

Sorprendente método curativo

Cómo sanar haciendo vibrar todo el cuerpo

Cuando nos dijeron que mediante unas determinadas posturas acompañadas de sonidos musicales podía lograrse que el cuerpo de una persona vibrara casi convulsivamente no podíamos creerlo. Pero cuando nos dijeron que además se lograba con ello desbloquear las energías retenidas y contribuir a la sanación de las más diversas enfermedades la incredulidad se apoderó de nosotros.

Por eso le pedimos a nuestra compañera María Pinar Merino que lo comprobara.

Esta es la sorprendente crónica de tan singular experiencia.

LA experiencia que voy a narrar tuvo lugar en Paredes de Escalona, un pequeño pueblecito de Toledo donde se encuentra *Atrium*, un centro especialmente preparado para retiros, grupos de encuentro, terapias, cursos y talleres de crecimiento personal. Allí me encontré con una treintena de personas dispuestas a participar de una singular y doble experiencia terapéutica. La primera, denominada "Vibración Inducida", ha sido desarrollada por el psicólogo clínico español **Manuel Almendro**; la segunda se trataba de una práctica de "Meditación Vipassana" que estuvo dirigida por **Dhiravamsa**, maestro tailandés de la tradición Theravada.

La idea era sugerente: se trataba de trabajar a lo largo del fin de semana sobre los conflictos psicológicos, bloqueos energéticos y problemas psicosomáticos que los participantes pudiéramos tener. Aunque algunos, sin embargo, iban fundamentalmente a adquirir conocimiento y mayor experiencia ya que entre los asistentes había un buen número de psicólogos y terapeutas dispuestos a experimentar en sí mismos las ventajas e inconvenientes de esta terapia.

Y, en ese sentido, no dejó de llamarme la atención que, por fin, los psicólogos y médicos españoles empiezan a tener cada vez más en cuenta las terapias no convencionales a la hora incluso de buscar el origen de las enfermedades.

Claro que ese momento llega a veces cuando la vida les pone en dificultades. Es el caso que me contaría mi interlocutor Manuel Almendro, cuando le pido que participe de mi reflexión.

—Mire, cuando afecta a alguien cercano, el cáncer deja de ser un concepto lejano y ajeno para pasar a convertirse en cercano yónimo de muerte. Es entonces cuando aparecen también las dudas de cómo afrontarlo y se buscan todas las alternativas. Máxime si eso le sucede a la enfermera jefe de la planta de oncología del hospital como acaeció en un caso que conozco bien. Porque, a raíz de su problema, aquella enfermera —cuyo nombre silencio a fin de respetar su intimidad— organizó en su centro, el Hospital General de Cúcuta (Colombia), la presentación ante todos sus compañeros de mi método de Vibración Inducida. Y de esa manera tuve la oportunidad de enseñar mi terapia a todo un equipo de médicos del hospital, oncólogos incluidos, médicos abiertos que se apuntaron todo un fin de semana para aprender la terapia. Y así, más allá de especular con los ritmos cardíacos y las respuestas fisiológicas del organismo, se encontraron con la posibilidad de encarar la sombra que se despertó a partir de la enfermera jefe. Y es que algo cambia cuando el cáncer se cuele en la profesión y no es sólo cosa de pacientes...





LA VIBRACIÓN INDUCIDA

La Vibración Inducida, como ya he dicho, es una revolucionaria metodología desarrollada por Manuel Almendro, psicólogo y psicoterapeuta transpersonal español, que se encuadra en el ámbito de la Bioenergía —en sentido amplio— y se basa en la práctica de una serie de posturas corporales que tienen por objeto despertar en la persona una vibración que se activa desde el sistema nervioso autónomo. Un proceso durante el cual es fundamental tanto la respiración como el sonido de una serie de ritmos y músicas especiales.

Pero nadie mejor que su creador para explicárnosla.

-¿Cuál es la finalidad de la Vibración Inducida?

-Fundamentalmente, terapéutica. Gracias a ella, toda persona que se abre de verdad a la experiencia puede localizar sus bloqueos fisi-

La técnica terapéutica de la Vibración Inducida consiste básicamente en colocar el cuerpo de una determinada manera, mantenerse quieto y dejar la mente en blanco escuchando una música especial hasta sentir cómo fluye por nuestro interior una potente energía que hará que todo el organismo vibre.



cos, emocionales o mentales y desbloquearlos. Y ello merced a un simple movimiento autónomo de carácter vibratorio que abre la puerta de la Sabiduría Interior, verdadera fuente de curación y consciencia.

-Pero, ¿cómo se le ocurrió este sistema curativo?

-Lo he desarrollado a partir de mi propia experiencia en el campo de la

Psicoterapia y de mis estudios e investigaciones tanto en la Psicología académica como en el ámbito indígena, en la “psicología oriental” y en la Psicología Transpersonal. Es un método nuevo, por tanto, pero también ancestral ya que conecta espontáneamente con las danzas rituales de los indígenas, de los derviches y con algunas prácticas curativas chamánicas.

La técnica consiste, básicamente, en colocar el cuerpo de una determinada manera y mantenerse quieto, en tensión, escuchando la música que ponemos en la sala hasta que surja desde nuestro interior una energía que hará que todo nuestro cuerpo vibre.

Una de las posturas más simples es, estando de pie, echar todo el peso sobre la parte delantera de los pies, con la pelvis inclinada hacia delante y las rodillas dobladas. Al cabo de un tiempo —corto, normal-

Los procesos de la vibración inducida

• Primer proceso

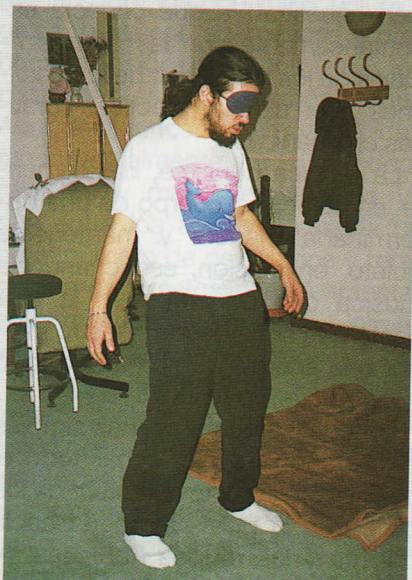
La vibración inducida es más un trabajo de resistencia que de velocidad, más de corredor de fondo que de cien metros lisos. Hay que tener en cuenta que la experiencia puede durar hasta cuatro horas y los ritmos son muy cambiantes. En ocasiones, cuando la energía entra en un vórtice se acelera el movimiento mientras en otras es mucho más lento, más pausado.

Cuando cambia la música pueden aparecer movimientos más suaves, deseos de buscar la horizontal o, por el contrario, la energía puede seguir funcionando. Si es así, la persona debe continuar porque ella es, en definitiva, quien dirige el proceso.

Los participantes saben que es fundamental ayudarse con la respiración desde *Hara* (punto situado dos dedos por debajo del ombligo y lugar donde se juntan las energías que suben y las que bajan). Este punto es el núcleo de la respiración Zen y también de los embriones corporales que tienen forma de "habichuela" y están representados en las plantas de los pies, los riñones, las orejas y, finalmente, los lóbulos cerebrales. Esas zonas son claves en vibración inducida pues actúan como centros de resonancia que recogen la energía y la dejan pasar.

• Segundo proceso

Buscar bloqueos. Después de la vibración hay que realizar un trabajo corporal para intentar eliminar



los dolores físicos que han quedado en algunas zonas.

Y es que es en este segundo proceso cuando aparecen las matrices perinatales, todas aquellas experiencias intrauterinas que nuestro inconsciente tiene almacenadas. Es una especie de revisión de la biografía para sacar conflictos que nos afectan en el presente. Se trata, en definitiva, de romper el bloqueo que reside en la memoria celular. La desidentificación de las emociones o sentimientos supone una verdadera limpieza, una liberación.

Las emociones y los sentimientos no asimilados que vivimos –desde antes incluso del nacimiento– golpean el cuerpo; por tanto, quedan registrados en el inconsciente corporal. Cuando el bloqueo es resuelto aparece una nueva geometría de la armonía.

• Tercer proceso

En esta tercera fase se expresa mediante el dibujo o la escritura lo que se ha sentido durante la experiencia.

• Cuarto proceso

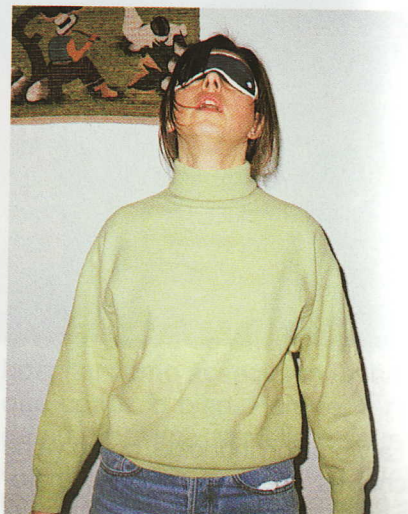
La cuarta fase es la integración. Hay que esperar a vivir el proceso completo. No conviene quemar el cartucho demasiado pronto. En el ser humano conviven la energía masculina y la femenina. La primera es de acción, de fuerza, y corre el riesgo de "pasarse de rosca" porque "entra a saco" en una cosa e intenta resolverla en dos minutos. La energía femenina, en cambio, permite ir moldeando, elaborando, dando forma a todo el material que ha surgido. Hay que trabajar el proceso desde ambos aspectos.

En esta fase es importante dejarse fluir porque muchas veces, en el mismo momento en que estás explicando, estás elaborando.

Se siente cómo una corriente de energía recorre todo el organismo desde las plantas de los pies hasta la coronilla para luego empezar a bajar haciendo el mismo recorrido. Paralelamente, el sistema nervioso autónomo hace que el cuerpo entero comience a vibrar. Ambos hechos harán que los bloqueos energéticos se disuelvan.



mente- se genera en el cuerpo una vibración involuntaria. Entonces el individuo debe prestar atención a sus sensaciones. Al principio es un poco doloroso pero se puede aliviar concentrándose en la respiración. Si hay voluntad, el dolor desaparece y comienza un mundo de sensaciones desafiantes.



–¿Y es difícil realizar ese ejercicio? Quiero decir si hay que estar preparado o saber algunas cosas para que funcione...

–No. De hecho, lo más complejo probablemente sea saber neutralizar la mente racional, pararse en la mente consciente, analítica y recursiva. Si eso se consigue, el acceso a la experiencia del movimiento involuntario, regido por el sistema nervioso autónomo, es sencillo. Esa es la clave. A partir de ahí podemos entrar en conexión con esa fuerza que hace mover el corazón y organiza su ritmo que organiza los complejos procesos cerebrales y moviliza el sistema límbico... En definitiva, que



mueve nuestro cuerpo y marca el orden de las células y moléculas.

-Pero, insisto, ¿cuál es el proceso por el que eso se produce?

-Veámos. La persona debe primero colocarse en la postura correcta que nosotros le indicamos y permanecer quieto en ella. A continuación debe intentar dejar la mente en blanco, en estado meditativo. Mientras, oír en la sala una serie de sonidos rítmicos muy estudiados. Todo ello hará que en su cuerpo fluya la energía. Es decir, la persona sentirá entonces cómo una corriente de energía recorre todo su organismo desde las plantas de los pies hasta llegar a la coronilla para luego empezar a bajar haciendo el mismo recorrido. Paralelamente, el sistema nervioso autónomo hará que el cuerpo entero comience a vibrar. Ambos hechos harán que los bloqueos energéticos se disuelvan. Pero insisto: para lograr esto debe actuarse como en la meditación, es decir, convirtiéndose uno en observador del cuerpo sin involucrarse mentalmente en el proceso. Esa es la razón de que practiquemos conjuntamente la Vibración Inducida con la Meditación Vipassana. Y añadiré que experimentar los dos estados de forma simultánea es muy en-

Cuando en acupuntura se pincha una aguja, lo que se hace es reparar el corte del suministro energético restableciendo el flujo; es decir, la aguja desbloquea el nadi o meridiano energético bloqueado. Con la vibración inducida se hace lo mismo sólo que poniendo todo el cuerpo en funcionamiento.



riquecedor para la persona ya que las claves para descorrer el velo del inconsciente se encuentran en ambos sistemas. Además, la persona aprende cómo activar su organismo y cómo relajarlo.

-Dice que por el organismo fluye la energía... ¿De qué tipo de energía estamos hablando?

-De bioenergía. Recordemos, en ese sentido, el conocimiento acumulado por la ancestral práctica de la acupuntura. Los chinos hablan desde hace milenios de la energía vital o *Chi* y disponen de un verdade-



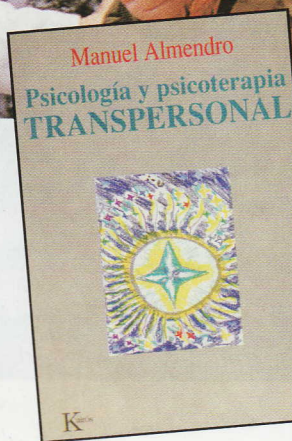
El centro Atrium, donde tuvo lugar el curso, en Paredes de Escalona (Toledo)



ro mapa energético del cuerpo. Bueno, pues yo he comprobado que cuando éste vibra la energía empieza a fluir. Cuando en acupuntura se pincha una aguja, lo que se hace es reparar el corte del suministro energético restableciendo el flujo; es decir, la aguja desbloquea el *nadi* o *meridiano* energético bloqueado. Pues con la vibración inducida hacemos lo mismo sólo que ponemos todo el cuerpo en funcionamiento.

—Luego lo que hace la vibración es lograr que la energía fluya libremente a través de los chacras, nadis y meridianos.

María Pinar Merino conversa con Manuel Almendro. Abajo, dos de las obras de nuestro entrevistado.



Cuando la energía fluye por los canales energéticos se puede encontrar con “tapones” que bloquean el “camino”. Sin embargo, la energía lograda con la vibración “empuja” o “disuelve” esos “tapones” y así lo desastaca permitiendo que fluya libremente.



—Sí, pero liberando los bloqueos. Para entendernos, cuando la energía fluye por los canales energéticos se puede encontrar con “tapones” que bloquean el “camino”. Sin embargo, la energía lograda con la vibración “empuja” o “disuelve” esos “ta-

pones” y así lo desastaca permitiendo que fluya libremente.

—¿Y cómo sabe uno que tiene un bloqueo energético?

—Porque lo nota ya que en ese momento los “tapones” energéticos duelen. Allí donde se siente dolor hay un bloqueo que somatiza un conflicto.

—¿Y en ese momento hay que actuar mentalmente para...?

—No. Ya digo que lo más importante es que el intelecto no sea el gobernador de la experiencia. Es fundamental dejar que la energía circule eliminando los bloqueos físicos.



cos, psíquicos y energéticos sin que nuestra mente intervenga para nada. Posteriormente sí se puede intelectualizar pero moderadamente.

—He visto las catarsis de algunos participantes y parece un método bastante traumático, doloroso incluso...

—Si no participas en la experiencia puede parecerlo pero hoy sabemos que el dolor siempre esconde algo que puede ser un bloqueo físico o psíquico. La clave es iniciar el movimiento y dejar que la vibración venga; luego, cuando aparezca el dolor, se “negocia” con él. ¿Cómo? Pues mediante la respiración. Con la inspiración lo localizas y con la espiración lo expulsas. Con la respiración puedes lograr la transformación de ese dolor, observar cómo aparece y cómo evoluciona, a mismo tiempo que accedes a percibir todo lo que esconde detrás. Es muy importante desconectar con el estrés y la excesiva obsesión mental de nuestro tiempo.



Es fundamental dejar que la energía circule eliminando los bloqueos físicos, psíquicos y energéticos sin que nuestra mente intervenga para nada.



—Pero si esos bloqueos pueden tener un origen psíquico, la causa puede estar entonces en un suceso vivido en el pasado. Y, en ese caso, ¿cómo descubrir las claves para resolver el conflicto?

—Hay quien cree que la resolución del problema se produce cuando uno está vibrando más convulsivamente pero no tiene por qué ser así. El proceso se puede resolver en el momento menos esperado. A muchas personas la información les aparece cuando están tumbados relajándose después de participar en la vibración, a otros cuando dibujan o, incluso, en la fase final, cuando están compartiendo con los demás su experiencia, al verbalizarlo. Pero puede también aparecer en cualquier otro momento durante las horas o días siguientes. Mi consejo es que participe en una sesión y lo compruebe por sí misma.

Así lo hice. Y tal como lo viví, lo narro en el recuadro adjunto. Sólo me resta añadir que tras el intenso fin de semana, vivido mientras el viento frío soplaba desde la Sierra de Gredos, comprobé que las caras de la gente no reflejaban cansancio al final, como sería lo normal después del

tremendo desgaste físico al que se habían sometido sino que, por el contrario, mostraban relajación, paz. Los rictus de tensión que percibí en algunos al llegar habían desaparecido y sus ojos brillaban. Y todos comentaban lo contentos que estaban de haber podido “soltar” algunos de los “pesos muertos” que se habían acumulando sobre sus espaldas. Se sentían más ligeros, más libres. Y pensé que quizá la causa estaba en ese aforismo que dice que “el conocimiento de uno mismo permite un mayor ejercicio de la libertad”.

María Pinar Merino

■ Crónica de una experiencia personal



Con el fin de que el lector pueda tener una visión lo más exacta posible de la experiencia tal como la viví decidí anotar en un cuaderno mis impresiones en cada momento. Confío en haber sabido transmitir en estas breves palabras la intensidad de lo vivido.

1. Preparación y puesta en marcha

A primera hora de la mañana, todos los participantes, vestidos con ropas cómodas y calcetines, nos reunimos en una amplia sala enmoquetada. Las persianas de los grandes ventanales se bajarían para proporcionar un ambiente de penumbra que invitara al recogimiento. Comenzaría entonces a sonar una música de fondo, fundamentalmente de percusión. Sonidos fuertes, rítmicos y repetitivos que fueron llenando por completo el espacio y cuya intensidad controlaba el propio Manuel Almendro mientras daba las primeras instrucciones: “Caminad en círculo. Moveos al compás de la música. Golpead los pies contra el suelo con

fuerza para activar los centros (reflexológicos) de captación de energía situados en las plantas y facilitar así una mejor conexión con la tierra. Dejad que el ritmo de la música vaya entrando en vosotros”.

Cerramos los ojos. Vi que algunos se colocaban antifaces de esos que se utilizan para dormir mientras otros tapaban sus ojos con pañuelos o cintas con objeto de favorecer la concentración.

“Ahora —continuaría diciéndonos Manuel— paraos y separad los pies a la misma distancia que los hombros” (posición típica de los trabajos de psicología bioenergética). Apoyad con fuerza los pies, afianzando sobre todo los dedos gordos, clavándolos en el suelo. No se trata de forzar la postura sino de encontrar un punto de equilibrio y comodidad; las piernas, ligeramente flexionadas. Echad ahora los hombros hacia atrás pero mantened la cabeza erguida, sin forzar, buscando una posición cómoda” (Es lo que se conoce como “la postura del arco”).

A partir de ese momento no habría



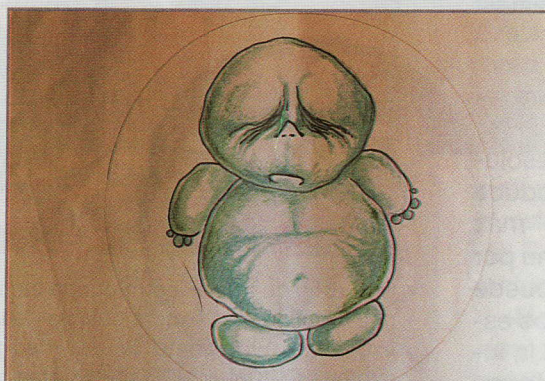
más instrucciones y cada uno se entregó a la experiencia siguiendo su propio impulso. Sabía que todo el mundo, excepto yo, había practicado antes la Vibración Inducida y conocían muy bien la técnica.

Transcurrieron unos minutos durante los cuales Manuel se desplazaba ora aquí, ora allá, corrigiendo la postura de algunos participantes. Me tocó el turno a mí. Manuel corrigió mi postura y procuré no moverme. Entonces, de pronto, comencé a notar pequeños temblores, una extraña vibración en las plantas de los pies. Y sentí, perpleja, cómo la energía entraba por ellas, ascendía por las piernas, llegaba a la zona de las caderas y subía por la columna, vértebra a vértebra, peldaño a peldaño, llegando hasta mis brazos. Y en ese momento, todos los

músculos de mi cuerpo, como si se tratase de un diapasón gigante, comenzaron a vibrar de forma involuntaria ante el paso de la energía que continuaba ascendiendo imparable por las siete últimas vértebras hasta, finalmente, alcanzar mis dos hemisferios cerebrales. Inmediatamente a continuación noté cómo la energía empezaba a bajar haciendo el mismo recorrido.

A veces la vibración me provocaba movimientos suaves y otras violentos. Y me di cuenta de que había que saber adaptarse al ritmo e intensidad que marcaba la sabiduría interior del cuerpo sin intervenir conscientemente.

Como se me había dicho, comprobé que durante el proceso es importante apoyarse en la respiración pues ésta y el movimiento van parejos. Con la inspiración vas a buscar el dolor o el calor y con la espiración lo sueltas. Había que tener cuidado pues de no potenciar demasiado la respiración para evitar una hiperventilación. Porque me quedó claro que es quien hace el ejercicio el que pisa o levanta el pie del acelerador.



Viendo luego experiencias ajenas desde fuera, percibí cómo en ocasiones aparece el miedo a no poder recuperar el control y uno mismo sabotea la experiencia, lo que le impide ir más allá. Pero también de eso se aprende. A mi juicio, siempre hay un momento de riesgo que es interesante afrontar pero eso depende mucho del individuo, de cómo enfoca su proceso.

Igualmente comprobé que a medida que la vibración autónoma domina se van soltando los pensamientos. Pero para que eso suceda es importante mantener el cuerpo flexible y así permitir que los pensamientos salgan a través de él. Es decir, para que el proceso vibratorio funcione hay que

dejar que la energía entre y empuje, arrastrando a su paso cuanto encuentre. Cuando nos resistimos y nos colocamos rígidos frente a algo es que estamos en guardia, queremos "pelea". Las armaduras y las corazas nos convierten en guerreros inamovibles. El problema es que, de la misma manera que impiden que algo pueda entrar en nosotros, tampoco permiten que salga nada al exterior.

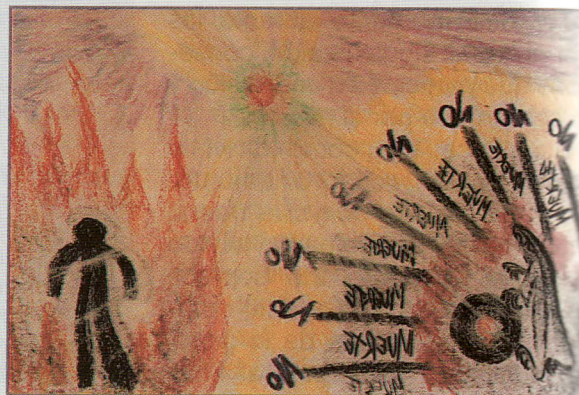
2. Durante la experiencia

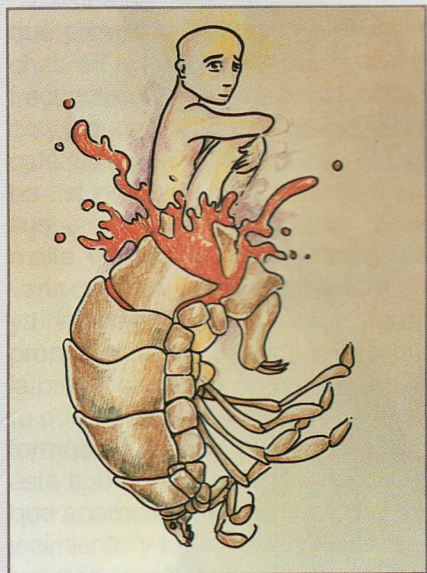
Sólo experimenté la terapia vibratoria por la mañana. A partir de aquel momento quise centrarme en las experiencias ajenas para poder contar de forma muy consciente lo que sucedía. Y me di cuenta de que cada persona vivía su proceso de forma diferente. La sala se llenó en las siguientes sesiones de gritos, jadeos, quejidos y lamentos (al igual que cuando yo participé pero sin ser consciente de lo que vivían los demás). Todo tipo de emociones contenidas —rabia, dolor, angustia...— fluían mientras seguían respirando:

agitadamente intentando no "meter la mente" ni tampoco "conectar con la emoción". Algunos se movían por la sala con rápidas convulsiones mientras otros lo hacían suavemente. En muchos aparecieron toses e, incluso, secreciones de las mucosas, flemas que había que expulsar.

A medida que transcurría el tiempo algunos adoptaron posturas curiosas. Alguien lanzó entonces de pronto un grito

similar a la llamada de lamento de un bebé; uno parecía participar en alguna suerte de danza sagrada; otro más escenificaba alguna ceremonia ancestral que sólo él conocía; otros vivenciaron ser distintos animales y lo manifestaban con ruidos y gruñidos como si defendieran su





territorio; algunos más atacaban con chillidos. Mandíbulas apretadas, gritos...

Estaba claro que se estaban incorporando algunos arquetipos o experiencias ancestrales. A veces se asemejaban a los movimientos del primer simio que se puso erguido o a un cazador cauteloso que oteara el horizonte; otras, a un gran hechicero haciendo sus rituales. Un poco más allá, uno se rodeó de cojines y se echaría al suelo en postura fetal; otro alzó sus manos como queriendo coger la energía del universo para integrarla en su pecho; otros parecían beber pócimas de algún tiempo y algún lugar; uno más se mecía con la música en una armonía total de cadencia inigualable, cada gesto, cada movimiento convertido en música; otros ponían las manos sobre su corazón integrando lo que habían percibido por canales desconocidos; algunos más deambulaban perdidos más allá de la realidad en algún pliegue recóndito de la historia, de su propia historia personal con la que estaban intentando conectar...

Los movimientos autómatas eran la tónica general. Mientras unos apenas se movieron del lugar donde comenzaron la experiencia y mantenían sus pies como clavados al suelo, otros, a pesar de sus ojos cerrados, se movían libremente por el espacio escenificando escenas que llegaban a su mente quizás desde un pasado lejano.

Sin embargo, una vez liberada la tremenda catarsis brotaron cantos, emociones de todo tipo, risas, suspiros de alivio, gestos de liberación y expresiones de alegría.

Lentamente, el ritmo de la música fue bajando llamando a la quietud y a la horizontalidad. Algunos comenzaron a

buscar refugio en el suelo y se echaron. Inmediatamente fueron arropados con mantas. Sólo se oía la música —ahora convertida en una suave melodía— y las respiraciones agitadas. Alguien, sin embargo, permaneció de pie, clavado en el suelo, con la cabeza inclinada sobre su pecho. Cerca, una mujer, incapaz de pararse, continuaba vibrando...

3. Tras el movimiento, la calma

Poco a poco, donde todo era actividad y movimiento, reinaría la calma más absoluta. Todo el mundo estaba echado y arropado con una manta buscando la relajación total. Comenzaba un nuevo proceso de elaboración. La mente se veía impactada con imágenes, recuerdos y sensaciones que representaban claves para la situación psicológica y emocional de cada persona. El silencio era absoluto. Sólo la música lo llenaba todo. Una música que



transportaba hasta los más bellos lugares del planeta —o quizá hacia las profundidades del propio ser— en un viaje interminable por las estrellas dejándose mecer por la armonía de unos sonidos dulces y suaves que fueron un auténtico bálsamo para todos, inmerso cada uno en su pequeño universo intentando encontrar las respuestas que les permitieran identificar y encajar las piezas que no estaban bien colocadas en el puzzle de su vida.

Transcurrida más de una hora, ya despiertos, Manuel fue chequeando uno por uno si quedaba en alguien dolor físico, bloqueos o tensiones musculares. Si así era, presionaba sobre la zona dolorida para que la emoción retenida se expresara. Surgirían entonces de nuevo gritos, llantos o lamentos liberadores. Pero la catarsis sólo parece dolorosa desde fuera; para el protagonista, es un proceso sanador de auténtica liberación, un desahogo.



4. Integración

Desbloqueados los participantes, se encenderían las luces y se les invitaría a todos a dibujar o escribir en una hoja en blanco la síntesis de su experiencia (también se puede trabajar con arcilla). Y, en efecto, cada uno dibujaría con pinturas de colores su *mandala* o escribiría lo que había experimentado durante el proceso (esta doble página se ilustra precisamente con algunos de los dibujos realizados por varios participantes tras sus respectivas experiencias).

La última parte fue la "puesta en común" en la que cada uno contaría a los demás su vivencia desde que comenzó el proceso. Y sería en esa parte final del análisis de lo sucedido, mientras las personas hacían el esfuerzo por verbalizar sentimientos, emociones y pensamientos, cuando la imagen se les mostraría a algunos como si de un caleidoscopio se tratara. Y lo que en un principio parecían experiencias inconexas se unirían formando un paisaje que la persona reconocería e integraría porque había sido elaborado por ella misma. Manuel, de hecho, apenas sugirió algunos matices para completar el cuadro.

En la integración se pone a prueba la elaboración necesaria del proceso terapéutico ya que, de otra forma, quedaría como una movilización sin efectividad

