Arquetipo         | Faceta positiva                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Faceta negativa                                                                                                                                                                                                                                        | (0 a 5) |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| <b>Alquimista</b> | A veces inventor, a menudo «hechicero», tengo el poder o la esperanza de operar cambios y transformaciones espirituales a mi alrededor.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Con mi gran capacidad para engañar o hacer «ilusión», me resulta fácil como «hacedor de milagros» engañar o abusar de la gente.                                                                                                                        |         |
| <b>Enamorado</b>  | Busco experimentar la unidad con todas las cosas. Deseo fusionarme con el otro (un amigo, un grupo, un enamorado, un elemento del cosmos). Expreso naturalmente la intimidad, la sensualidad, pero sobre todo tengo la capacidad innata de amar a los demás y a la vida. Vibro y expreso todo mi carisma gracias al amor que difundo y a mi capacidad de amar a cada persona como mi igual. Sé curar los problemas del corazón mediante la comunicación y el amor para restablecer la armonía. | Si mi amor se vuelve obsesivo, corro el riesgo de asfixiar a los demás y de minar su autoestima a sí mismos con rechazos. Hay que <b>que preste atención a no utilizar mi carisma para manipular y deslumbrar espíritus fácilmente influenciables.</b> |         |
| <b>Artesano</b>   | Me gusta tocar la materia, crear y hacer manualidades. Cuido el entorno. Soy el arquetipo de la creatividad. Me apasionan las artes que me sirven metafóricamente para ver la vida de forma más interior.                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Puedo usar mis talentos para sacar el dinero de los demás.                                                                                                                                                                                             |         |
| <b>Avaro</b>      | Creo tener el poder de cambiarlo todo en oro. Acumulo mis riquezas, tengo miedo de compartir y acaparo para dominar a los demás y me degrado poco a poco.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Mi falta de generosidad me lleva a el aislamiento y provoca animosidad.                                                                                                                                                                                |         |
| <b>Voluntario</b> | Lleno de compasión y altruismo, yo doy amor, presto servicio sin esperar nada a cambio. Mi mayor deseo es contribuir a crear a mi alrededor un mundo mejor, más justo y más feliz.                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | A veces, me olvido de mí mismo y me vuelvo amargo a falta de reconocimiento y de agradecimientos por lo que hago y logrados.                                                                                                                           |         |

|                    |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |  |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Businessman</b> | Me gusta manejar el dinero, las ventas y la administración. ¡Quiero hacer fortuna! Soy motivado, tengo la cabeza llena de ideas y soy un fabuloso visionario. Enérgico, sé cristalizar las ideas más complejas en la realidad.       | Puedo tener tendencia a hacer un «power trip» y a crearme superior a los demás. También puedo desarrollar un complejo de superioridad y no delegar lo suficiente.    |  |
| <b>Chismoso</b>    | Me doy poder usando la maledicencia y la calumnia. Sin embargo, mis revelaciones pueden llevar a las personas a quienes comunico mis informaciones verdaderas o falsas, a sacar una lección y a distinguir lo verdadero de lo falso. | Destruyo la reputación de los demás con mis intrigas y mis rumores destructivos y perjudiciales.                                                                     |  |
| <b>Chamán</b>      | Tengo una gran habilidad para pasar de un estado de vigilia al del mundo interior y de pasar de una personalidad a otra.                                                                                                             | Debo tener cuidado con mi tendencia a cambiar de imagen o de personaje de manera exagerada para engañar a los demás.                                                 |  |
| <b>Caballero</b>   | Soy leal y me gusta comprometerme con causas nobles. Mi sentido del honor está muy desarrollado. Apoyo un ideal o una causa social y defendiendo los derechos vulnerados.                                                            | Debo tener cuidado de no involucrarme demasiado en causas dudosas y de convertirme el defensor, de forma interesada, de causas injustas, vanas o injustificables.    |  |
| <b>Comunicador</b> | Tengo un fuerte deseo de expresarme por las artes, la palabra, la escritura, etc. Soy un orador emérito. Doy a quienes me lo piden soluciones, lecciones y consejos mediante metáforas terapéuticas. Propago las informaciones.      | Debo evitar inventar historias para las utilizar para malos motivos. Tiendo a servir sobre todo mis intereses. Siembro la inquietud entre las personas que manipulo. |  |

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Creadora</b>   | Soy un artesano capaz de usar mi imaginación como una materia primera que me permite dar forma una nueva realidad. Mi imaginación no tiene límites y me permite crear fácilmente (danza, canto, dibujo, escritura...) y reinventar el mundo. Yo tengo el potencial de crear mi propia vida como si fuera una obra de arte. Transformo lo que hay en mi vida en luz y en destellos. | No debo reducir mi existencia a una simple materia nutriendo mi creación.<br>Constantemente abrumado por nuevos proyectos y nuevas ideas, puedo encontrarme rápidamente sobrecargado. Debo evitar vivir en un mundo de fantasías en lugar de en la realidad. |  |
| <b>Druida</b>     | Me entrego en cuerpo y alma en función de mi inspiración divina y me pongo al servicio de los demás.                                                                                                                                                                                                                                                                               | Soy narcisista en mi búsqueda de espiritualidad, debo tener cuidado de no excluir a la gente a mi alrededor. No debo convertirme en un verdadero tirano para quienes me siguen.                                                                              |  |
| <b>Dinámico</b>   | Soy una persona de acción, me encantan los deportes. Soy dinámico, motivador y entusiasta. Necesito que las cosas evolucionen y se muevan. Tengo hambre de movimiento y aire libre.                                                                                                                                                                                                | Debo tener cuidado de no sobrecargar mi cuerpo. A veces me siento incómodo y nervioso en las tareas cotidianas.                                                                                                                                              |  |
| <b>Ecologista</b> | Bien arraigado en lo real, amo la fauna y la flora, soy sencillo y discreto. Estoy en comunión natural con el espíritu de los animales. Sobrevivo a los problemas con mi forma de vivir, pase lo que pase.                                                                                                                                                                         | Me resulta fácil rechazar la modernidad y no ser equitativo con los Hombres.                                                                                                                                                                                 |  |
| <b>Emotivo</b>    | Tengo muy buena escucha y sé observar a los demás. Soy imaginativo, intuitivo y comprensivo con los demás.                                                                                                                                                                                                                                                                         | Me dejo llevar y lo convierto todo en tragedia. Impulsivo e impredecible, me dejo dominar por mis emociones.                                                                                                                                                 |  |

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Niño eterno</b>  | Quiero seguir siendo joven con todo mi ser (cuerpo y alma) toda mi vida. Huyo de mis responsabilidades y no quiero pasar a la edad adulta.                                                                                                                                                                                                                                                                   | Mi inmadurez es una fuente de aburrimiento. No falta de compromiso y mi dependencia de las personas que me rodean y me aislarán. Tengo que aceptar envejecer.                                                                                                                                    |  |
| <b>Niño herido</b>  | Quiero ayudar a quienes también tienen para soportar este tipo de heridas. Tengo sentido de la compasión.                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Tengo un problema importante que perdonar, tengo una tendencia a la rumiación y a echarle la culpa de mis estados de ánimo a mi pasado.                                                                                                                                                          |  |
| <b>Niño cristal</b> | Soy dulce y de temperamento estable. Perdono fácilmente y soy flexible. Mi corazón está abierto y es amoroso.                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Tengo tendencia a hablar poco, prefiriendo comunicarme por la mente y por los gestos, lo que puede inquietar a las personas que no me conocen.                                                                                                                                                   |  |
| <b>Niño mágico</b>  | Para mí, cada cosa o situación se convierte en un juego, un instante de alegría. Ser de luz, me distingo por mi pureza y mi inocencia. Me doy como misión salvar al mundo. Sé ver la belleza divina en las dificultades de la vida. Estoy seguro de que todo es posible. Encarno la esperanza, el optimismo y la conciencia de que la felicidad se encuentra en a través de los placeres simples de la vida. | No creo en los milagros y no creo que el trabajo y la acción son esenciales para crecer. Podría terminar por no medir la naturaleza de las pruebas que debo enfrentar. Así, mi fe natural en un fuerza protectora puede impedirme actuar realmente para resolver por mí mismo ciertos problemas. |  |
| <b>Niño índigo</b>  | Soy sensible, espiritual y tengo objetivos de vida serios. Tengo un espíritu guerrero, un temperamento y una determinación a toda prueba. Detecto fácilmente la deshonestidad.                                                                                                                                                                                                                               | Soy incomprendido por la gente que se resiste a los cambios y que valoran la conformidad. A menudo soy estigmatizado.                                                                                                                                                                            |  |

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Docente</b>       | Me gusta transmitir mis conocimientos y tengo una gran capacidad de divulgación.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Estoy más preocupado por dar una imagen de mí mismo y a manipular o abusar de las personas que confían en mí.                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| <b>Explorador</b>    | Dispongo de un sentido de la aventura y de la independencia que me permite atreverme a seguir mi camino sin tener miedo de encontrarlos solo. Este sentido profundo de el individualismo me impulsa a tocar y a mejorar la persona que soy. Estoy constantemente en movimiento, mi vida es una búsqueda perpetua. Existe a menudo en el explorador una tensión interior entre la necesidad de expresar su originalidad y su individualidad y una tendencia natural a integrarse a los reglas de la sociedad. Soy un constructor y un descubridor tanto del mundo espiritual, comercial como artístico. | Cuando surgen problemas se presentan, estoy siempre en busca de un discapacidad potencial, ya que en lugar de enfrentarlos y salir de crecido, puedo tener tendencia a huir de ellos. A veces, mi individualismo puede convertirse en egoísmo o con falta de lealtad frente a quienes me apoyan. Solo vivo para el futuro o los proyectos en curso y no en el presente. |  |
| <b>Femme fatale</b>  | Soy la reina de la manipulación. Yo seduzco y manipulo a los hombres, sin que esté implicada personalmente. Literalmente aplasto a mis presas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Utilizo de mala manera la seducción, el dinero y el poder.                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
| <b>Bufón del rey</b> | Payaso, me gusta divertirme, entretener y maravillar. Hago reír a la gente ayudando a constatar, a través del humor, las incoherencias y los absurdos del mundo que las rodea.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Tiendo a negar mis emociones, a esconderlas detrás de una máscara y a veces a herir a las personas otras para liberarme de mis emociones.                                                                                                                                                                                                                               |  |

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Sanador</b>         | <p>Me gusta tratar el cuerpo o la mente. He conocido a menudo la enfermedad (opcional) y deseo sanar. Soy capaz de transmitir mi energía para sanar a la persona afectada. Herido en el pasado, puedo comprender las desgracias y sufrimientos de otros y ayudarlos a encontrar su camino ayudándolos a comprender la naturaleza de sus heridas. Yo también avanzo en mi propia introspección, a menudo representada por mis sueños. Las heridas de los demás me ayudan a comprender mejor y a cicatrizar las mías.</p> | <p>Olvido ocuparme de mi propia salud. Debido a mi empatía, puedo llegar a identificarme totalmente con una persona y ponerme a vivir las heridas de el otro. Mi sentido del sacrificio puede llegar a ser peligroso para mi propio crecimiento, si este aspecto de mi personalidad está mal integrado.</p> |  |
| <b>Guerrero de luz</b> | <p>Encarno la fuerza y la perseverancia al punto de convertirme, ante los ojos de los demás, en un héroe que respeta su código de honor. Me empeño en defender causas o de los derechos hasta el heroísmo. Sé enfrentar y superar los desafíos para alcanzar mis objetivos, incluso los más limitantes. Sé inspirar a los demás y trabajo en mi desarrollo espiritual para ayudar a los demás.</p>                                                                                                                      | <p>Quiero ganar a toda costa. Me dejo llevar por objetivos demasiado elevados. Yo cataloga a la gente con opiniones diferentes como estando en el error. Si pierdo de vista mi ideal, puedo encerrarme en guerras y devastar mi propio mundo.</p>                                                           |  |
| <b>Hedonista</b>       | <p>Amo la belleza en todas sus formas. Bien vestido, rodeado de bellos objetos, me gusta ofrecer belleza. También me gusta comer y complacer mis sentidos. Soy busco el máximo placer con un mínimo de esfuerzo. El placer es el principio básico de mi vida, pero sé aprovechar las cosas buenas de la vida.</p>                                                                                                                                                                                                       | <p>Mi placer me hace olvidar a mis seres queridos por volviéndome demasiado egocéntrico y ombliguista. Debo tener cuidado de no abusar de mi salud.</p>                                                                                                                                                     |  |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Forajido</b> | Me encanta lograr cosas excepcionales, inimaginables para el común de los mortales. Me gusta coquetear con la ley y el peligro y soy poderosamente no conformista. Sé encantar y obtener todo lo que quiero de la gente. Soy excesivo en todo. Deseo obtener la riqueza sin demasiado esfuerzo.                                                                                                                                                                   | Debo tener cuidado de no dejarme asociar con actividades criminales y no caer en la ilegalidad y las actividades ilícitas.                                                                                                                                                                            |  |
| <b>Lama</b>     | Me levanto para abrir el camino a la gente y guiarla. Actúo con justicia, de acuerdo con mis convicciones. Sé tomarme el tiempo de escuchar, pero no dudo en pasar a la acción el momento indicado. Sirvo con humildad. Me gusta ocuparme de las cosas espirituales. Soy muy interior. Tengo una gran concentración y soy muy meticuloso.                                                                                                                         | Me cuido de no volverme individualista y vivir como ermitaño bajo pretexto de piedad o de devoción.                                                                                                                                                                                                   |  |
| <b>Líder</b>    | Soy un visionario en quien la gente tiende a apoyarse. Enérgico, mantengo la cohesión en los proyectos. poseo un carisma natural que me permite reunir a la gente en torno a un objetivo común. Sé cómo hacer prosperar mi reino y así, asegurarme de que la gente vea siempre sus necesidades (físicas, emocionales y psicológicas). Siempre hago cuidado con hablar con una voz justa cuando me piden mi opinión, porque sé el poder que tengo sobre los demás. | Mal integrado, puedo convertirme en un tirano. Busco entonces abusar de los demás, obligarlo por la fuerza. También puedo llegar a fascinarme tanto con la imagen del reino que quiero crear que puedo tender a aislarme de la opinión de los demás y con intentar de imponer mis sueños a los demás. |  |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                    |  |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Mago</b>     | Sé transformarme, actuar sobre los elementos y modificar la realidad. Una parte de esta magia proviene de mi poder interior y la otra proviene de mi capacidad de vivir en sincronía con el mundo. Sé hacer coincidir mi estado interior con el mundo exterior. Conozco el poder de las palabras. Comprendo que puedo modificar a voluntad el mundo real modificando mi actitud y mis pensamientos más profundos. Soy el portador de una visión, inspiro y transformo a las personas con mi ejemplo. Estoy dotado de capacidades psíquicas, porque conozco el espíritu humano y sé unir a las personas bajo una visión común y hacer de esa visión una realidad. | Debo tener cuidado de no convertirme en un gurú que podría entonces aprovecharse de su posición para manipular e influir en los demás.                                                                                             |  |
| <b>Mendigo</b>  | Necesito amor, consuelo y bienes materiales en el plano físico. Debo aprender a volverme autónomo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Me falta autoestima y a mí mismo. Espero todo de los demás y evito hacerme cargo de mí mismo.                                                                                                                                      |  |
| <b>Madre</b>    | La madre es la encarnación de la generosidad, del amor y del perdón sin condición, la paciencia y la entrega. También simboliza a la Tierra nutricia. Al igual que ella, doy sin ninguna reserva, ya sean bienes físicos, mi afecto o mi sabiduría. Enseño que siempre se cosecha lo que se ha sembrado. Ayudo a devolver vida a cualquier situación enfocándome en los recursos ocultos en el fondo de cada cosa.                                                                                                                                                                                                                                               | Tiendo a sofocar a mis hijos con mi amor y siempre he dado sin buscar nunca recibir. «No se puede dar si uno se vacía de toda energía!», porque el equilibrio y el intercambio están en el corazón de todo proceso de crecimiento. |  |
| <b>Huérfano</b> | Es el símbolo del abandono, de la soledad: debo aprender la autonomía y a desarrollar mis herramientas para poder sobrevivir con mi aislamiento.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Deseo encontrarme una familia, pero utilizo a menudo medios inadecuados.                                                                                                                                                           |  |

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Princesa</b>    | Soy la imagen misma de la feminidad, la sensualidad, la belleza física y la sabiduría.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Tengo un gusto desmedido por la popularidad.                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
| <b>Prostituta</b>  | Me falta autoestima y me falta el respeto.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Hago un mal uso de la seducción para enriquecerme y para sobrevivir. Privilegio el dinero en detrimento de las cuestiones morales o espirituales.                                                                                                                                                                       |  |
| <b>Purificador</b> | Verdadero volcán en erupción, destruyo y rechazo todo lo que me frena para rehacer luego una vida más armoniosa. También soy a menudo el iniciador del cambio. Soy aquel que permitirá que una situación estancada tomar un nuevo comienzo. Soy el portador de la chispa que permitirá a los otros ponerse en marcha rompiendo para ellos el yugo que se han forjado. Comprendí el ciclo inmutable de las cosas y el hecho de que todo está en perpetuo movimiento.                                      | Arraso, arruino y destruyo sin discernimiento, cegado por mi fuerza dominadora. Debo hacer atención cuando inicio un cambio a destruir solo los aspectos de una situación que deben ser abandonados. Cuando reprimo mi energía, yo puedo ponerme en cólera, poniendo en riesgo mis relaciones con los demás y mi salud. |  |
| <b>Rebelde</b>     | Me atrevo a caminar fuera del mundo conocido. Soy a la vez el espíritu libre que se abre a los misterios del mundo. Sé romper con los dogmas establecidos para descubrir mi propia verdad detrás del conformismo. En estado modificado de consciencia, descubro en una locura divino el genio que dormita en mí. En abrazando mi subconsciente y el potencial que reside en ella, el rebelde que soy se vuelve capaz de fusionarse con el campo de las posibilidades y mis posibilidades son ilimitadas. | En conflicto con el sistema establecido, puedo terminar por excluirme a mí mismo de la sociedad. Tengo una vida de excesos y de autodestrucción. El alcohol, los estupefacientes y los placeres me hacen huir de la realidad, lo que me mantiene prisionero de pulsiones y las sombras de mi Yo Joven.                  |  |

|                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |  |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Saboteador</b>         | Como saboteador, destruyo voluntariamente las aspiraciones y los éxitos de quienes me rodean, porque es la única manera que tengo de estimarme a mí mismo.                                      | Tengo tendencia a auto-sabotear y destruir inconscientemente todo lo que construyo en cuanto se acerca el éxito.                                             |  |
| <b>Sabio</b>              | Soy capaz de anticipar el futuro y informar a la gente para hacerles aprovechar, sin sacar ningún beneficio.                                                                                    | Podría volverme más mercantil y ofrecer mis servicios por dinero.                                                                                            |  |
| <b>Salvador</b>           | Brindo y ofrezco mi ayuda y mi socorro a mis semejantes sin esperar nada a cambio. Destaco sus poderes y sus competencias y les ayudo a usarlas.                                                | El peligro para mí es usar a las personas que ayudo para obtener favores o servicios. Tiendo a guardarle rencor a la gente que es más bien avara.            |  |
| <b>Sabio</b>              | Dotado de un espíritu de síntesis, científico, analítico, filósofo y estratégico, sé razonar lógicamente.                                                                                       | Puedo volverme completamente desconectado de mis emociones y usar solo mi mente racional.                                                                    |  |
| <b>Héroe trascendente</b> | Ayudo a la gente a deshacerse de los malos hábitos tanto a nivel espiritual como físico, a derribar las barreras invalidantes que les impiden avanzar.                                          | Debo evitar mis tendencias hacia la dictadura.                                                                                                               |  |
| <b>Vampiro</b>            | Soy una persona que drena la energía de los demás, muchas veces sin darme cuenta.                                                                                                               | Tengo una dependencia crónica hacia otra persona.                                                                                                            |  |
| <b>Víctima</b>            | Hago que los demás se beneficien de mi experiencia de víctima para que aprendan a defenderse. Estoy dispuesto a sacrificarme por una causa y tengo el coraje de luchar por alcanzar esas metas. | Interpreto el papel de víctima para atraer la simpatía de los otros y así aprovecharme de su compasión o su empatía. Interiorizo para hurgar en mis heridas. |  |

|                |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                   |  |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>Viajero</b> | <p>La vida es un descubrimiento perpetuo que me estimula y me enriquece cada día. Me esfuerzo por descubrir los lugares y a las personas con una mirada siempre renovada. Me maravillo ante la riqueza de la vida y sus mil y una facetas.</p> | <p>Viajo para acumular simplemente las experiencias sin aportar mi contribución y mi corazón a los lugares y a las personas a quienes visito.</p> |  |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## Etapas de la técnica del arquetipo dominante

### 1. La inducción de trance

Modificación del estado de conciencia por focalización, profundización y luego expansión de conciencia. (Ver la inducción en *Méthode Dolfin®: técnicas básicas*, p. 44 y siguientes)

### 2. El espacio sagrado

Invitar a la persona guiada a dirigirse a un espacio sagrado, mágico (un claro en un bosque, en la cima de una montaña, a orillas del océano...). Hay un gran fuego flameante en ese espacio.

### 3. La convocación de los arquetipos

La persona invita entonces a unirse a ella a los 5 arquetipos que mejor la representan (aquí el guía puede enumerar los 8 arquetipos previamente definidos para permitir que la persona guiada los «seleccione»). Hacer que la persona guiada describa brevemente cada uno de estos arquetipos.

### 4. El arquetipo dominante

Hacer que avance frente a la persona guiada aquel que posee el mensaje más importante hoy. Pedir que haya intercambios de saludos, de miradas.

Pedir a la persona guiada que describa el arquetipo:

- Su aspecto físico
- Cómo está posicionado (sentado, de pie, bien erguido, encorvado, etc.)
- El tono de su voz, su ritmo, etc.
- Su estado emocional

### 5. El aporte del arquetipo

Invitar al arquetipo a hablarle a la persona guiada sobre sus fortalezas y debilidades. Luego, la persona guiada le pedirá consejo a este arquetipo sobre lo que piensa de su objetivo. Invitar a la persona guiada a conversar con él.

### 6. El desafío

La persona guiada le pedirá entonces al arquetipo que le dé un desafío para hacerla avanzar realmente hacia su objetivo. La persona guiada puede entonces confiarle sus inquietudes respecto al desafío. El arquetipo le dará entonces algo para animarla (¿Qué es? ¿Un objeto mágico? ¿Un consejo? ¿Una herramienta? ¿Una palabra sabia?). La persona guiada agradece al arquetipo y le ofrece un regalo si así lo desea.

### 7. El regreso de la trance

Al contar hasta 3, invitar a la persona guiada a volver al «aquí y ahora» sugiriéndole recordar todo lo que es importante para ella en el logro de su objetivo. Pedirle a la persona que anote lo que le dijo el arquetipo y darle lo que debe hacer como prescripción.

## Elementos que se pueden integrar a tus sesiones de hipnosis

Aquí tienes algunos elementos que puedes integrar en los viajes arquetípicos que guías. Como de costumbre, se trata de exponer a la persona a estos elementos, hacerle describir cómo son inicialmente e invitar a la persona guiada a mejorarlos para que sean lo más hermosos posible.

### La multitud

Cada persona en la multitud representa una faceta de tu personalidad. La energía que desprende la multitud refleja tu estado interior.

Por ejemplo:

- Una multitud alegre refleja tu alegría; sentirte bien en ella refleja tu armonía interior.
- Una multitud agresiva refleja tu enojo.
- Una multitud pasiva refleja tu pereza o tu inacción.
- Una multitud que corre en todas direcciones refleja tu confusión y la dispersión de tus energías.
- Una multitud que se manifiesta refleja tu deseo de que se acepten y se utilicen tus ideas.

### Los elementos naturales

Los elementos te indicarán las fuerzas que posees para alcanzar tu objetivo.

*Agua:* Refleja el equilibrio de tu cuerpo emocional.

*Aire:* Refleja el dominio de tu cuerpo mental.

*Tierra:* Representa el poder de tu cuerpo físico.

*Fuego* Representa tu cuerpo espiritual, es decir, tu espíritu.

*Éter :* Este elemento representa la energía que anima todo en el plano material. Ver este elemento demuestra que actúas con sabiduría o que evolucionas espiritualmente.

### La clave

Representa el acceso a una fuerza o a un conocimiento secreto. Tus talentos, tus dones, tus experiencias y tus conocimientos son claves en tu posesión para permitirte alcanzar tus objetivos.

En los sueños

- Tener la llave que necesitas demuestra que cuentas con todos los recursos necesarios para lograr tus metas. Indica también que muy pronto tendrás acceso a nuevas posibilidades.
- No encontrar la llave indica que deseas acceder a algo que en este momento es imposible para ti. Es una invitación a intentarlo más tarde o a esforzarte por adquirir lo que te falta para alcanzar ese objetivo.

### Cofre o caja

Lo que contiene representa las cosas que deseas mantener en secreto. ¿Es una fuerza, un deseo, un talento, un conocimiento? ¿Por qué quieres mantener esa cosa en secreto?

En un contexto positivo: lo que hay en esta caja debe permanecer secreto: revelar tus fuerzas no siempre es a tu favor en ciertas situaciones.

En un contexto negativo: es señal de que deberás abandonar ciertos pensamientos o deseos que podrían perjudicar gravemente la calidad de tu evolución.

## Espejo

Refleja el estado interior de una persona, su verdadera naturaleza, sus secretos.

Sueño positivo: es tomar conciencia de una faceta de tu personalidad que estaba enterrada en lo más profundo de ti mismo. Mirarte, ser hermoso y brillante es señal de sabiduría y pureza.

Sueño negativo: romperlo o ver una imagen distorsionada de ti mismo demuestra que no quieres aceptar tus defectos y tus debilidades. Es también estar desorientado por pensamientos confusos, no ver las cosas tal como son, no acceder a la verdad, que te está oculta.

## Teléfono

Simboliza los vínculos de comunicación que mantienes con las personas de tu entorno. El mensaje recibido te ayudará a superar las pruebas en curso o a encontrar soluciones más eficaces.

No obtener respuesta al otro lado de la línea indica que no estás buscando la ayuda necesaria en el lugar correcto. Es también señal de que, en la circunstancia actual, deberás actuar solo.

## Laberinto

Representa la reflexión necesaria que debes emprender, para poder superar todos los obstáculos que te separan de tu objetivo. Lograr orientarte anuncia tomas de conciencia que te asegurarán el éxito (evolución personal o progreso de un proyecto material). En su centro se encuentra un conocimiento que otorga cierto poder y que solo puede adquirirse mediante esfuerzos sostenidos.

*Entrar en él*: inicio de una introspección.

*Encontrar una salida* : mutación interior completada, sabiduría, evolución, éxito.

## El efecto Pigmalión

El efecto Pigmalión (o efecto Rosenthal y Jacobson) es una profecía autocumplida que provoca una mejora en el desempeño de un sujeto, según el grado de creencia en su éxito proveniente de una autoridad o de su entorno. El simple hecho de creer en el éxito de alguien mejora así sus probabilidades de éxito.

En pedagogía, designa la influencia de las hipótesis sobre la evolución escolar de un alumno y sobre sus aptitudes. El problema es importante, ya que si los niños de entornos desfavorecidos tienen menos éxito en la escuela que los de entornos favorecidos, la causa podría no estar únicamente ligada a las carencias de esos niños y de sus entornos.

El efecto Pigmalión se estudia principalmente en el marco de los efectos positivos.

[Fuente: Wikipedia]

## Las heridas de la infancia

La infancia es el período de los primeros aprendizajes y de las primeras experiencias. Comporta tanta felicidad como infelicidad.

Por ejemplo, probablemente ya presenciaste, en tu infancia, una discusión entre tus padres. Viviste y comprendiste esa situación con tu visión de niño pequeño, y tu visión del acontecimiento no es necesariamente completa. Sin embargo, tu Yo Joven integró algo de todos modos y construyó su recuerdo a partir de lo que percibió y sintió.

Demasiado inmaduro para comprender bien los aspectos de esa disputa, que probablemente era insignificante para tus padres, el niño pequeño que eras entonces pudo registrar una percepción distorsionada de la causa, de los comportamientos a adoptar en ciertas situaciones o de la importancia de un objeto o de una persona debido a su interpretación del acontecimiento. Miles de acontecimientos fueron así almacenados en tu inconsciente. Aunque hoy puedan parecerte distorsionados e incompletos, debido a la percepción y comprensión de la realidad del Yo Joven, esos acontecimientos fueron identificados y almacenados como ciertos.

En consecuencia, la salida apresurada de uno de los padres tras una discusión pudo haber sido interpretada como un abandono por el niño, incluso si el padre simplemente había salido a tomar aire y reapareció diez minutos más tarde. Esa impresión de haber sido abandonado es lo que se considera una herida de la infancia. Existen otras, como la traición, la humillación, la injusticia, el rechazo...

Una necesidad no satisfecha deja una huella. Sentirse seguro, sentirse importante, ser reconocido... son elementos que, cuando permanecen insatisfechos, pueden generar pensamientos y comportamientos destructivos para una persona. Bastará entonces con responder a las diversas necesidades del Yo Joven para que adopte otras actitudes, aptitudes y hábitos de vida.

Las primeras heridas, antes de los 7 años, rara vez se expresan, pues son negadas, reprimidas y poco escuchadas por el entorno del niño pequeño. La sed de vivir y de evolucionar deja estas heridas en el campo del inconsciente, y las imágenes traumáticas quedan acumuladas y cubiertas por un velo opaco hasta que las pruebas y los avatares de la vida hacen resurgir, en la edad adulta, lo que hasta entonces estaba oculto.

Existen tres maneras de vivir las propias heridas.

- Repetirlas de manera consciente o inconsciente en la propia vida, lo cual puede resultar muy negativo. Al final, el trabajo sobre uno mismo permitirá sanar la herida, con el fin de alcanzar una paz interior.
- Reprimirlas estando en la negación, proclamando en voz alta que no se tiene ningún problema.
- Sublimarlas, lo cual permite vivirlas de manera positiva, dando paso a la transformación.

## **De una generación a otra**

La personalidad y la vida de las personas están fuertemente influenciadas por las heridas de la infancia. Las heridas principales se transmiten inconscientemente y de manera sistemática de los padres hacia los hijos. A menudo heredamos la herida de nuestros padres, sin que ellos se den cuenta, a través de nuestros aprendizajes, y esto hasta la edad adulta.

En cuanto a la transmisión intergeneracional de heridas, encontramos:

- El sentimiento crónico de culpabilidad: la culpabilidad tiñe cada decisión y consecuencia de la vida. La madre a menudo transmite esta herida a sus hijos sin quererlo.
- El sentimiento crónico de impotencia: cada desafío se percibe de manera negativa, dando la sensación de que el peso del mundo acaba de caer sobre los hombros. Esta impotencia proviene a menudo del padre.

## **Somos responsables, pero no culpables**

Si asumimos la responsabilidad de todos nuestros actos sin sentirnos culpables por ello, seremos capaces de reflexionar sobre lo que somos más allá de nuestras heridas. A menudo, los libros y las películas que más nos atraen ilustran nuestras heridas principales de la infancia.

Así es como generalmente reaccionamos frente a estas heridas:

- La banalización: a menudo tendemos a subestimar nuestros problemas importantes y a banalizarlos, actuando como si fuera normal tener tales problemas.
- La negación: nos negamos a ver un problema que alguien más (un esposo, un amigo, nuestro hijo) nos señala (que viene de nosotros mismos) o nos confía (sobre sí mismo, pero que no queremos escuchar).
- La proyección: proyectamos nuestro mundo interior sobre los demás (tendencia a establecer constantemente vínculos con nuestra realidad o a predecir cómo terminará una situación en relación con nuestra propia vivencia). ¿Qué tipo de persona nos atrae? ¿Qué película? ¿Qué música?

## Las heridas y su papel en las relaciones de pareja

Siempre es el inconsciente quien elige a tu pareja de vida según la representación de tu ánima o tu ánimus y según tus heridas. Existen cuatro casos posibles:

1. Elegir una pareja que favorezca la supervivencia de la especie (progenitor o procreadora ideales)
2. Elegir una pareja que se te parezca
3. Elegir una pareja que te valore socialmente
4. Elegir una pareja que cure tus heridas
  - o Cura con «electrochoques», curando el fuego con el fuego. Empuja a llegar hasta el fondo de sus heridas para superar sus consecuencias.
  - o A menudo posee las cualidades ocultas por nuestras heridas, que somos incapaces de manejar sin ayuda...

Una pena de amor duele mucho. La razón de este dolor tan intenso es que la persona con quien estábamos en pareja nos aportaba algo esencial para paliar, disimular o tratar nuestras heridas. Al dejarnos, la herida volvió a sangrar y a doler.

Una mujer generalmente elegirá a una pareja que se parezca a su masculino interior. Le resultará atractivo lo que se parezca a los aspectos positivos de su ánima, y feo lo que se parezca a los aspectos negativos de su ánimus. Lo mismo ocurre con el hombre.

## Los cuatro tipos de parejas

**Conflictiva** : Al llegar la rutina, vemos la naturaleza de nuestra pareja, sus cualidades y sus defectos. Es la representación de nuestro ánima o de nuestro ánimus, y vamos a descubrir en ella los defectos de nuestro padre y de nuestra madre. Al tomar conciencia de las heridas de cada uno, la pareja puede volverse «consciente».

**Consciente** : Los miembros de la pareja son opuestos (víctima y verdugo, perezoso y adicto al trabajo).  
Corren el riesgo de amplificar los defectos asociados a sus heridas, lo cual es inconscientemente «esperado» por el otro. En cuanto la pareja toma conciencia de esto, al sanar las heridas y dejar de jugar este juego que los hace sufrir, vuelven a evolucionar juntos.

**Creadora** : Ambos miembros de esta pareja están liberados de sus principales heridas. Ni uno ni el otro le pedirá a su pareja que sea diferente, que cambie. Cada uno conoce perfectamente sus propias heridas y las del otro. Estos miembros forman una pareja que ha logrado liberarse de sus instintos primarios, que ya no responde a sus heridas ni a sus hormonas, sino a su sabiduría interior. Ha sanado casi todas sus principales heridas y, para las que quedan, es capaz de interpretarlas, y estas no destruirán el amor.

**Divina :** Es la fase última. Esto significa que ambos miembros de la pareja han sanado el conjunto de sus heridas y han recuperado su plenitud original. Cada uno de los dos es «individuado» (Jung). No se trata, como en las parejas románticas, de dos personas que «se complementan». Se trata más bien de dos seres completos que han elegido vivir juntos.

En este marco, es interesante conocer las emociones humanas que deben tomarse en cuenta y comprenderse.

### Las emociones, sus impactos y sus necesidades

| Emoción  | Sentimiento                                          | Necesidad     |
|----------|------------------------------------------------------|---------------|
| Alegría  | Ir hacia (movimiento de apertura)                    | Compartir     |
| Tristeza | Ir hacia dentro de sí mismo (movimiento de retirada) | Ser consolado |
| Ira      | Ir en contra de sí mismo (movimiento de ataque)      | Ser respetado |
| Miedo    | Huir (movimiento de alejamiento, ir lejos)           | Ser protegido |

## Reconocer las heridas de la infancia

El cuadro a continuación resume las 14 heridas principales de la infancia y los esquemas que corresponden a las tres maneras de vivir estas heridas, es decir, reproducirlas, reprimirlas o sublimarlas.

Pídele a la persona que acompaña que evalúe, en una escala de 0 a 10 (0 «no me corresponde en absoluto» - 10 «me corresponde por completo»), cada tipo de herida. Así, la persona definirá su herida principal. Dale de 5 a 10 minutos a la persona para evaluar todo con la ayuda del cuadro a continuación.

|                         | Reproduce o reprime                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Sublima                                                                          |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Niño abandonado</b>  | <p>Dependencia afectiva y emocional, se aferra a los demás, teme quedarse solo</p> <p>Evita los grupos y a la gente poco conocida</p> <p>Sufre de paranoia, de abandono</p> <p>Celoso, posesivo</p> <p>Abandona a la gente</p> <p>Le gusta creer que todo está bien</p> <p>Herida a menudo creada por el padre del sexo opuesto, problema de pareja</p> <p>Juega el papel de salvador</p> <p>Inestable, evita los vínculos intensos o duraderos</p> <p>Se queja a menudo</p>                                                                       | <p>Excelente en la gestión de las relaciones</p> <p>Es mediador, pacificador</p> |
| <b>Niño traicionado</b> | <p>Vive en la incertidumbre</p> <p>Poco implicado emocionalmente por miedo al rechazo, a la separación</p> <p>Inseguridad crónica</p> <p>A menudo acusa a personas del sexo opuesto por sus heridas y problemas</p> <p>Es el chivo expiatorio</p> <p>Es crédulo, es presa fácil para las sectas, los estafadores</p> <p>Se deja explotar y pisotear</p> <p>Ya no confía en nadie, es desconfiado</p> <p>Solitario, aislado</p> <p>Muy exigente, poco paciente, rápidamente agresivo</p> <p>Muy controlador, autoritario, seductor, intimidador</p> | <p>Bueno en la relación de ayuda</p>                                             |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                  |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Niño maltratado y hambriento</b> | <p>Tendencia a la violencia</p> <p>Perseguidor (verbal, físicamente...)</p> <p>Le faltó amor</p> <p>Necesita que se ocupen de él</p> <p>Vive en el miedo y la preocupación</p> <p>Dulce y borrado</p> <p>Intenta compensar con excesos las privaciones que sufrió</p> <p>Tendencia a la autodestrucción, la automutilación, los trastornos alimentarios</p>                                           | <p>Relación de ayuda con los grandes lastimados</p>                              |
| <b>Niño muerto</b>                  | <p>Desconectado de sus emociones</p> <p>Intransigente, insensible, cruel</p> <p>Está triste y depresivo</p> <p>Le falta alegría de vivir, tiene una vida gris</p> <p>Tuvo que volverse adulto muy rápido</p> <p>Nunca fue un niño</p> <p>No sabe divertirse</p> <p>Juzga a los demás</p>                                                                                                              | <p>Sabe ver el mundo con ojos de niño</p> <p>Es portador de alegría y de luz</p> |
| <b>Niño sacrificado</b>             | <p>Satisfacción en el sacrificio</p> <p>Se deja explotar, se aprovechan de él</p> <p>Tiende a no respetarse a sí mismo, ni respetar sus límites</p> <p>Siempre está dispuesto a ceder su lugar y dejar que los demás brillen en su lugar</p> <p>Repite «patrones» en los que es desvalorizado, mal valorado y abusado</p> <p>Incapaz de expresar sus límites</p> <p>Incapacidad para decir que no</p> | <p>Excelente para hacer resaltar lo mejor en los demás</p>                       |
| <b>Niño mártir</b>                  | <p>Echa la culpa a los demás</p> <p>Se compadece de sí mismo, es pesimista</p> <p>Colérico</p> <p>«Felpudo», experto en la autocompasión</p> <p>Repite una y otra vez sus desgracias</p> <p>Busca la atención de los demás describiéndose como una víctima</p> <p>Violento</p> <p>Reprime, provocando estrés, enfermedades degenerativas y psicosomáticas</p>                                         | <p>Compasión exacerbada</p> <p>Pronto para ayudar</p>                            |

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                     |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| <b>Niño humillado</b>             | <p>Complejo de inferioridad, pues está convencido de que no vale nada</p> <p>Vivido con la figura materna. Problema con el sexo femenino</p> <p>Autosaboteador</p> <p>Autoflagelación, jactancia</p> <p>Atrae insultos y desprecio</p> <p>Complejo de superioridad</p> <p>Gran hablador y poco hacedor</p> <p>Tendencia al masoquismo</p> <p>Se olvida a sí mismo en favor de los demás</p> <p>Adepto del «Name Dropping»</p> <p>Se apropia del trabajo de los demás</p>                                  | Se involucrará socialmente                                          |
| <b>Niño invisible</b>             | <p>Pasa bajo el radar, inadvertido</p> <p>Se siente poco aceptado y poco reconocido</p> <p>Tiene dificultad para percibir la importancia que tiene ante los ojos de los demás</p> <p>Tiene dificultad para encontrar su lugar y ver sus fortalezas</p>                                                                                                                                                                                                                                                    | Reconoce las fortalezas de los demás                                |
| <b>Niño rechazado</b>             | <p>Atrae la atención o es muy discreto</p> <p>Vive en su mundo imaginario</p> <p>Vampiriza la energía de las personas a su alrededor</p> <p>Tiende a huir cuando su herida se activa</p> <p>Nadie le presta atención</p> <p>Tiene miedo de entrar en pánico</p> <p>Tiene problemas con las personas de su mismo sexo (herida debida al padre del mismo sexo)</p> <p>Acumula torpezas</p>                                                                                                                  | <p>Aglutinador</p> <p>Capacidad para formar y gestionar equipos</p> |
| <b>Niño víctima de injusticia</b> | <p>Tendencia a volverse muy rígido, brusco, seco e insensible</p> <p>Solo percibe el lado injusto y oscuro de las cosas</p> <p>No cree recibir lo que merece</p> <p>Acusado de crímenes no cometidos</p> <p>Dictador, actitud de gurú, impone sus ideas</p> <p>Fanatismo, crueldad</p> <p>Perfeccionismo, intolerancia</p> <p>Hipercrítico, demasiado exigente</p> <p>Ha sufrido numerosas injusticias (por ejemplo, en beneficio de los hermanos)</p> <p>Carga con reproches de cosas que no cometió</p> | Ayudará a hacer reinar el orden y la justicia                       |

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                              |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Niño no reconocido</b> | <p>Toma decisiones que indignan</p> <p>Inconformismo (oficio, comportamiento, etc.)</p> <p>Repite situaciones de fracaso</p> <p>Entra en un círculo vicioso donde el rendimiento = fatiga = depresión = alcohol y drogas</p> <p>Sensible respecto a su identidad</p> <p>Amenazado, será muy impredecible</p> <p>Ignorado y no valorado</p> <p>Hiere a quienes lo rodean</p>                                | <p>Rechaza la sumisión</p> <p>Original, conserva su identidad</p> <p>Artista, pionero en su ámbito</p>       |
| <b>Niño rey</b>           | <p>No soporta la contradicción ni la autoridad</p> <p>Desagradable, arrogante, despectivo</p> <p>Abandona ante la primera dificultad</p> <p>Poco confiable</p> <p>Volátil y poco confiable</p> <p>Tiránico</p> <p>Sin límites definidos</p> <p>Intransigente y dictador</p> <p>Tuvo demasiada libertad</p>                                                                                                 | <p>Autónomo, seguro de sí mismo y de mente libre</p> <p>Creador, precursor, tiene ideas ideas originales</p> |
| <b>Niño culpable</b>      | <p>Dramatización de los mínimos errores o equivocaciones</p> <p>Intenta autocastigarse, autoflagelarse</p> <p>Búsqueda de justificación</p> <p>Perfeccionismo</p> <p>Miedo al juicio de los demás</p> <p>A veces la persona ya no se siente digna de ser amada (desprecio de sí misma)</p> <p>Se compara constantemente con los demás</p> <p>Herida proveniente de un comportamiento materno</p>           | <p>Tolerante y valorizante para las personas que lo rodean</p>                                               |
| <b>Niño impotente</b>     | <p>Desvalorización constante</p> <p>Frustración, amargura</p> <p>Agotamiento, ganas de dormir y de no hacer nada</p> <p>Desánimo, ya no hay ganas de continuar, de perseverar</p> <p>Sentimiento de inutilidad</p> <p>Cada desafío se considera de manera negativa, dando la sensación de que el peso del mundo acaba de caer sobre los hombros</p> <p>Herida proveniente de un comportamiento paterno</p> | <p>Le da mucha importancia a las relaciones interpersonales</p>                                              |

## Técnica: las puertas del hotel

Esta técnica es una técnica híbrida entre la regresión y las heridas de la infancia. Es extremadamente simple de guiar y es un preámbulo perfecto para la técnica de los niños heridos.

### Acerca de la técnica

Esta técnica requiere una no-directividad absoluta. Antes de emprender esta técnica, tu convención de guía debería ser modificada con una frase del tipo: «La persona que guío tiene todos los recursos necesarios para resolver sus problemáticas». Como en el efecto Pigmalión, das por sentado que las personas guiadas son perfectamente competentes para resolver lo que hay que resolver de manera perfecta. Es la persona guiada quien va a definir la técnica al vivirla. En esta técnica, el Yo Joven va a resolver una situación análoga a la vivida por el guiado a cierta edad. Mientras más importante sea la disociación, es decir, mientras más alejado esté el Yo Racional, más eficaz será la técnica.

El hotel simboliza aquí la morada del inconsciente capaz de resolver lo que hay que resolver. Por lo tanto, el hotel debe ser hermoso, limpio y funcional. Las puertas del hotel simbolizan las distintas etapas de la vida de la persona guiada. Esta técnica va a permitir reescribir una situación emocionalmente limitante en la vida actual de la persona.

### Etapas de la técnica de las puertas del hotel

En la anamnesis, preguntar la edad de la persona guiada.

Determinar el objetivo según las reglas del arte. (Ver «Mi objetivo en doce preguntas» del manual *La Méthode Dolfino®: técnicas básicas*, p. 31 y siguientes)

#### 1) La inducción de trance

Modificar el estado de consciencia por focalización, profundizar el estado y luego proceder con una expansión de consciencia. (Ver la inducción en *Méthode Dolfino®: técnicas básicas*, p. 44 y siguientes)

#### 2) El hotel

La persona guiada llega frente a un hotel. Invitar a la persona guiada a describirlo todo y mejorar el aspecto exterior según sea necesario. Luego invitar a la persona guiada a entrar en el hotel. Proceder de la misma manera, descripción y mejora.

### 3) El pasillo

En el hotel, hay un largo pasillo con una serie de puertas numeradas. Todas las puertas están a la derecha. En la primera puerta del pasillo, el número indicado en la puerta es la edad de la persona guiada. Las cifras van disminuyendo hasta la última puerta al fondo del pasillo, que muestra el número 0.

En esta etapa, también puede ser necesario mejorar el pasillo incluso antes de avanzar por él.

Simplemente maneja la situación que se presente. Invita a la persona guiada a dirigirse hasta el fondo, cerca de la primera puerta.

### 4) Las puertas

Indica a la persona guiada que hay puertas que son diferentes (diferencia de color, puerta mal cerrada, número distinto, manija de otro estilo, la impresión de que debe entrar ahí, etc.). Invita a la persona guiada a dirigirse a la primera puerta diferente, es decir, la que tiene el número más pequeño. Pídele a la persona que te diga cuál es el número marcado en la puerta.

### 5) El niño

La persona guiada atraviesa la puerta y encuentra a un niño que tiene la edad indicada en la puerta. Anuncia directamente la edad del niño sin mencionar que es el mismo número que estaba en la puerta. Encuentra al niño y ofrécele todo lo que necesita. Asegúrate de que sea perfecto para él y de que la problemática quede resuelta para siempre. Por supuesto, si el número de la puerta es «22», es un adulto y no un niño el que deberá anunciarse al momento de atravesar la puerta. Parte del principio de que hay algo ahí que resolver y de que, de no ser así, sería otra puerta la que la persona habría elegido. Por otro lado, una vez atravesada la puerta, entras de nuevo en el mundo del guiado. Ya sea un bosque amazónico, el interior de una caja de cartón o efectivamente una habitación, basta con manejar la situación hasta que la persona se sienta lista para dejar al niño.

### 6) Las otras puertas

Una vez «resuelta» la primera puerta, y que la persona guiada haya regresado al pasillo, invítala a comprobar si hay otra puerta que requiera su atención. Generalmente, la problemática resuelta en la primera habitación hace que todo vuelva a la normalidad en el pasillo del hotel, o al menos que muchas puertas sean ahora «normales». Si alguna puerta seguía siendo diferente, repite el mismo procedimiento con alegría y creatividad. Luego, sal del hotel.

### 7) El regreso de la trance

Instala el fusible de que «todas las transformaciones se realizarán a la velocidad adecuada para ti y permanecerán para siempre si es bueno para ti». Al contar hasta 3, invita a la persona a regresar al «aquí y ahora» y a felicitarse por este hermoso logro.

## Técnica: los niños heridos

Sea cual sea la razón por la que se creó una herida durante la infancia, esta técnica va a permitir cambiar la huella negativa de la herida original que está registrada en el cerebro.

### Acerca de la técnica

En esta técnica, es realmente la persona guiada quien define el escenario una vez establecido el marco. Como guía, animarás a la persona a llegar hasta el final.

Tómate el tiempo de cuidar tu inducción de trance y de profundizarla lo suficiente para que el Yo Racional esté lo más ausente posible.

Esta técnica nunca se hará en la primera sesión y requiere una «limpieza previa». Las técnicas del castillo, del rey y la reina, de la prisión se harán durante una sesión previa.

### Etapas de la técnica de los niños heridos

#### 1) El objetivo

Con la ayuda de «Mi objetivo en doce preguntas», determina el objetivo según las reglas del arte. (Ver *La Méthode Dolfino® : técnicas básicas*, p. 31 y siguientes)

#### 2) La inducción de trance

Proceder a la inducción de trance por focalización. Profundizar el nivel de trance y pasar luego a una expansión de conciencia. (Ver *Méthode Dolfino® : técnicas básicas* )

#### 3) El lugar seguro

Pedirle a la persona guiada que se dirija a su lugar de seguridad (cerca del árbol o la prisión del castillo transformada en un lugar de bienestar psicológico), hacer que lo describa y, de ser necesario, aportar una mejora.

#### 4) El otro mundo interior

Invitar a la persona guiada a encontrar en ese lugar una abertura, un agujero, una trampilla que baje hacia un lugar extraordinario, increíble, inesperado. El descenso puede hacerse por un tobogán, una cascada, un rayo de luz, un tubo (el guía puede acompañar el deslizamiento)

por sonidos). Invitar a la persona guiada a describir el universo al que ha llegado y hacérselo vivir (VAKOG).

## 5) El niño herido

Decir entonces a la persona guiada que, en ese lugar, en algún sitio, hay un niño que no se encuentra bien y que necesita una mano. Invitar a la persona a ponerse en búsqueda del niño. Preguntar a la persona guiada cómo puede ayudarlo y animarla a hacerlo. Es posible que la persona guiada se encuentre con otros niños que no son el que debe encontrar. Puede tratarse de una huida psicológica del Yo Joven. Animar a la persona a continuar su búsqueda.

Cuando la persona guiada encuentra al niño, hacerle preguntas del tipo:

- «¿Qué pasó?»
- «¿Qué hace ahí?»
- «¿Qué necesita?»

Animar a la persona a entrar en comunicación con el niño y a responder a su necesidad. Puede ser interesante que el guía coloque un cojín en los brazos de la persona guiada, que abraza al niño.

Asegurarse de que la persona guiada se encuentre en un estado emocional agradable durante toda la técnica. En caso de necesidad, utilizar las técnicas llamadas «de limpieza» para aliviar la incomodidad y permitirle continuar.

## 6) La validación y la integración

Para asegurarse de que la situación esté realmente resuelta, una vez que el niño parece totalmente satisfecho, proceder a una distorsión de tiempo para hacerlo crecer y asegurarse de que todo transcurra de la mejor manera. Si todo va bien, continuar el avance del tiempo hasta que el niño tenga la misma edad que la persona guiada e integrarlo. Invitar a la persona guiada a sentir las transformaciones que produce integrar plenamente a este ser cuya vida fue totalmente diferente. Destacar el efecto sobre la postura, el brillo de los ojos, los pensamientos, los hábitos, etc. Utilizar la mayor cantidad de sentidos posible una vez más (VAKOG) para integrar en la conciencia de todo el cuerpo que las transformaciones están realmente ahí, dentro de ella.

## 7) El regreso de la trance

Instalar el fusible de modo que todas las transformaciones se lleven a cabo a la velocidad adecuada para la persona y que permanezcan para siempre si eso es bueno para ella. Invitar a la persona a regresar al «aquí y ahora» a la cuenta de 3.

## Conclusión

Con estas nuevas técnicas, tus conocimientos como practicante en hipnosis Méthode Dolfino® se amplían y podrás responder a una demanda más amplia por parte de las personas que solicitan un acompañamiento en la activación de su pleno potencial.

Ten presente que tomarte tu tiempo en la guía, manteniéndote en la no directividad y alentando a la persona guiada, permite obtener mejores resultados. Definir correctamente el objetivo y tener convenciones claras es también garantía de éxito.

Te deseamos una muy buena práctica con la Méthode Dolfino®.

## ANEXOS

Para profundizar tu comprensión de las heridas de la infancia, puedes consultar la tabla a continuación.

| Herida                       | Lo que dejó huellas en el niño                                                                             | Cómo salir de ella                                                                                |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Niño abandonado              | Fue dejado en la cocina o en el hospital.                                                                  | Reconectar con la seguridad, la independencia y el miedo al abandono                              |
| Niño traicionado             | Se reveló un secreto de niño a una amiga.                                                                  | Recuperar la confianza en las a los demás, un sentido crítico y mejorar las interacciones humanas |
| Niño maltratado y hambriento | Le faltó alimento (pobreza, guerra).<br>Lo golpearon, lo violentaron, también psicológicamente.            | Cuidar al niño interior y responder a sus necesidades                                             |
| Niño muerto                  | Un acontecimiento lo obligó a volverse adulto (mortalidad, enfermedad, discapacidad de un ser cercano...). | Reconectar con la ligereza y la alegría de vivir                                                  |
| Niño sacrificado             | Al querer siempre complacer, se coloca siempre detrás de los demás. La gente termina esperando eso de él.  | Recuperar el respeto por sí mismo y aprender a hacer respetar sus límites                         |
| Niño mártir                  | Se ensañan con él físicamente o psicológicamente.                                                          | Responsabilizarse frente a sus problemas, sus acciones y las pruebas de la vida                   |
| Niño humillado               | Se burlan de él a su costa y se resaltan sus errores ridiculizándolo.                                      | Resolver el complejo de inferioridad o de superioridad                                            |

|                            |                                                                                                                                                              |                                                                                                               |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Niño invisible             | Pasa desapercibido. Ni demasiado, ni no lo suficiente, no se lo toma en cuenta, ni se lo nota. Vive bajo la sombra de gente deslumbrante.                    | Que recupere su lugar en el mundo, que se dé cuenta de el impacto que tiene en los demás                      |
| Niño rechazado             | Siempre está de más. No puede encajar, porque es demasiado joven, demasiado viejo, no valentía para gestionar las preocupaciones suficientemente hábil, etc. | Devolverle la confianza en sí mismo y                                                                         |
| Niño víctima de injusticia | Se culpa al hijo equivocado de la familia injustamente.                                                                                                      | Enseñar la dulzura, la capacidad de ser optimista y hacer reconocer sus ideas y sus derechos                  |
| Niño no reconocido         | No se valoran sus fortalezas. No se notan ni sus esfuerzos, ni sus cualidades o logros.                                                                      | Reconocer lo que es y devolverle la capacidad de reconocerse a sí mismo                                       |
| Niño rey                   | No se le niega nada y no se le impone ningún límite claro.                                                                                                   | Hacerle tomar conciencia de el impacto de sus acciones y palabras sobre los demás                             |
| Niño culpable              | Por mimetismo, ve a su madre tener este tipo de comportamiento y se ve incitado a actuar del mismo modo.                                                     | Tomar conciencia de que culpabilizarse no sirve de nada<br>Mejorar la flexibilidad y la capacidad de dejar ir |
| Niño impotente             | Por imitación, ve a su padre tener este tipo de comportamiento y aprende a sentirse así                                                                      | Devolver la confianza, la energía y las ganas de actuar                                                       |

**Aquí tienes, para divertirte entre amigos, pero también para poder generar un diálogo con una persona a la que acompañas, una pequeña prueba: la prueba de las 6 casillas.**

El inconsciente es un indicador muy interesante sobre la personalidad y la forma de ver la vida de una persona. En todo caso, es una buena manera de alimentar una conversación en el restaurante. Solo necesitas una pequeña hoja de papel... o el mantel de dicho restaurante.

- Dibuja 6 casillas, 3 en la primera fila y 3 en la segunda
- Dile a tu interlocutor que haga un círculo en la primera casilla
- Un triángulo en la segunda
- Una escalera en la tercera
- Una cruz en la cuarta
- Un cuadrado en la quinta
- Un número 3 invertido a 90° (queda como una especie de m)

Tu amigo debe completar cada forma para hacer un dibujo que signifique algo (¡atención, nada de arte abstracto!).

Luego, debe escribir un adjetivo para cada dibujo.

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|--|--|--|

Haz primero la prueba tú mismo y luego revisa la interpretación que sigue.

Tu inconsciente es maravilloso, ya que los dibujos y adjetivos dan las siguientes indicaciones:

Círculo: Cómo se ve la persona a sí misma

Triángulo: Cómo cree la persona que la ven los demás

Escalera: Cómo ve la vida en general

Cruz: Cómo ve su espiritualidad

Cuadrado: Cómo ve la familia

m: Cómo ve el amor

# El castillo y el ambiente alrededor del castillo

## Técnica: etapas



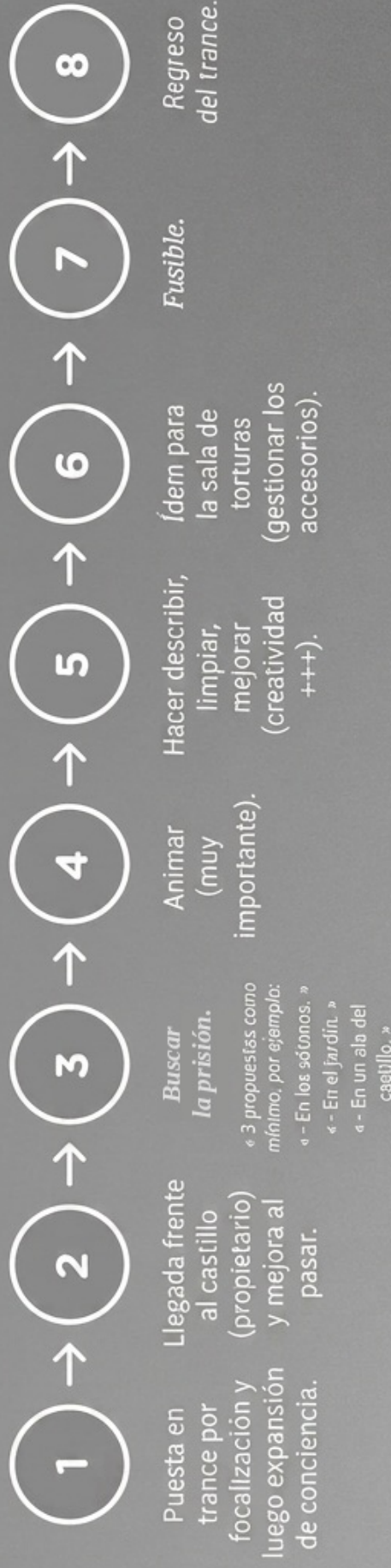
# El rey y la reina

## Técnica: etapas



# La prisión y la sala de torturas

## Técnica: etapas



# La pirámide ADN

## Técnica : etapas



Puesta en trance por focalización, luego expansión de consciencia.

Llegada ante el castillo (propietario) y mejora al paso.

Buscar una habitación escondida en forma de pirámide.

3 propuestas al mínimo, por ejemplo:  
- En los sótanos.  
- En el jardín.  
- En un ala del castillo.

Animar (muy importante).

Hacer entrar al guiado en la pirámide y describir que hay dos mesas.

El guiado se tumba en una de las mesas y llama a un sanador extraordinario.

El sanador llega (hacerlo describir por el guiado) y posa sus manos por encima del guiado.

El guía puede entonces intervenir o colaborar con la autorregulación del guiado (en apoyo al guía en energética, en magnetismo, etc.).



Millones de Mini Yo salen del guiado para ir a la otra mesa.

El cuerpo del guiado se convierte en disfraz vacío.

El sanador va a la otra mesa.

Preguntar al guiado sobre quede actuar el sanador.

Hacer describir lo que pasa para como transformación visible.

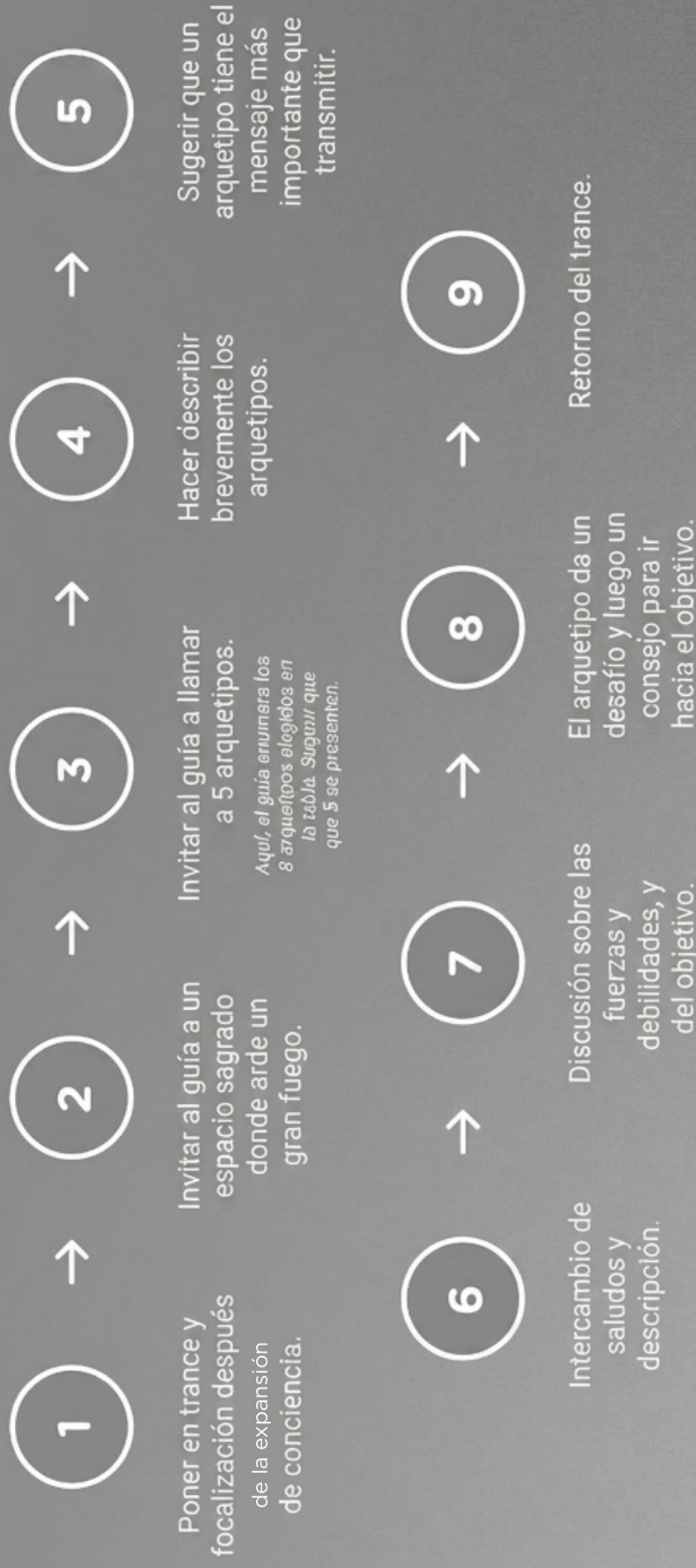
Reintegración de los Mini Yo transformados.

Agradecer al sanador, ofrecerle un regalo.

Subida de trance.

# El arquetipo dominante

## Técnica : etapas



# Las puertas del hotel

## Técnica : pasos



# Los niños heridos

## Técnica: pasos





**DOLFINO**

ACTIVA TODO TU POTENCIAL