



MÉTODO SHEC

SINCRONIZACIÓN HEMISFERIOS CEREBRALES

Maruxa Hernando Martínez

ENTREGA 3 – COMPLEMENTARIAS NIVEL 2

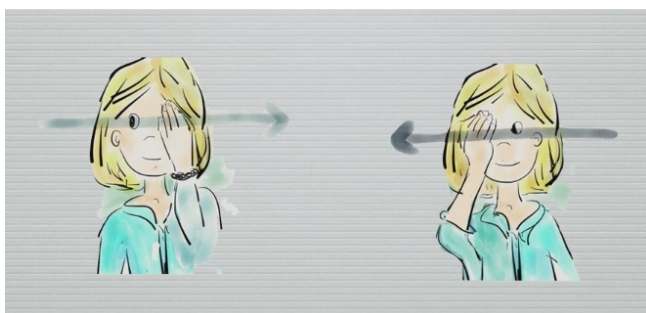
Habíamos comentado en el curso que mi recomendación era que empezaras a aplicar poquito a poquito las complementarias. Recuerda, lo principal es activar y comparar, es decir, que el paciente pueda ver a través de un hemisferio cerebral la situación que estás trabajando, luego verla a través del otro hemisferio y poder comparar la información. Eso es activar y comparar.

Te recomendé que fueses integrando poco a poco las complementarias. Como por ejemplo empezar por el borrado del dolor, punto K, que como has visto es súper importante, y los nudos o puntos de liberación del campo visual. Son 3 complementarias muy importantes y efectivas, como ya hemos podido comprobar.

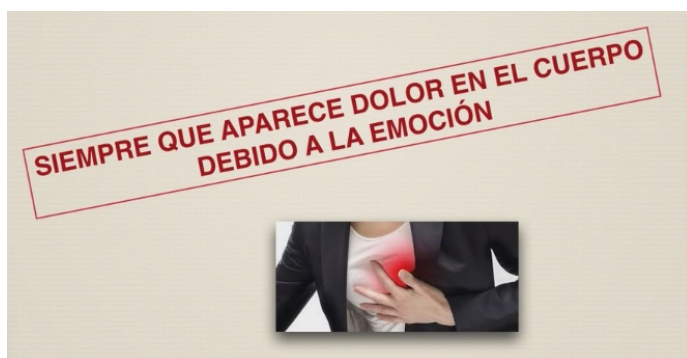
Luego te indiqué que fueses poco a poco ampliando, punto gamut, frontal-occipital, el diálogo de hemisferios, todas son muy buenas.

Así que yo creo que a estas alturas ya las dominas bien. Por lo tanto, ha llegado el momento de poder ampliar un poco más.

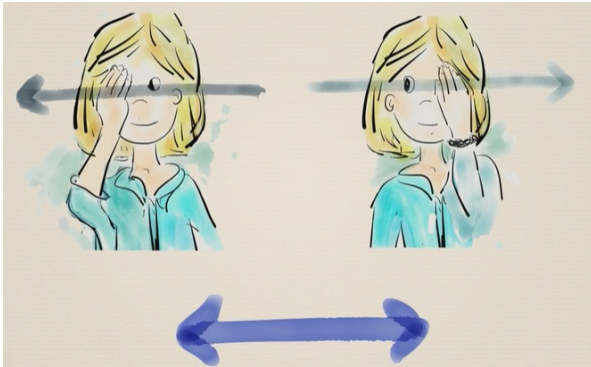
AMPLIACIÓN DEL BORRADO DEL DOLOR



Recuerda que el borrado del dolor lo utilizamos para eliminar o bajar el dolor que produce esa emoción, es decir, cuando el paciente está viviendo esa situación, está recordando, está en esa situación que le está produciendo diferentes emociones, como por ejemplo puede ser miedo, tristeza, malestar, le produce una sensación física en el cuerpo; puede producir opresión, malestar en cualquier lugar y lo que vamos a hacer es aplicar el borrado del dolor.



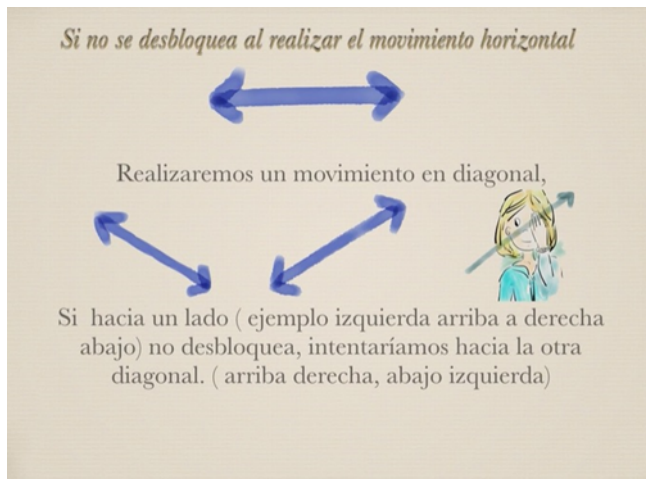
Hasta el momento utilizabas un movimiento delante de los ojos en línea recta y a una cierta velocidad que el paciente pueda seguir, y el movimiento siempre era del exterior hacia la nariz cruzando la línea media.



También has estado realizando el acunado, este movimiento que simula como si fuese una cuna, un movimiento un poquito más lento que el anterior, acompasado suave, con amor, con cariño como simulando una cuna, y generalmente es aconsejable realizarlo con pacientes que tienen ansiedad, angustia, y también cuando estamos trabajando situaciones en las cuales el paciente está en fase de embarazo o primera infancia.

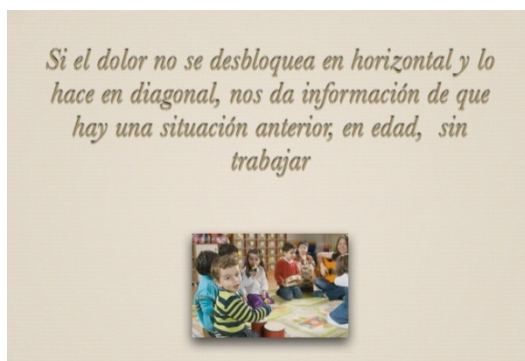


Quizás con algún paciente has trabajado el borrado del dolor de manera horizontal y el paciente te ha dicho que no le ha bajado el malestar, con lo cual has intentado el acunado con tu buen acierto, pero también te ha dicho que no le bajaba el malestar. En ese momento has parado y has dejado de utilizar el borrado del dolor. Pero ahora vamos a hacer una cosa, y es que cuando veas que el paciente tú le trabajas el movimiento horizontal, que es el más adecuado, no le baja el malestar y tampoco el acunado, vas a comenzar a hacer el movimiento pero en diagonal, pasando igualmente por la línea media, que el movimiento siempre sea de fuera hacia la mano. Y probar con esta nueva modalidad/movimiento si le funciona el diagonal hacia un lado o hacia el otro.

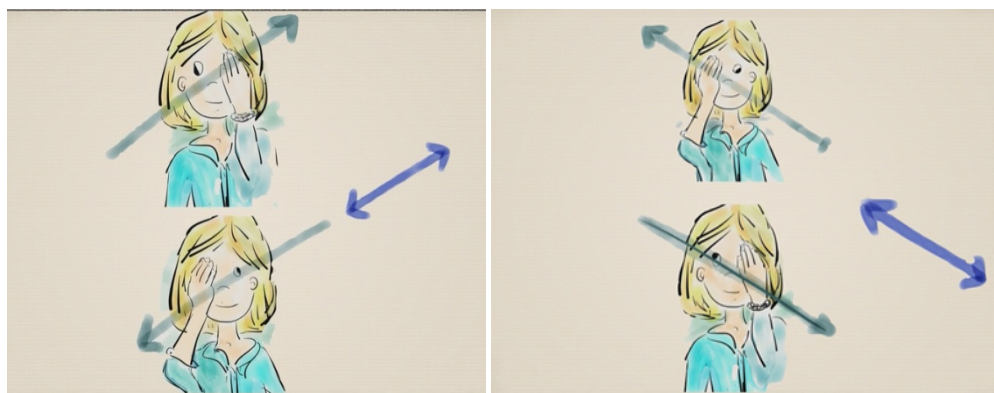


Cuando al paciente sí que le baje el malestar con este movimiento tienes que pensar que hay alguna situación anterior a la que tú estás trabajando que podríamos decir que es una escena origen o una escena anterior que no te está dejando acabar de limpiar bien esta situación.

Entonces, lo que te aconsejo es que lo anotes y en esa sesión o en otra indagues a ver qué hay anteriormente, o esperes un poquito y puedas realizarle el protocolo de traumas tempranos dónde podrás encontrar con la situación que le está perturbando de esta manera.



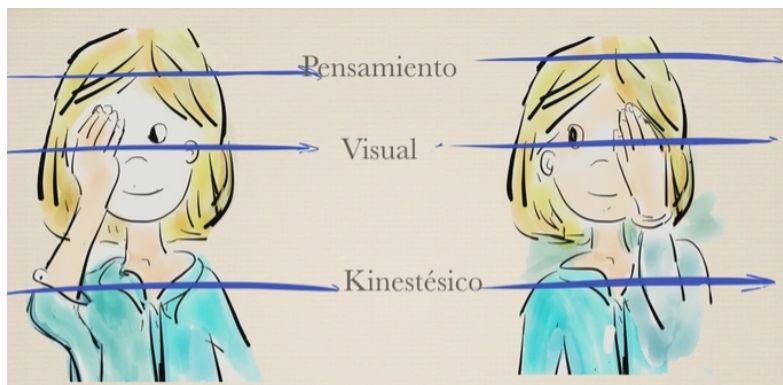
Observa el movimiento del ojo, desde la parte externa hacia la nariz cruzando la línea media, igual que en el otro, lo único que has cambiado el movimiento.



Si el ejercicio anterior que has hecho en diagonal ves que no baja el malestar enseguida, puedes cambiar en este otro sentido de la diagonal.

El movimiento más adecuado en el borrado del dolor es el que hemos dicho en el curso (en horizontal), este es el más adecuado y el más idóneo, pero habíamos visto que también en algunos pacientes no les acaba de funcionar bien del todo, y le funcionaba muchísimo mejor el acunado. Estos son los dos movimientos que se utilizan en la mayor parte de los pacientes. Sin embargo, como acabamos de comentar, que muchas veces necesitan que le hagas el horizontal, y que ni el horizontal, ni el acunado, ni el diagonal le funciona, entonces prueba la otra diagonal.

Una vez te vayas familiarizando ya con todos estos movimientos fíjate que a veces hay pacientes que están mucho más en el pensamiento, mira si con ellos el borrado del dolor te funciona más si lo haces un poquito más arriba. Generalmente trabajamos el que es más visual, a la altura de los ojos, pero hay ciertos pacientes que son muy kinestésicos que trabajan mucho a nivel corporal mira a ver si borras mejor con la zona a la altura de las clavículas. Simplemente prueba. Ahora, si tú ya ves que realizando el movimiento horizontal te funciona más déjalo allí. Es lo mejor.



PUNTOS DE LIBERACIÓN DEL CAMPO VISUAL O NUDOS



Hasta ahora el modo de buscar los engrudos era o cuando hacíamos el punto Gamut, es decir, que si en algún punto el paciente tenía malestar podíamos realizar los nudos o cuando ya le pedíamos que se tapara un ojo y rastreábamos todo su campo visual y después tapábamos el otro ojo y rastreábamos todo su campo visual. En los apuntes está bastante claro todo.

Bien, una vez el paciente tiene un ojo tapado y está siguiéndote por el campo visual y te dice por ejemplo que en un punto determinado hay malestar, pararnos ahí y hacer pequeños

círculos ¿mejora? Si no responden enseguida u os dice que no, cambiáis en el otro sentido, y si os decía que no, hacíamos el movimiento horizontal (como si estuviésemos borrando).



Bien, pues ahora vamos a añadir algún movimiento más.

Si al deshacer los engrudos os comenta que el movimiento circular le va bien continuáis con él, así como si es el circular hacia el otro sentido o el horizontal, es decir, si cualquiera de estos movimientos ya le funciona no tienes que cambiar, tienes que continuar con ese movimiento hasta que ya no hay malestar.

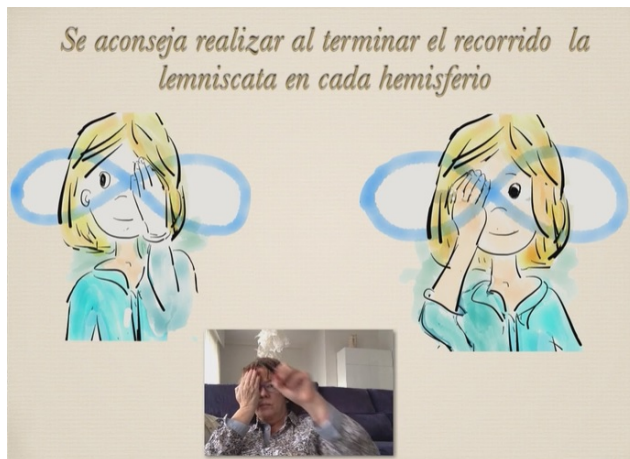
No obstante, hay veces que estás haciendo un movimiento y para, es decir, que ya no sigue bajando el malestar, y cambiando el movimiento continua mejorando, pero siempre que vaya mejorando no hace falta que cambiemos.

Si ninguno de estos movimientos deshacen el engrudo tenemos otros movimientos que podemos utilizar, como la lemniscata (infinito), el diagonal hacia un sentido, hacia el otro, arriba y abajo, el acunado y el último que sería dar como unos puntitos, como si estuvieses sacando algo:



Cuando he terminado el recorrido suelo terminarlo colocando la gafa en un lado, luego en el otro lado, que es la manera de fijar la información.

También algunas veces cuando he terminado el protocolo o sobre todo cuando por ejemplo debido a que el paciente ya está cansado, y se termina la sesión, sí que recomiendo hacer una lemniscata, es decir, pedirle que tape un ojo y hacerle una lemniscata y después lo mismo tapando el otro ojo, o con los dos hemisferios a la vez. Es para terminar una sesión o un protocolo. No hace falta que lo utilicéis siempre, solamente cuando creéis que puede ir bien.

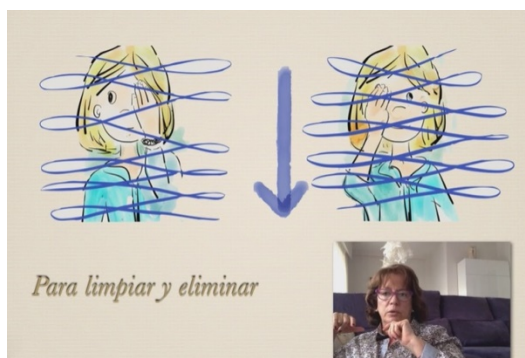


TRABAJO CON LA LEMNISCATA

La Lemniscata es un símbolo que seguramente conocéis, lo llamamos el infinito también y se utiliza muchísimo en la medicina esenia, que es la que utilizaban ya los egipcios o incluso Jesús. Bien, la lemniscata se utiliza mucho para sanación y aquí yo os voy a enseñar algunos movimientos que en muchos pacientes os van a ir muy bien.

Alguna vez siento que el paciente está como muy cargado o simplemente mi sensación es que quiero como borrar, como ayudarle a vaciar todo ese malestar que tiene, tanto trauma, tanto malestar. En ese momento lo que realizo es bien o con un hemisferio o con el otro o con los dos la Lemniscata de arriba hacia abajo. Este movimiento de arriba hacia abajo es el que ayuda a limpiar y a eliminar, y si queréis podéis acabar haciendo un último movimiento con la mano de arriba hacia abajo para que vacíe todo, y ese malestar lo mandáis al universo para que purifique.

Pensar que simplemente el movimiento que va a realizar el ojo mientras hacemos la lemniscata y lo va siguiendo eso ya es bastante liberador.

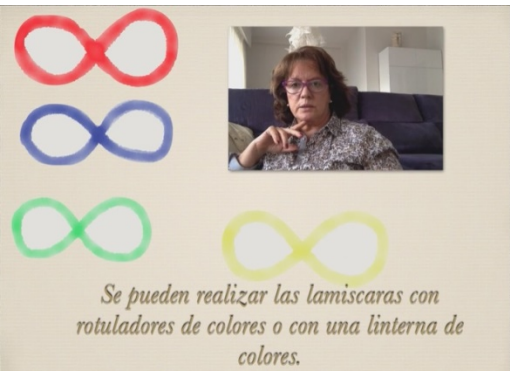


Cuando quiero añadir bienestar, incluso muchas veces cuando ya el paciente ha instalado esa parte positiva, ese bienestar positivo, para como reforzarlo más lo que realizo es el mismo ejercicio, en un hemisferio y el otro o los 2 a la vez, pero la lemniscata es hacia arriba. Es decir, generalmente la Lemniscata hacia abajo es limpiar/borrar, y hacia arriba es llenar de energía,

llenar de bienestar podríamos decir. Evidentemente no hace falta hacerlo con todo el mundo, pero lo podéis probar.



Y Aquí viene si deseáis utilizar colores. A veces hemos utilizado la Lemniscata cogiendo una lámpara led y le coloco unos filtros, que pueden ser de fotografía o puede ser hasta alguna tela de diferentes colores o linterna con opciones de color, y realizar la lemniscata o los puntos de liberación con un color. Probándolo con pacientes a veces me he dado cuenta que teniendo la punta verde o roja veía que a veces funcionaba mejor, he ido investigando, pero realmente es tan rápido cuando estás trabajando todo esto que me he dado cuenta que empezar con colores era complicarnos un poco, de todos modos aquí lo tenéis.



A continuación verás el significado de los colores con las emociones:

