LA MULTIPLICIDAD
MÁS ALLÁ DE UNA VIDA



LEO GONZÁLEZ CIGLIUTI

La multiplicidad más allá de una vida

Lo que las investigaciones y experiencias transpersonales pueden aportar a la comprensión de las partes en IFS

La multiplicidad más allá de una vida

© 2026 Leonardo González Cigliuti

serlibre.uy

Primera edición: octubre de 2026

La multiplicidad más allá de una vida

Lo que las investigaciones y experiencias transpersonales pueden aportar a la comprensión de las partes en IFS

Parte I. Ampliar la comprensión de las partes

Establecemos los fundamentos y comenzamos a abrir la mirada más allá de una sola biografía.

1. Lo que IFS nos ha enseñado

La multiplicidad natural, las partes y sus cargas, Self y la dimensión espiritual del modelo. La pregunta que Schwartz deja abierta sobre la muerte.

2. ¿De qué hablamos cuando hablamos de partes?

Diferencias entre partes IFS, subpersonalidades, estados del yo, fragmentos, memorias, identidades regresivas y facetas del alma.

3. Una historia que puede ir más allá del nacimiento

Primeros casos de regresión que muestran heridas, emociones e identidades asociadas a historias anteriores a la biografía presente.

Parte II. Los exploradores del mundo interior

Entramos en décadas de experiencias clínicas y conocemos a quienes han trabajado con fenómenos semejantes a las partes.

04. Los regresionistas y la multiplicidad

Woolger, Tomlinson, Cannon, Aurand y otros autores. Las partes que protegen, se resisten, recuerdan y continúan atrapadas en experiencias anteriores.

05. Thomas Zinser: las partes que atraviesan las vidas

Los estados del yo, la capa kármica descrita por Gerod, la latencia entre encarnaciones y la integración. Los casos de Marasena, la Sacerdotisa y el general.

06. David Furlong: un puente entre modelos

Su investigación comparativa entre IFS, hipnoterapia, regresión y sanación centrada en el alma. El caso del juez que contiene una parte infantil.

07. Cuando las partes revelan su propia historia

Compararemos casos concretos desde la mirada de IFS: buenas intenciones, consentimiento, resistencias, actualización temporal y transformación de las relaciones.

La multiplicidad más allá de una vida

Parte III. Más allá de la muerte

Aquí abordamos directamente las grandes preguntas sobre continuidad, transformación e identidad.

08. ¿Qué continúa cuando morimos?

La diferencia entre supervivencia de una carga, de una memoria, de una parte, de una personalidad o del alma. Comparación entre las principales tradiciones.

09. Los procesos de transformación

Relatos sobre el tránsito después de la muerte, revisión de vida, liberación de cargas, restauración, integración y preparación para nuevas experiencias.

10. Seth: una conciencia que contiene muchas identidades

Personalidades reencarnacionales, fragmentos autónomos, yoes probables, Presente Espacioso y una multiplicidad que sería inherente a la conciencia.

Parte IV. El aporte de El Caldero a IFS

Integramos lo investigado y desarrollamos nuestra contribución para profesionales que trabajan con partes.

11. Repensar el origen y la continuidad de las cargas

¿De dónde puede proceder una carga? Experiencias personales, legados familiares y culturales, historias transbiográficas y otras posibilidades.

12. Identidad, integración y multiplicidad

¿Qué queda de una parte después de liberar sus cargas? Las diferencias y convergencias entre IFS, Zinser y Seth acerca de la integración sin desaparición.

13. Consecuencias para el acompañamiento

Qué podemos incorporar a nuestra mirada profesional: cómo acompañar relatos transpersonales, escuchar a los protectores, respetar la autonomía y evitar imponer interpretaciones.

14. Hacia una comprensión más amplia de la conciencia

Nuestra síntesis: origen, naturaleza, continuidad y transformación de las partes. La posibilidad de comprender la multiplicidad como una característica de la conciencia misma.

Agradecimientos

Quiero agradecer a Estoye Lade Coyer, que me dio las fuentes bibliográficas con las que pude hacer este trabajo.

Introducción

Casi todos los regresionistas trabajan con traumas de vidas pasadas. En IFS, son las partes las que llevan las cargas del trauma.

Cuando junté esas dos ideas, llegué a una conclusión: si el trauma atraviesa las vidas y son las partes las que llevan sus cargas, algo de las partes también trasciende una vida. **¿Qué es ese algo?**

Este libro nace de esa pregunta. Su subtítulo la convierte en propósito: explorar lo que las investigaciones y experiencias transpersonales pueden aportar a la comprensión de las partes en IFS.

El Caldero

Esta investigación forma parte de El Caldero, un proyecto independiente de reflexión sobre la vida interior, la espiritualidad y las grandes preguntas de la experiencia humana. El Caldero tiene una intención especial: ampliar la mirada sobre la finitud de la vida.

Hay personas que relatan recuerdos y vivencias que parecen extenderse más allá de los límites habituales de una biografía. Hay también autores, investigadores y profesionales que durante décadas escucharon, acompañaron y estudiaron esos relatos.

El Caldero reúne parte de esa sabiduría y la pone a la vista como un tablero abierto, para mirar las piezas juntas, relacionarlas y abrir nuevas preguntas.

En El Caldero reuní un corpus de unas ciento veinte fuentes sobre vidas pasadas, experiencias cercanas a la muerte, vida entre vidas, experiencias en el lecho de muerte y la posvida. Incluye libros, investigaciones, testimonios y otros materiales. Cuando este libro habla de «nuestro corpus», se refiere a ese conjunto de fuentes.

Como en un caldero, ideas, experiencias, conocimientos y preguntas se encuentran, se mezclan y, a veces, se transforman en algo nuevo.

Desde dónde escribo

Me formé como counselor en el Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers. Después pasé por las constelaciones familiares y por el trabajo con el niño interior y la sombra.

Llegué a IFS en 2017 y continué formándome en el modelo hasta el nivel 3. Hoy me dedico al acompañamiento de personas, a divulgar IFS en español y a acercarlo a quienes llegan por primera vez.

También realicé los niveles 1 y 2 de formación en Terapia Regresiva Transpersonal y Vidas Pasadas con Ricardo Mones, instructor de hipnoterapia y regresión a vidas pasadas y miembro del Consejo Asesor del Instituto Michael Newton.

Durante años leí y estudié a quienes trabajaron con la regresión: sus casos, sus técnicas y sus explicaciones sobre lo que aparece en las sesiones.

Este libro reúne esos dos recorridos.

IFS me dio una comprensión profunda de las partes y de las relaciones entre ellas. Las tradiciones regresivas me mostraron décadas de experiencias con heridas que parecen anteriores al nacimiento.

Al encontrarme con ambas perspectivas, comencé a preguntarme qué podían aportar la una a la otra.

Mi punto de partida

Parto de una convicción: **el trauma sobrevive a la muerte**. No tengo duda alguna, porque las personas hacen regresiones y sanan traumas de vidas pasadas.

La investigación empieza en la pregunta que viene después: ¿qué ocurre con las partes que llevan ese trauma?

¿Continúa la misma parte que vivió la herida? ¿Continúa solamente la carga? ¿O el alma conserva la memoria de lo vivido?

Las tradiciones que reúne este libro responden de maneras distintas, y compararlas es buena parte del trabajo.

Cada lector puede llegar desde su propio punto de partida. Para recorrer estas páginas alcanza con la curiosidad por la pregunta.

Cómo leer las fuentes

El libro trabaja con materiales de naturaleza muy distinta, y cada uno se lee según lo que es.

Los **testimonios** cuentan lo que una persona vivió: una regresión, una experiencia cercana a la muerte o los últimos días de una vida.

La **práctica clínica** muestra lo que un facilitador observó en sesión, cómo comprendió la experiencia y qué hizo con ella. Así trabajaron Roger Woolger, Andy Tomlinson, Thomas Zinser, Paul Aurand, Dolores Cannon y Michael Newton, y así trabaja Richard Schwartz desde IFS.

Las **investigaciones** aportan método: entrevistas sistemáticas, seguimiento de pacientes y contraste con datos externos. Es el caso de los estudios de Christopher Kerr sobre el final de la vida, de Ian Stevenson y Jim Tucker sobre niños que recuerdan otras vidas, y de David Furlong sobre cuatro modalidades terapéuticas.

El **material canalizado** ofrece mapas de la conciencia atribuidos a seres no físicos: Seth, transmitido por Jane Roberts; Gerod, con quien trabajó Zinser; Spirit, en los diálogos de Robert Falconer; y los mensajes atribuidos a Erik Medhus. Leo ese material como un conjunto de cosmovisiones que abren preguntas y ofrecen perspectivas para la comparación.

Cada tipo de fuente permite su propio tipo de conclusión.

La propuesta es explorar con libertad y discernimiento: distinguir entre evidencia, testimonio, hipótesis, tradición y creencia, y dejar espacio para que cada persona construya su propia mirada.

Cuando un capítulo dice «según Gerod», «en el relato de Woolger» o «en el estudio de Kerr», esa formulación ayuda a reconocer desde qué clase de fuente estamos hablando.

El propósito es comprender qué sostiene cada una, dónde se encuentran y en qué aspectos proponen explicaciones diferentes.

Para quién es este libro

Escribí este libro para practicantes de IFS y para quienes se acercan a estas preguntas desde otros caminos: la regresión, el acompañamiento al final de la vida y la búsqueda espiritual.

También está dirigido a quienes sienten curiosidad por la multiplicidad interior y por la posibilidad de que nuestra historia no comience necesariamente con el nacimiento.

El capítulo 1 presenta los fundamentos de IFS, así que el libro puede leerse sin conocer el modelo de antemano.

El recorrido

El libro tiene catorce capítulos organizados en cuatro partes.

La primera parte, **«Ampliar la comprensión de las partes»**, comienza por lo que IFS nos ha enseñado. Después precisa qué entendemos por parte frente a otras nociones, como los estados del yo, los fragmentos, las memorias y las identidades regresivas. Cierra con los primeros relatos de heridas que parecen anteriores al nacimiento.

La segunda parte, **«Los exploradores del mundo interior»**, recorre el trabajo de regresionistas como Roger Woolger, Andy Tomlinson, Dolores Cannon y Paul Aurand, la obra de Thomas Zinser y la investigación comparativa de David Furlong. Cierra comparando sus intervenciones desde IFS.

La tercera parte, **«Más allá de la muerte»**, pregunta qué continúa cuando morimos, cómo se transforma lo que queda pendiente y qué propone Seth sobre una conciencia que contiene muchas identidades.

La cuarta parte, **«El aporte de El Caldero a IFS»**, reúne lo investigado: el origen y la continuidad de las cargas, la identidad y la integración de las partes, las consecuencias para el acompañamiento y una mirada más amplia sobre la conciencia.

Todo este recorrido nace de una pregunta sencilla, pero sus consecuencias nos llevan a reconsiderar cómo entendemos las partes, las experiencias que conservan y la conciencia de la que forman parte.

Empecemos por lo que IFS ya nos ha enseñado.

Parte I – Ampliar la comprensión de las partes

Capítulo 1. Lo que IFS nos ha enseñado

Una promesa en medio del océano

Richard Schwartz estaba en el océano cuando una corriente de resaca comenzó a arrastrarlo mar adentro. Intentó regresar a la playa, pero cada esfuerzo parecía inútil. Las olas le dificultaban respirar y empezaba a quedarse sin fuerzas.

Sus partes entraron en pánico.

Dentro de él aparecieron voces aterradas que anunciaban que iban a morir. En aquella situación extrema, Schwartz consiguió algo que llevaba años enseñando a sus consultantes: desmezclarse de las partes que habían tomado el control de su experiencia y relacionarse con ellas desde Self.

En lugar de intentar convencerlas de que todo saldría bien, les transmitió un mensaje diferente:

«Puede que muramos, pero estaré con ustedes todo el tiempo».

Al sentir aquella presencia y recibir su ofrecimiento de acompañamiento, las partes se tranquilizaron.

Poco después, su cuñada, que había llegado a la playa, comprendió lo que estaba sucediendo y le indicó que nadara paralelamente a la costa. Con las pocas fuerzas que le quedaban, Schwartz consiguió escapar de la corriente y regresar a tierra.

Durante el seminario *The Spirituality of IFS*, Schwartz volvió a recordar aquel episodio cuando una profesional que acompañaba a personas al final de sus vidas planteó una pregunta especialmente interesante: ¿qué sucede con nuestras partes cuando estamos muriendo? ¿Se había investigado esta cuestión desde IFS?

Schwartz recordó su experiencia en el océano y también el acompañamiento que había realizado a su colega Derek Scott antes de su muerte.

Explicó que IFS puede resultar muy valioso para ayudar a las personas a relacionarse con sus partes durante ese tránsito. Pero cuando llegó a la pregunta sobre qué sucede con ellas después de morir, respondió:

«No lo sé realmente, sinceramente. No sé si te siguen a ese otro mundo o qué sucede exactamente».

La respuesta tiene un valor especial. El creador de un modelo que reconoce una multiplicidad de seres interiores, que ha dedicado décadas a conocer sus necesidades, relaciones y procesos de transformación, admite que desconoce qué ocurre con ellos cuando termina la vida física.

Esa pregunta permanece abierta y constituye uno de los puntos de partida de esta investigación.

La multiplicidad más allá de una vida

El territorio que abrió IFS

Uno de los aportes más significativos de IFS ha sido cuestionar la idea de que una persona sana debe funcionar como una mente única, coherente y libre de contradicciones interiores.

Richard Schwartz encontró que sus consultantes describían espontáneamente diferentes aspectos de sí mismos que parecían tener sentimientos, percepciones, necesidades e intenciones propias.

Algunas partes criticaban, otras temían, otras buscaban reconocimiento y otras intentaban mantener el control. También aparecían aspectos vulnerables que conservaban experiencias dolorosas y protectores dispuestos a realizar esfuerzos extraordinarios para evitar que ese sufrimiento volviera a manifestarse.

Schwartz comenzó a relacionarse con ellas como integrantes de un sistema interior.

La multiplicidad dejó de entenderse como un fenómeno necesariamente patológico para reconocerse como una característica natural de la experiencia humana.

El sufrimiento aparece cuando las partes quedan atrapadas en experiencias dolorosas, asumen funciones extremas o establecen relaciones de conflicto persistente con otros aspectos del sistema. El trabajo terapéutico permite conocer esas relaciones y facilitar su transformación.

Para quienes estamos familiarizados con IFS, estas ideas constituyen un punto de partida conocido. Sin embargo, contienen una consecuencia que merece ser examinada con mayor detenimiento.

Las partes son más que las funciones que desempeñan y más que las cargas que sostienen.

Una parte crítica puede recuperar su capacidad de discernimiento sin recurrir a la humillación. Un protector controlador puede abandonar su vigilancia extrema y descubrir otras formas de contribuir al sistema. Una parte exiliada puede liberar el miedo, la vergüenza o la culpa que llevaba consigo y recuperar cualidades que habían quedado relegadas.

Las partes pueden experimentar transformaciones profundas sin que ello implique su desaparición.

Esto nos conduce a una pregunta que será importante a lo largo de nuestra investigación:

¿Qué es una parte cuando ya no está organizada alrededor de una herida ni necesita desempeñar una función protectora extrema?

Desde IFS sabemos que puede conservar su individualidad, recuperar sus cualidades originales y establecer nuevas relaciones con el conjunto.

Pero esa observación invita a explorar algo más profundo: la naturaleza de esa individualidad, el alcance de su historia y su relación con la conciencia de la que forma parte.

Estas preguntas comienzan a llevarnos más allá de la descripción de sus funciones psicológicas.

La relación transforma

IFS ha desarrollado una comprensión especialmente refinada de cómo acompañar a las partes.

Una persona puede saber perfectamente que su necesidad de controlar todo comenzó durante una infancia insegura y, sin embargo, continuar sintiendo una alarma intensa cada vez que algo escapa a su control.

La multiplicidad más allá de una vida

Comprender intelectualmente el origen de una estrategia puede ser importante, pero la parte que continúa protegiendo necesita ser conocida, escuchada y comprendida.

Por eso, cuando un protector se muestra desconfiado o se opone al proceso terapéutico, comenzamos por interesarnos en él. Queremos comprender qué intenta evitar, qué teme que suceda y qué condiciones necesita para sentirse suficientemente seguro.

Esta actitud introduce un principio relacional fundamental: las partes tienen su propia perspectiva sobre lo que ocurre y necesitan participar en las decisiones que las afectan.

Sus negativas, temores y resistencias forman parte de una experiencia que merece ser comprendida.

En el trabajo desde Self, las partes pueden descubrir que ya no necesitan hacerse cargo de toda la seguridad del sistema. Pueden comenzar a confiar en una presencia capaz de escucharlas sin quedar dominada por sus emociones o exigencias.

La integración se desarrolla entonces como una transformación de las relaciones interiores.

Una multiplicidad que antes funcionaba mediante conflictos, temores y esfuerzos contrapuestos puede encontrar nuevas formas de cooperación.

La unidad puede surgir de las relaciones entre las partes sin exigir que pierdan su individualidad.

Esta experiencia constituye uno de los puntos de contacto más interesantes con algunas concepciones transpersonales que examinaremos más adelante.

En ellas también encontraremos identidades diferenciadas que participan de una conciencia mayor, conservando distintos grados de autonomía.

Las semejanzas merecen ser exploradas, al igual que las diferencias, porque los autores describen diversos tipos de identidad y niveles de experiencia.

Self y una conciencia más amplia

El descubrimiento del Self representa otro de los aportes fundamentales de IFS.

Schwartz observó que, cuando las partes podían ofrecer suficiente espacio, emergía una presencia caracterizada por calma, claridad, curiosidad, compasión, confianza y otras cualidades que facilitaban una relación diferente con el mundo interior.

Las partes podían encontrar una presencia que las escuchaba y acompañaba sin pretender combatirlas ni utilizarlas para conseguir determinados resultados.

Con el desarrollo de su trabajo, Schwartz comenzó también a reconocer una dimensión espiritual en esta experiencia.

En el seminario *The Spirituality of IFS* describe su recorrido desde una posición inicialmente escéptica hacia una concepción más amplia de la conciencia.

El Self aparece relacionado con una realidad que trasciende la experiencia psicológica individual. Para ilustrarlo, Schwartz utiliza la analogía de la onda y la partícula: el Self individual como expresión particular de una conciencia universal, del mismo modo que una gota pertenece al océano.

También comienza a referirse a las partes como seres internos sagrados, con una identidad y un valor que exceden las funciones que desempeñan.

Su exploración lo lleva a reconocer una organización potencialmente fractal de la vida interior: partes que contienen otras partes, con sus propias relaciones y acceso a Self.

Estas observaciones introducen una posibilidad fascinante.

La multiplicidad podría organizarse en distintos niveles, donde cada totalidad contiene diferenciaciones internas y, a su vez, participa de algo más amplio.

Schwartz reconoce que todavía desconoce los alcances de esta organización. Su experiencia, sin embargo, lo lleva a considerar la conciencia y sus protagonistas interiores desde una perspectiva que excede las explicaciones psicológicas con las que inició su carrera.

Aquí nuestro interés empieza a encontrarse con el de quienes han explorado otras dimensiones de la conciencia.

La relación entre una parte y el Self, entre una personalidad y una conciencia mayor, o entre múltiples identidades y la totalidad de la que participan, comienza a adquirir una relevancia particular.

Más adelante veremos que distintos autores han propuesto respuestas sorprendentemente diversas a estas cuestiones.

Cuando las partes muestran historias de otras vidas

La dimensión transpersonal de IFS aparece también en experiencias que surgen durante el trabajo de liberación de cargas.

En el seminario espiritual, Schwartz reconoce que algunos consultantes encuentran escenas atribuidas a otras existencias cuando exploran el origen de una carga.

En lugar de aparecer una experiencia infantil o una historia perteneciente al linaje familiar, la parte puede presentar imágenes relacionadas con guerras, hambrunas u otras circunstancias que la persona experimenta como pertenecientes a una vida anterior.

Schwartz explica que trabaja con esas experiencias mediante la misma secuencia de acompañamiento que utiliza con las cargas personales o legadas: conocer a las partes involucradas, atestiguar la experiencia, facilitar el rescate cuando corresponde y acompañar la liberación de cargas.

Este hecho merece especial atención.

IFS puede acompañar una experiencia que se presenta como transpersonal utilizando sus propios principios relacionales, incluso cuando el modelo todavía no dispone de una explicación completa sobre su origen o su continuidad.

La parte necesita ser escuchada. Su historia requiere atención. El sufrimiento que expresa puede transformarse.

Sin embargo, queda abierta una cuestión sobre la naturaleza de lo que aparece durante esas experiencias.

Cuando una parte presenta una historia atribuida a otra existencia, podríamos encontrarnos con una parte de la personalidad actual que sostiene una memoria anterior, con una carga

conservada en algún nivel de la conciencia o con un aspecto de identidad procedente de aquella existencia.

También debemos contemplar experiencias cuyo origen permanece indeterminado.

Estas preguntas llevan décadas presentes en el mundo de la regresión a vidas pasadas.

En ese territorio encontramos numerosos relatos de personas que experimentan traumas, emociones, creencias y conflictos asociados a identidades anteriores a su nacimiento.

Algunos autores describen memorias o cargas que atraviesan distintas existencias. Otros proponen la continuidad de fragmentos traumatizados o subpersonalidades que conservan su identidad.

Y algunos han elaborado modelos bastante detallados sobre cómo esos aspectos permanecerían vinculados al alma, cómo podrían reactivarse durante otra encarnación y qué sucede con ellos cuando finalmente liberan sus cargas.

Aquí comienza a perfilarse una de las contribuciones posibles de este trabajo.

IFS aporta una comprensión profunda de las partes y sus relaciones. Las tradiciones regresivas y transpersonales aportan décadas de experiencias y propuestas sobre la continuidad de las heridas y de las identidades.

Poner ambos conocimientos en diálogo puede ampliar considerablemente nuestra manera de comprender lo que aparece durante el acompañamiento de una parte.

Una pregunta nacida de dos recorridos

Mi interés por estas cuestiones comenzó mucho antes de profundizar en IFS.

Durante años conocí el mundo de la hipnosis regresiva y las exploraciones transpersonales, donde aparecían relatos de experiencias, emociones y conflictos asociados a existencias anteriores.

Ese recorrido, junto con los testimonios e investigaciones que fui conociendo, me llevó a considerar la continuidad de determinadas cargas traumáticas más allá de una sola vida como una posibilidad real y profundamente significativa.

Para mí, esa continuidad constituye una convicción de partida. La investigación que presento aquí busca comprender con mayor profundidad sus posibles mecanismos y consecuencias, sin exigir que todos los lectores compartan inicialmente esa convicción.

Cuando profundicé en IFS encontré una comprensión extraordinariamente rica de las partes que sostienen las cargas.

La distinción entre protectores y exiliados, las buenas intenciones de las partes, las polarizaciones, el valor del consentimiento y la posibilidad de liberación de cargas ofrecían un lenguaje y una metodología especialmente valiosos para comprender muchos fenómenos interiores.

Pero también comenzó a aparecer una pregunta.

Si determinadas heridas pueden atravesar las existencias y las partes son quienes sostienen las cargas, ¿qué sucede con esas partes?

La multiplicidad más allá de una vida

¿Permanece la misma parte que experimentó el trauma original? ¿Se conserva solamente su carga? ¿Participa esa experiencia de una organización de conciencia más amplia?

Y si una parte puede liberar sus cargas y continuar existiendo con sus cualidades originales, ¿qué nos dice eso sobre su identidad?

Estas preguntas se encuentran en el centro de la investigación que comenzamos.

Surgen del encuentro entre dos recorridos que han explorado aspectos diferentes de la experiencia humana y que, puestos en diálogo, pueden enriquecer nuestra comprensión de la multiplicidad interior.

Acompañar la muerte y explorar lo que sucede después

Volvamos por un momento a Schwartz.

Su experiencia en el océano mostró que una persona puede relacionarse con sus partes desde Self incluso cuando cree que está a punto de morir.

Más adelante, Schwartz acompañó a Derek Scott durante la preparación para su muerte.

Scott, profesional de IFS, atravesaba una enfermedad terminal y había decidido recurrir a la asistencia médica para morir, disponible legalmente en Canadá.

En la sesión que realizaron, Schwartz lo invitó a encontrar a las partes que tenían miedo de irse y a conectar también con sus guías espirituales.

El acompañamiento incluyó, por tanto, tanto el trabajo con las partes como la apertura a recursos que Scott experimentaba desde una dimensión espiritual.

Esto muestra que la práctica de IFS ya puede desenvolverse en un territorio donde la relación con las partes y las experiencias transpersonales se encuentran.

Sin embargo, Schwartz reconoce que desconoce qué ocurre exactamente con las partes cuando termina la existencia física.

La distinción entre acompañar a las partes durante la muerte y comprender su posible continuidad posterior es central para nuestra investigación.

Los relatos sobre la muerte y la posvida que hemos reunido presentan un panorama complejo.

En algunas experiencias aparecen personas fallecidas que conservan temores, apegos materiales, resentimientos o conflictos emocionales.

En otras, la conciencia experimenta una expansión profunda, mayor comprensión, revisión de la vida o encuentro con dimensiones que trascienden las preocupaciones habituales de la existencia física.

Ambas posibilidades aparecen incluso dentro de un mismo proceso.

La expansión de conciencia y la persistencia de determinadas actitudes de la personalidad podrían coexistir durante algunas etapas de la transición.

Esto nos lleva a preguntarnos cómo se desarrollan los procesos de transformación posteriores a la muerte, qué permanece durante ellos y qué llega a modificarse.

Y especialmente:

La multiplicidad más allá de una vida

¿Qué sucede con nuestra multiplicidad mientras la conciencia atraviesa esas transformaciones?

Lo que otros exploradores pueden aportar

La investigación de la continuidad de las partes nos conduce hacia autores que han trabajado durante décadas con regresión, estados alterados de conciencia, experiencias cercanas a la muerte y relatos atribuidos al período entre encarnaciones.

Sus propuestas ofrecen diferentes maneras de comprender los fenómenos que encuentran.

Roger Woolger describe fragmentos traumatizados que pueden quedar atrapados en experiencias no resueltas, conservando emociones, creencias y respuestas vinculadas a una vida anterior.

Andy Tomlinson pone especial atención en las memorias corporales y emocionales que, según su modelo, pueden permanecer activas o reactivarse en nuevas existencias.

Michael Newton presenta una comprensión de la continuidad del alma y de sus aprendizajes, distinguiendo la identidad espiritual de su asociación temporal con la personalidad biológica.

Thomas Zinser, a partir de su experiencia clínica y de las explicaciones recibidas de Gerod, una presencia espiritual canalizada durante años por una colaboradora, desarrolló un modelo específico sobre la continuidad de los estados del yo.

Dentro de ese modelo, Gerod explica que determinadas subpersonalidades no resueltas permanecen latentes en una capa kármica entre encarnaciones y pueden reactivarse posteriormente, conservando características de la identidad que las originó.

Zinser relacionó estas explicaciones con experiencias de su trabajo clínico y elaboró procedimientos para acompañar a los estados del yo atribuidos a otras existencias.

David Furlong ha reunido experiencias de distintas modalidades terapéuticas y ha explorado las relaciones entre subpersonalidades, Self transpersonal y experiencias atribuidas a vidas anteriores.

Y en el material de Seth, transmitido a través de Jane Roberts, encontramos una concepción diferente: la multiplicidad como característica fundamental de la conciencia, donde distintas personalidades participan de una totalidad mayor sin perder necesariamente su individualidad.

Las diferencias entre estas perspectivas son importantes.

Algunos autores describen la persistencia de memorias o cargas traumáticas. Otros hablan de fragmentos conscientes, estados del yo o personalidades completas.

También difieren en la manera de comprender el tiempo, la evolución y los procesos de integración.

Precisamente por eso merece la pena estudiarlos juntos.

Cada uno puede ayudarnos a reconocer aspectos diferentes de un territorio mucho más amplio que la biografía de una sola existencia.

Nuestra tarea será comprender qué experiencias relatan, cómo las interpretan y qué pueden aportar a la comprensión de las partes.

La multiplicidad más allá de una vida

Más allá de la biografía

IFS ha ampliado profundamente nuestra comprensión de la multiplicidad interior.

Nos ha enseñado que las partes tienen buenas intenciones, que pueden asumir cargas y funciones extremas, que sus relaciones pueden transformarse y que la armonía puede alcanzarse sin su desaparición.

También ha abierto la posibilidad de acompañar experiencias espirituales y transpersonales desde una relación respetuosa con las partes.

Ese conocimiento constituye uno de los fundamentos de esta obra.

El otro procede de décadas de exploración regresiva y transpersonal, durante las cuales numerosas personas han relatado experiencias de heridas, emociones y conflictos asociados a existencias anteriores, así como procesos de continuidad y transformación de la conciencia después de la muerte.

Mi recorrido por ambos territorios me ha llevado a considerar que determinadas cargas traumáticas pueden continuar más allá de una sola vida.

Al profundizar en IFS, esa convicción se encontró con una comprensión especialmente rica de las partes que sostienen las cargas y de su capacidad para transformarse conservando su individualidad.

De ese encuentro nació la pregunta que recorrerá esta obra.

Si las cargas pueden extenderse más allá de una existencia y las partes son mucho más que las heridas que sostienen, necesitamos explorar qué sucede con esas identidades, cómo se relacionan con una conciencia más amplia y qué transformaciones pueden experimentar.

Para hacerlo, pondremos en diálogo experiencias, investigaciones y perspectivas que han explorado distintos aspectos del mundo interior durante décadas.

No necesitamos decidir anticipadamente cuál de ellas ofrece una explicación definitiva. Podemos conocerlas, compararlas y descubrir qué posibilidades abren para quienes acompañamos a otras personas.

Y quizá, a medida que avancemos, lleguemos a considerar una pregunta todavía mayor: si la multiplicidad no fuera solamente una manera en que nuestra mente organiza la experiencia, sino también una característica de la conciencia misma.

Pero nuestro recorrido comienza con una pregunta más cercana al trabajo cotidiano con las partes, nacida del encuentro entre IFS y la exploración transpersonal:

¿Hasta dónde puede llegar la historia de una parte?

Para avanzar tendremos que aclarar qué entendemos por una parte, una memoria, un fragmento, una personalidad o una identidad. Ese será nuestro siguiente paso.

Parte I. Ampliar la comprensión de las partes

Capítulo 2. ¿De qué hablamos cuando hablamos de partes?

Dos rostros del Diablo

«¡Satanás… EL DIABLO!».

Así se presentó una voz durante el trabajo que Wendie Webber realizó con Sharon, una mujer aterrada por lo que consideraba una presencia oscura que interfería con su vida.

La figura se mostraba hostil y amenazante. Sharon creía estar enfrentándose a una entidad maligna, pero Webber comenzó a explorar otra posibilidad. A medida que avanzó el diálogo, interpretó que aquella manifestación correspondía a una subpersonalidad infantil cargada de miedo, culpa religiosa y rechazo. La terapeuta dejó de tratarla como una presencia que debía ser expulsada y comenzó a escucharla como una parte que necesitaba ayuda.

En otro relato, recogido por Michael Newton en *El destino de las almas*, encontramos una escena aparentemente semejante.

Un hombre que durante su existencia había sido un predicador autoritario se encuentra, después de morir, con una figura que identifica como el Diablo. Aterrorizado, pregunta por qué está viendo al demonio. Entonces la figura se quita una máscara y revela ser Scanlon, su guía espiritual, que había adoptado aquella apariencia para ayudarlo a comprender el miedo que él mismo había provocado en otras personas mediante sus amenazas religiosas.

Tenemos dos experiencias que involucran una imagen demoníaca, pero las explicaciones de sus autores son profundamente diferentes.

En una, la terapeuta reconoce una parte infantil cargada de sufrimiento. En la otra, el autor describe a un guía espiritual que utiliza un disfraz con fines pedagógicos.

La interpretación modifica completamente la manera de relacionarse con aquello que aparece.

Este contraste nos introduce en un problema que encontraremos repetidamente a lo largo de nuestra investigación: experiencias aparentemente semejantes pueden pertenecer a fenómenos distintos, mientras que experiencias comparables pueden recibir nombres diferentes según la tradición que las interpreta.

¿Qué estamos llamando una parte? ¿Qué diferencia existe entre una subpersonalidad, una memoria traumática, un fragmento de conciencia, una identidad regresiva o una presencia espiritual?

Antes de explorar hasta dónde pueden extenderse las historias de nuestras partes, necesitamos comprender qué estamos encontrando cuando utilizamos esos nombres.

Tres planos para comprender una experiencia

Cuando un consultante dice «hay una parte de mí que tiene miedo», un profesional familiarizado con IFS dispone de un marco para comenzar a explorar esa experiencia.

Pero durante el acompañamiento pueden aparecer expresiones mucho menos familiares.

La multiplicidad más allá de una vida

Una persona puede describir una voz que parece tener pensamientos propios. Otra puede experimentar una escena que identifica como perteneciente a una existencia anterior. Una tercera puede sentirse acompañada por alguien fallecido, mientras otra afirma que una identidad desconocida intenta comunicarse a través de ella.

¿Cómo orientarnos frente a experiencias tan diversas?

Propongo distinguir tres planos que nos permitan observar lo que sucede sin confundir la experiencia con las explicaciones que construimos acerca de ella.

El primer plano es la experiencia.

Nos interesa conocer qué está viviendo la persona.

Puede tratarse de una emoción intensa, una sensación corporal, una imagen, una voz, una escena, un recuerdo o una presencia. La persona quizá experimente que pertenece a otro tiempo, que observa su propio cuerpo desde fuera o que alguien distinto está hablando en su interior.

Aquí procuramos reconocer lo que sucede tal como la persona lo describe, antes de establecer una explicación sobre su origen.

El segundo plano es la relación.

Este es uno de los aportes más valiosos que podemos incorporar desde IFS.

Nos interesa descubrir qué sucede cuando la persona se relaciona con aquello que aparece.

¿La voz responde a las preguntas? ¿Expresa necesidades o temores? ¿Parece sostener una intención protectora? ¿Se resiste a continuar? ¿Reconoce a la persona actual? ¿Cambia su comportamiento cuando se siente comprendida?

Estas preguntas permiten explorar una experiencia desde su dinámica relacional.

Una imagen aterradora puede transformarse durante el encuentro. Una voz hostil puede comenzar a expresar vulnerabilidad. Una identidad que se muestra desconfiada puede necesitar determinadas condiciones para permitir que el proceso avance.

Reconocer estas transformaciones resulta valioso incluso cuando todavía desconocemos la naturaleza de aquello con lo que estamos trabajando.

El tercer plano es la interpretación.

Aquí aparecen las explicaciones que ofrecen los distintos modelos.

Una voz puede ser comprendida como una parte de IFS, un estado del yo, una memoria personificada, una identidad de otra existencia o una presencia espiritual.

Cada interpretación organiza de manera diferente la experiencia. También puede orientar las intervenciones del acompañante y las expectativas del consultante.

La distinción entre estos tres planos es fundamental para nuestra investigación.

Podemos observar que una persona experimentó una figura amenazante, que estableció un diálogo con ella y que su relación cambió durante la sesión.

La afirmación de que aquella figura era una parte infantil, un guía espiritual o una entidad independiente pertenece al plano interpretativo.

Incluso una experiencia que responde coherentemente al diálogo no establece por sí sola su naturaleza última. La capacidad de responder, expresar una historia o modificar una actitud puede aparecer en diferentes formas de experiencia interior.

Por eso necesitamos los tres planos.

El primero nos permite reconocer qué se experimenta. El segundo nos ayuda a comprender cómo funciona la relación. El tercero nos permite examinar las explicaciones de quienes han estudiado experiencias semejantes.

La experiencia nos muestra lo que aparece; la relación nos permite conocerlo; la interpretación intenta explicar su naturaleza.

Este esquema acompañará nuestro recorrido por los distintos autores y sus casos.

Partes y estados del yo: semejanzas que merecen atención

IFS nos ha enseñado a comprender las partes como integrantes naturales del sistema interior, capaces de experimentar emociones, sostener creencias, establecer relaciones y transformar sus funciones.

Para los propósitos de esta obra, hay una característica especialmente importante: una parte tiene una individualidad que no se agota en la carga que sostiene.

Un protector puede abandonar una estrategia extrema y recuperar capacidades que habían quedado relegadas. Una parte vulnerable puede liberar su sufrimiento y descubrir otras posibilidades de expresión.

Esta comprensión abre una manera particular de relacionarnos con la multiplicidad.

Pero IFS no es la única tradición que ha explorado la existencia de configuraciones relativamente diferenciadas dentro de una persona.

La terapia de estados del yo y diversos enfoques hipnoterapéuticos también han trabajado con aspectos que poseen determinadas memorias, emociones, creencias y modos de funcionamiento.

El término *ego-state*, o estado del yo, ha recibido distintas definiciones según el autor y el contexto terapéutico.

Thomas Zinser desarrolla una concepción particularmente interesante para nuestra investigación.

En *Soul-Centered Healing* describe estados del yo que pueden formarse cuando determinadas experiencias traumáticas resultan difíciles de integrar en la personalidad consciente.

Algunos de esos estados conservarían la perspectiva y las reacciones correspondientes al momento en que se originaron. Desde su propia experiencia, continúan respondiendo como si las circunstancias que provocaron su sufrimiento siguieran presentes.

En una entrevista recogida por David Furlong, Zinser los describe como pequeñas personalidades conscientes atrapadas en el tiempo del trauma.

Para un profesional de IFS, esta descripción resulta familiar. Podemos reconocer semejanzas con partes que continúan organizadas alrededor de experiencias anteriores y necesitan actualizar su comprensión de las circunstancias presentes.

Sin embargo, ambos modelos parten de concepciones diferentes.

IFS reconoce la multiplicidad como una característica natural. Las cargas y las funciones extremas pueden transformar la manera en que las partes se manifiestan, pero su existencia no depende de una fractura traumática.

En el trabajo de Zinser adquieren especial importancia los estados del yo formados alrededor de experiencias que permanecieron sin resolver.

La diferencia resulta aún más significativa cuando Zinser comienza a explorar experiencias atribuidas a otras existencias.

A partir de su trabajo clínico y de las explicaciones ofrecidas por Gerod, un interlocutor espiritual presentado mediante sesiones de canalización, desarrolla un modelo en el que determinados estados del yo pueden conservarse dentro del alma y reaparecer durante otra encarnación.

Zinser propone que esos estados poseen una naturaleza semejante a la de los estados del yo de la vida actual, aunque su origen pertenezca a otra existencia.

Esta es una afirmación más amplia que la formulación psicológica habitual de un estado del yo.

Aquí comenzamos a encontrar una pregunta que será importante para todo el libro: si una experiencia anterior puede continuar influyendo en la vida presente, ¿qué es exactamente lo que continúa?

¿Qué continúa: la experiencia o quien la vivió?

En las exploraciones regresivas encontramos numerosas descripciones de emociones, creencias, sensaciones corporales y conflictos asociados a escenas que las personas experimentan como pertenecientes a otras vidas.

Roger Woolger propone que ciertas experiencias traumáticas pueden dejar huellas profundas que atraviesan distintas existencias.

En su modelo, algunas de esas huellas están relacionadas con fragmentos de conciencia que permanecen vinculados a experiencias no resueltas, especialmente cuando una muerte ha ocurrido en circunstancias violentas o traumáticas.

Andy Tomlinson presta particular atención a las memorias corporales y emocionales. Según su explicación, ciertas experiencias pueden quedar registradas en los campos sutiles y manifestarse nuevamente cuando las circunstancias de una existencia posterior evocan el trauma original.

En ambos autores encontramos la posibilidad de que una experiencia continúe ejerciendo influencia después de la muerte física.

Pero la continuidad puede entenderse de distintas maneras.

Una carga emocional puede permanecer asociada a determinadas situaciones y reactivarse cuando algo recuerda las circunstancias en las que se originó.

Una memoria puede conservar el contenido de una experiencia sin que necesariamente encontremos una identidad diferenciada que continúe viviéndola.

La multiplicidad más allá de una vida

También podemos explorar la posibilidad de que un aspecto de conciencia conserve su propia perspectiva y permanezca organizado alrededor de aquella historia.

Estas diferencias adquieren especial relevancia cuando las relacionamos con IFS.

Una parte puede sostener una carga, pero la parte y la carga constituyen aspectos diferentes de la experiencia interior.

Si una persona libera una creencia dolorosa, la parte que la sostenía puede continuar formando parte del sistema. La transformación de una carga no implica la desaparición de quien la llevaba.

Ahora bien, la continuidad de una carga entre existencias tampoco establece automáticamente que haya sobrevivido como identidad diferenciada la misma parte que la sostuvo originalmente.

Son cuestiones relacionadas que necesitan ser investigadas por separado.

Mi punto de partida incluye la convicción de que determinadas cargas y experiencias traumáticas pueden extenderse más allá de la biografía actual. Esa posibilidad constituye uno de los motivos centrales de esta obra.

La pregunta por la continuidad individual de las partes surge del encuentro de esa convicción con la comprensión que IFS nos ofrece de la multiplicidad.

Y es una pregunta que enriquece la investigación sin convertirse en una condición que debamos demostrar para que todo lo demás tenga valor.

Podemos aprender mucho acerca de las partes explorando cómo se manifiestan, se transmiten y se transforman ciertas experiencias transbiográficas, incluso si todavía desconocemos qué ocurre con la identidad individual de quienes las sostuvieron.

Una cosa es la continuidad de una experiencia. Otra es la continuidad de una identidad. Ambas merecen nuestra atención.

Cuando aparece alguien con otra historia

Algunas experiencias regresivas se presentan principalmente como escenas o recuerdos.

La persona describe acontecimientos, experimenta sensaciones corporales y expresa emociones que relaciona con otra existencia.

En otras ocasiones aparece algo diferente: un personaje que parece conservar una historia, una perspectiva y una intención propias.

Puede afirmar que pertenece a determinada época, reconocer circunstancias que desconoce la personalidad actual o mostrar preocupación por acontecimientos que considera todavía presentes.

A veces esa identidad se expresa directamente durante el proceso. Otras veces la persona simplemente experimenta que está viviendo desde su perspectiva.

La diferencia es importante.

En el primer caso, el acompañamiento puede estar centrado en una experiencia traumática y sus consecuencias.

En el segundo, la exploración puede adquirir una dimensión relacional: aparece alguien que expresa necesidades, sostiene temores y parece responder desde una historia propia.

Zinser describe precisamente este tipo de situaciones en algunos de sus casos. Encontraremos estados del yo que se identifican con existencias anteriores y continúan actuando desde circunstancias que consideran actuales.

Otras tradiciones, como la de Michael Newton, presentan experiencias en las que el consultante reconoce personalidades de otras vidas como expresiones de la trayectoria de su alma.

Pero reconocer una identidad regresiva no significa automáticamente que estemos ante una parte del mismo tipo que las descritas por Zinser o IFS.

Una persona puede experimentar una existencia anterior sin dialogar con una subpersonalidad diferenciada.

También puede encontrarse con una identidad que parece actuar de manera independiente y necesitar una relación específica para avanzar.

Aquí los tres planos vuelven a resultar útiles.

La experiencia nos permite reconocer qué aparece. La relación nos muestra cómo se comporta esa identidad durante la exploración. La interpretación del autor propone qué es y cómo se vincula con la persona actual.

Mantener estas diferencias nos ayudará a comprender los relatos sin reducirlos a una sola explicación.

Fragmentos, facetas y personalidades

La palabra *fragmento* aparece frecuentemente en las tradiciones regresivas y espirituales.

Sin embargo, su significado cambia considerablemente según el modelo que examinemos.

Woolger describe fragmentos traumatizados del alma que pueden permanecer vinculados a experiencias dolorosas, especialmente en situaciones de muerte violenta o de conflictos que no llegaron a resolverse.

En esta concepción, la fragmentación está relacionada con un sufrimiento que necesita ser conocido y transformado.

En el material de Seth, transmitido a través de Jane Roberts, encontramos una perspectiva diferente.

Seth presenta la conciencia como una realidad capaz de diferenciarse y expresarse mediante múltiples identidades.

Describe *fragment personalities*, fragmentos de personalidad que pueden adquirir autonomía y continuar desarrollándose. Algunos incluso llegarían a convertirse en entidades con una organización propia.

Aquí la multiplicidad no surge exclusivamente de una experiencia traumática.

La diferenciación constituye una posibilidad de desarrollo de la conciencia misma.

Seth también distingue estos fragmentos de las personalidades reencarnacionales, que poseen historias individuales y participan de una Entidad mayor.

Estas identidades no serían simplemente recuerdos almacenados por una conciencia central. Dentro de su modelo, conservan grados de individualidad y participan de relaciones que trascienden nuestra experiencia habitual del tiempo.

Dolores Cannon introduce otra noción mediante las llamadas *facetas del alma*.

En algunos de sus relatos aparecen diferentes aspectos de una conciencia mayor que participan en la experiencia de una misma persona. Sus descripciones presentan una organización espiritual que no coincide exactamente con la concepción psicológica de las partes en IFS.

Michael Newton, por su parte, distingue entre la identidad del alma y la personalidad asociada al organismo físico.

En sus relatos de vida entre vidas, el alma conserva una continuidad propia, integra las experiencias de diferentes encarnaciones y mantiene su identidad espiritual más allá de las características particulares de cada personalidad humana.

Estas perspectivas nos presentan distintos modos de comprender la multiplicidad.

En algunas, las identidades diferenciadas surgen de experiencias traumáticas. En otras, constituyen expresiones de una conciencia espiritual que puede manifestarse a través de diferentes existencias.

También encontramos modelos donde la individualidad de cada personalidad es especialmente importante y otros donde el protagonismo corresponde a la trayectoria del alma como totalidad.

Para nuestro propósito, estas diferencias son más fértiles que una equivalencia apresurada.

Nos permiten investigar qué comprende cada autor por identidad, cómo describe su origen y qué relación establece entre los diferentes aspectos de la conciencia.

Al mismo tiempo, nos preparan para una de las preguntas más amplias de la obra: si la multiplicidad puede representar algo más que la organización psicológica de una existencia individual.

Las presencias que parecen venir de fuera

Existe otro tipo de experiencia que merece atención.

Durante una exploración interior pueden aparecer figuras que la persona experimenta como diferentes de sus propias partes.

A veces se presentan como guías espirituales, familiares fallecidos, ancestros o presencias protectoras. En otras ocasiones adoptan formas amenazantes o expresan intenciones que la persona no reconoce como propias.

La vivencia de exterioridad puede ser muy intensa.

La persona puede sentir que está en contacto con alguien que posee recuerdos, conocimientos o motivaciones independientes de su experiencia habitual.

Distintos autores han desarrollado explicaciones sobre estas manifestaciones.

Algunos las interpretan como experiencias de contacto espiritual. Otros encuentran que ciertas figuras inicialmente consideradas externas pueden comprenderse como partes del propio sistema.

Robert Falconer ha explorado extensamente estas cuestiones desde su trabajo con partes y desde su interés por las experiencias que los consultantes atribuyen a presencias ajenas a su personalidad.

Tom Holmes también recoge experiencias en las que una figura inicialmente interpretada como guía espiritual llega a comprenderse de otra manera durante el acompañamiento.

Aquí volvemos a los dos rostros del Diablo con los que comenzamos.

Sharon experimentaba una figura amenazante que Webber interpretó como una parte cargada de miedo y culpa.

En el relato de Newton, una figura semejante es presentada como un guía espiritual disfrazado.

Lo que nos interesa en este momento es la diferencia entre lo que apareció, lo que sucedió durante la relación y el significado que cada autor atribuyó a la experiencia.

Para quienes acompañamos desde IFS, esta distinción tiene un valor práctico.

Podemos interesarnos por lo que siente la persona frente a una presencia, conocer a las partes que reaccionan ante ella y explorar lo que sucede en la relación.

La experiencia puede adquirir nuevos significados durante el proceso.

La actitud de curiosidad permite que la comprensión se desarrolle a partir del encuentro, respetando tanto la experiencia de la persona acompañada como su autonomía para otorgarle significado.

Self, Yo Superior, alma y Entidad

Si los distintos modelos utilizan palabras diferentes para describir los aspectos de la multiplicidad, también presentan concepciones diferentes sobre la totalidad de la que esos aspectos forman parte.

En IFS hablamos del Self y de la posibilidad de relacionarnos con nuestras partes desde una presencia caracterizada por calma, curiosidad, claridad, compasión y otras cualidades.

En el modelo de Zinser aparece el *Higher Self*, al que se atribuyen funciones que incluyen el acompañamiento de los estados del yo y su integración en distintos niveles de la historia del alma.

En los trabajos de Cannon encontramos también un Yo Superior que, dentro de su marco espiritual, puede ofrecer información sobre experiencias y existencias que exceden el conocimiento habitual de la personalidad consciente.

Newton describe un alma que conserva su identidad a lo largo de diferentes encarnaciones y participa de procesos de aprendizaje y transformación espiritual.

La multiplicidad más allá de una vida

Seth presenta una Entidad o Yo Total que incluye múltiples expresiones de identidad y que, a su vez, participa de organizaciones de conciencia más amplias.

Estas concepciones pueden encontrarse en ciertos aspectos de la experiencia.

Algunas describen una presencia compasiva capaz de acompañar a los diferentes aspectos de la persona. Otras atribuyen a la conciencia mayor un conocimiento que trasciende la biografía actual. También difieren en su manera de explicar la identidad, la evolución y la integración.

En IFS, el Self constituye el centro de una relación transformadora con las partes. En Zinser, el *Higher Self* participa además de una cartografía espiritual de distintas existencias. En Newton, el alma es la identidad continua que atraviesa las encarnaciones. En Seth, la Entidad contiene distintas personalidades que conservan grados de autonomía dentro de una totalidad mayor.

Estas nociones ofrecen perspectivas diferentes acerca de la relación entre individualidad y totalidad.

Nos resultarán especialmente útiles cuando exploremos qué sucede con las partes al liberar sus cargas, cómo describen los autores sus procesos de integración y qué lugar ocupa la continuidad de la identidad dentro de cada modelo.

Un mapa de seis categorías

Después de recorrer estas perspectivas, podemos reunir seis grandes categorías para orientarnos a lo largo del libro.

Este mapa no pretende establecer una clasificación definitiva de la conciencia. Su función es ayudarnos a reconocer diferencias que con frecuencia quedan ocultas cuando utilizamos una misma palabra para describir experiencias diversas.

Categoría	**Qué nos interesa distinguir**
Parte de IFS	Integrante del sistema interior, con perspectiva propia, relaciones, necesidades y capacidad de transformación.
Estado del yo o subpersonalidad	Configuración relativamente diferenciada de experiencia e identidad, comprendida según el modelo que la estudia.
Carga, memoria o impronta	Contenido emocional, corporal o cognitivo que puede persistir o reactivarse sin constituir necesariamente una identidad diferenciada.
Identidad regresiva	Persona o personaje experimentado como perteneciente a otra existencia, con distintos grados de autonomía durante la exploración.
Faceta del alma o personalidad espiritual	Expresión de identidad vinculada, dentro de determinadas concepciones transpersonales, a una conciencia mayor.
Presencia experimentada como externa	Figura vivida como guía, familiar fallecido, ancestro, espíritu u otra presencia que inicialmente se percibe como diferente de las propias partes.

Las categorías pueden relacionarse o superponerse dentro de una experiencia.

Una identidad regresiva puede ser interpretada como un estado del yo. Una presencia que inicialmente se experimenta como externa puede llegar a comprenderse como una parte. Una memoria traumática puede aparecer asociada a una identidad diferenciada o manifestarse principalmente como una emoción o sensación corporal.

El valor de esta clasificación reside en las preguntas que nos permite formular.

¿Estamos ante una experiencia que necesita ser atestiguada? ¿Aparece un interlocutor con quien establecer una relación? ¿Qué idea de identidad y de totalidad está utilizando el autor para comprender lo sucedido?

El mapa ofrece claridad conceptual. Los tres planos nos ayudan a aplicarlo al encuentro concreto con la experiencia.

Del mapa conceptual al acompañamiento

Imaginemos que una persona, durante una exploración interior, experimenta una sensación intensa en el pecho y escucha una voz que dice que no puede abandonar a alguien.

Podemos comenzar por conocer esa experiencia: dónde se siente, qué emoción aparece, qué imágenes la acompañan y qué significado tiene para la persona.

Después podemos interesarnos por la relación.

¿Cómo se siente la persona hacia esa voz? ¿Puede escucharla con curiosidad? ¿Qué teme que ocurra si abandona a quien está intentando proteger? ¿Conoce la voz las circunstancias actuales?

Si la experiencia se desarrolla como un diálogo con una parte, podemos conocer sus necesidades y permitir que la relación avance respetando sus tiempos.

Durante el proceso podría aparecer una escena infantil de la vida presente. También podría surgir una historia que la persona experimenta como perteneciente a otra existencia.

En cualquiera de los dos casos, la experiencia y la relación nos ofrecen elementos para acompañar lo que está sucediendo.

El tercer plano nos permite examinar las interpretaciones posibles.

Desde IFS podemos comprender cómo una parte permanece organizada alrededor de una responsabilidad protectora. Desde determinados enfoques regresivos podemos explorar el significado de una experiencia que se presenta como anterior a la biografía actual.

La interpretación puede ampliarse a medida que avanza el proceso.

Lo importante es que la explicación no sustituya prematuramente al encuentro.

Una parte que necesita ser escuchada puede quedar relegada si el acompañante se apresura a explicar su origen. Una experiencia regresiva puede perder riqueza si se la fuerza a encajar en una categoría que no representa adecuadamente lo que la persona está viviendo.

También puede suceder lo contrario: una imagen transpersonal puede adquirir una autoridad excesiva cuando se la interpreta inmediatamente como una revelación sobre la naturaleza del alma o de la realidad espiritual.

La multiplicidad más allá de una vida

Los tres planos nos ofrecen una manera de mantener presentes las diferentes dimensiones del proceso.

La experiencia merece ser conocida. La relación necesita desarrollarse. La interpretación puede enriquecerse con los aportes de distintos modelos.

Para mí, esta es una de las posibilidades más interesantes del encuentro entre IFS y las tradiciones transpersonales.

Podemos conservar la riqueza de las experiencias que otros profesionales han explorado durante décadas y, al mismo tiempo, aportar una comprensión más refinada de las relaciones que se establecen con sus protagonistas.

Más allá de las palabras

La multiplicidad interior constituye un territorio extraordinariamente diverso.

A veces aparece como una emoción contradictoria, una voz crítica o una imagen infantil. En otras ocasiones adopta la forma de una identidad histórica, una memoria corporal intensa, una faceta del alma o una presencia espiritual.

Cada tradición ha elaborado un lenguaje para comprender esas experiencias.

IFS nos ofrece una visión especialmente rica de las partes y de las relaciones que pueden transformar su sufrimiento.

Las exploraciones regresivas aportan experiencias donde determinadas heridas y conflictos parecen extenderse más allá de la vida presente.

Y algunas concepciones transpersonales proponen organizaciones de conciencia en las que múltiples identidades participan de totalidades más amplias.

Estas perspectivas pueden enriquecerse mutuamente cuando conservamos la capacidad de distinguir sus diferencias.

Parto de la convicción de que ciertas cargas traumáticas pueden continuar más allá de la biografía en la que se originaron. Quiero explorar esa continuidad a la luz de lo que sabemos sobre las partes, sus relaciones y sus procesos de transformación.

En algunos relatos encontraremos principalmente memorias y cargas. En otros aparecerán identidades con perspectivas propias, capaces de dialogar y responder a nuevas experiencias. También conoceremos propuestas en las que la multiplicidad participa de una concepción más amplia de la conciencia.

Nuestro interés será comprender qué aporta cada experiencia y qué podemos aprender de quienes la acompañaron.

Los tres planos —experiencia, relación e interpretación— nos ayudarán a recorrer ese territorio sin perder claridad.

Y el mapa de categorías nos permitirá reconocer cuándo estamos hablando de una parte, una memoria, una identidad o una concepción espiritual de la totalidad.

Con estas herramientas podemos comenzar a examinar los relatos concretos.

La multiplicidad más allá de una vida

En ellos encontraremos personas que experimentan culpas cuyo origen parece remontarse a siglos atrás, heridas corporales asociadas a escenas de otras existencias e identidades que continúan reaccionando desde circunstancias que, según sus propios relatos, terminaron mucho antes del nacimiento actual.

Algunas de esas experiencias dieron origen a modelos muy diferentes sobre la continuidad de la conciencia.

Otras plantean preguntas que siguen abiertas.

Lo que tienen en común es su capacidad para ampliar nuestra mirada sobre la historia de una persona y sobre las experiencias que pueden aparecer durante el trabajo con sus partes.

Nuestro siguiente paso será entrar en ese territorio y escuchar lo que esos relatos tienen para enseñarnos.

Parte I. Ampliar la comprensión de las partes

Capítulo 3. Una historia que puede ir más allá del nacimiento

Nunca debí haberlos dejado solos

Wendy tenía dificultades para alejarse de su hogar. Desde niña había experimentado una ansiedad intensa que, incluso en su vida adulta, limitaba sus movimientos y la mantenía vinculada a la seguridad de su casa y de su familia.

La posibilidad de salir y dejar atrás a sus seres queridos despertaba un temor que parecía desproporcionado respecto de las circunstancias presentes.

Durante una regresión realizada por Roger Woolger apareció una historia completamente diferente.

Wendy comenzó a experimentar la vida de un niño nativo americano que había salido a cazar con su padre. Al regresar al campamento, encontró una escena terrible: unos hombres blancos estaban asesinando a su madre y a sus hermanos.

El niño intentó defenderlos, pero también fue alcanzado por los disparos.

Mientras moría, una idea se impuso sobre todas las demás:

«Nunca debí haberlos dejado solos».

La tragedia quedó asociada a una culpa devastadora. Había salido a cazar con su padre y, cuando regresó, ya era demasiado tarde para proteger a quienes amaba.

En la descripción ampliada del caso, la experiencia del niño continúa incluso después de su muerte. Permanece durante días contemplando los cuerpos de sus familiares, incapaz de apartarse de aquella escena.

Woolger interpreta que un fragmento de su conciencia había quedado atrapado en el dolor y en la convicción de haber abandonado a su familia.

Desde esa perspectiva, la dificultad de Wendy para alejarse de sus seres queridos adquiría un significado diferente.

Su ansiedad podía comprenderse como la expresión actual de una culpa originada en aquella existencia. El sufrimiento que experimentaba al separarse de su familia parecía conservar la misma lógica emocional que había surgido en el momento de la tragedia.

Lo que me interesa especialmente de este relato es la persistencia de aquella conclusión.

El niño había muerto. La existencia en la que ocurrió la tragedia había terminado. Pero la culpa parecía continuar organizando la experiencia de otra persona, nacida mucho tiempo después.

En el modelo de Woolger, el sufrimiento había atravesado una frontera que habitualmente consideramos definitiva: la muerte.

Cuando una experiencia sigue perteneciendo al presente

Quienes trabajamos con IFS conocemos situaciones en las que una parte continúa reaccionando desde una experiencia ocurrida muchos años atrás.

La multiplicidad más allá de una vida

Una persona adulta puede experimentar un miedo intenso ante una desaprobación relativamente pequeña. Cuando exploramos esa reacción, encontramos una parte infantil que todavía teme ser abandonada, castigada o humillada.

La personalidad adulta reconoce que las circunstancias actuales son diferentes. Sin embargo, para aquella parte, el peligro conserva una actualidad emocional que no se corresponde con el tiempo transcurrido.

Durante el acompañamiento podemos descubrir que desconoce información esencial del presente: la edad actual de la persona, los recursos de los que dispone o el hecho de que determinadas personas ya no tienen el poder que tenían entonces.

La historia de Wendy introduce una ampliación de esa misma cuestión.

¿Qué sucede cuando la experiencia que parece mantener activa una reacción pertenece, según el relato de la persona, a un tiempo anterior a su nacimiento?

Woolger desarrolló una comprensión de los fragmentos traumatizados en la que algunas experiencias especialmente dolorosas pueden dejar aspectos de conciencia vinculados a emociones y creencias que no llegaron a resolverse.

En el caso de Wendy, esa interpretación se aplica a una historia de pérdida y culpa. El relato regresivo muestra una convicción que parece conservar su fuerza mucho después de que desaparecieron las circunstancias que la originaron.

No aparece aquí un diálogo claramente documentado con una subpersonalidad diferenciada, como los que encontraremos más adelante en otros autores. La historia se presenta principalmente a través de la experiencia regresiva de Wendy y de la interpretación que Woolger hace de ella.

Sin embargo, la carga emocional resulta perfectamente reconocible para quienes acompañamos partes.

Una conclusión nacida en un momento extremo puede convertirse en una regla que organiza la vida.

No volveré a dejar solos a quienes amo.

Si me alejo, algo terrible puede suceder.

Tengo que permanecer cerca para protegerlos.

En IFS encontramos creencias de este tipo tanto en partes vulnerables que sostienen experiencias dolorosas como en protectores que intentan impedir que ese sufrimiento vuelva a producirse.

Las circunstancias cambian, pero la responsabilidad asumida puede permanecer intacta.

Una parte sigue intentando evitar un peligro que pertenece al pasado. Otra conserva una culpa que nunca consiguió elaborar. Y algunas parecen vivir dentro de una historia que todavía no ha concluido para ellas.

La propuesta de Woolger lleva esta observación más allá de la biografía presente: determinadas heridas podrían continuar actuando a través de otras existencias.

Si exploramos seriamente esa posibilidad, el nacimiento deja de ser una frontera que determina por anticipado el origen de toda carga emocional.

El cuerpo también tiene memoria

Las experiencias que aparecen durante una regresión no siempre comienzan con una creencia reconocible o una emoción que la persona consigue describir.

A veces comienzan en el cuerpo.

Una sensación de opresión en la garganta, una tensión persistente en los hombros, un dolor que parece activarse ante determinadas circunstancias o una respuesta corporal intensa frente a un estímulo aparentemente inofensivo.

En IFS estamos familiarizados con las manifestaciones físicas de las partes.

Una persona puede comenzar reconociendo un nudo en el pecho, un peso en el abdomen o una sensación de inmovilidad. Cuando se aproxima a esa experiencia con curiosidad, pueden aparecer emociones, imágenes, recuerdos o aspectos de sí misma que antes no reconocía.

Los profesionales de la regresión han explorado fenómenos semejantes desde otros marcos.

Andy Tomlinson desarrolló una comprensión de las experiencias regresivas que concede especial importancia a las memorias corporales y a las emociones que parecen permanecer vinculadas a escenas traumáticas.

En su modelo, algunas de esas experiencias podrían conservarse en los campos sutiles y manifestarse nuevamente durante otra existencia.

Uno de los relatos que presenta permite comprender por qué llegó a considerar esa posibilidad.

Sally y la defensa que no pudo completar

Sally sufría dolores intensos en la columna vertebral y en los hombros. Las molestias llevaban tiempo presentes y los tratamientos médicos que había recibido no habían conseguido aliviarlas.

Durante una sesión de regresión relatada por Andy Tomlinson en *Sanando el alma eterna*, comenzó a aparecer una escena que parecía pertenecer a otra existencia.

En la versión ampliada del relato, Sally se experimentó como una niña de aproximadamente diez años que estaba siendo castigada.

Tenía las manos inmovilizadas mientras alguien presionaba un atizador de hierro candente contra su espalda.

La experiencia era aterradora. Durante la regresión aparecieron el dolor, el miedo, la sensación de asfixia y hasta el olor de la carne quemada.

Pero junto al sufrimiento surgió algo especialmente importante.

La niña quería liberar sus manos.

Quería apartar aquel hierro de su espalda y defenderse.

Su cuerpo necesitaba realizar una acción que, dentro de la escena, había sido imposible.

Tomlinson propuso entonces un trabajo corporal que permitiera expresar ese movimiento.

Sostuvo una toalla para ofrecer resistencia mientras Sally realizaba la acción de empujar y apartar aquello que, en la experiencia regresiva, representaba el atizador.

El movimiento permitió completar, dentro del trabajo terapéutico, la respuesta defensiva que la niña no había podido realizar.

Según Tomlinson, después de esa intervención el dolor que Sally había experimentado durante años desapareció.

El autor interpreta la experiencia a partir de su modelo de memorias corporales conservadas entre existencias. El resultado relatado corresponde a la experiencia presentada en su libro; por sí solo no establece la historicidad de la escena ni demuestra el mecanismo propuesto para explicar la mejoría.

Pero hay algo particularmente interesante en la manera en que se desarrolló el proceso.

La experiencia no consistió únicamente en recordar una situación dolorosa.

En ella apareció una intención: apartar el peligro, defenderse y recuperar la capacidad de actuar.

La intervención permitió completar, dentro del trabajo terapéutico, una respuesta defensiva que había quedado interrumpida.

Más allá del dolor

Hay un aspecto de esta experiencia que, desde IFS, merece especial atención.

En la escena de Sally no aparece solamente un dolor. **Aparece alguien que quiere hacer algo.**

La niña necesita liberar sus manos, apartar la amenaza y defenderse. La experiencia incluye miedo y sufrimiento, pero también una intención clara que no había podido llevarse a cabo.

Estamos acostumbrados a interesarnos por las necesidades de las partes, sus temores y aquello que intentan conseguir mediante sus comportamientos.

Una parte puede sostener una estrategia extrema porque considera que es la única manera de mantener segura a la persona. Otra permanece atrapada en una experiencia en la que nunca consiguió recibir ayuda o realizar una acción que necesitaba.

Cuando la conocemos desde Self, podemos descubrir que continúa esperando algo.

Quizá necesite ser escuchada, expresar una emoción, recibir protección o reconocer que las circunstancias han cambiado.

En Sally, la acción inconclusa adquiere un protagonismo extraordinario.

La niña sigue intentando apartar el atizador. Sus manos están inmovilizadas y su cuerpo parece conservar la necesidad de completar aquella defensa.

Tomlinson comprende que esa experiencia permanece registrada de alguna manera y que el trabajo corporal permite transformar su expresión.

La multiplicidad más allá de una vida

Para quienes conocemos enfoques de trabajo con trauma, las respuestas defensivas interrumpidas resultan familiares. Algunas experiencias dejan patrones persistentes de tensión, inmovilidad o preparación para una acción que no pudo realizarse.

Pero el relato de Sally introduce una dimensión adicional: la escena en la que habría surgido esa respuesta pertenece, según la regresión, a otra existencia.

Aquí encontramos un punto de contacto especialmente fértil entre los dos campos que estamos explorando.

La continuidad de una experiencia traumática puede manifestarse mediante emociones, creencias o sensaciones corporales.

Y cuando esa experiencia se presenta a través de una identidad que expresa necesidades e intenciones, nuestra comprensión de las relaciones entre partes puede enriquecer profundamente la exploración.

En el caso de Sally, el sufrimiento corporal se encuentra unido a una historia, una perspectiva y una necesidad de protección.

La riqueza del relato aparece cuando prestamos atención a todas esas dimensiones.

Dos caminos hacia una historia desconocida

Wendy y Sally llegan a las escenas regresivas por caminos diferentes.

Wendy presenta una dificultad emocional vinculada a separarse de sus seres queridos. Durante la exploración aparece una historia de pérdida, culpa y responsabilidad.

Sally presenta un sufrimiento corporal persistente. La regresión introduce una experiencia de violencia en la que surge la necesidad de completar una acción defensiva.

En Wendy, lo que parece continuar es una convicción cargada de culpa.

En Sally, una experiencia corporal y emocional acompañada de una respuesta inconclusa.

Ambos relatos conectan una dificultad presente con una historia que la persona experimenta como anterior a su nacimiento.

Y los dos autores proponen explicaciones transpersonales para comprender esa continuidad.

Woolger concede especial importancia a los fragmentos de conciencia que pueden quedar vinculados a experiencias traumáticas no resueltas.

Tomlinson pone mayor atención en las memorias corporales y emocionales conservadas, según su modelo, en diferentes niveles de la experiencia sutil.

Sus explicaciones merecerán un estudio más detenido en el siguiente capítulo, cuando examinemos los principales enfoques regresivos y su relación con la multiplicidad.

Por ahora, los casos nos permiten reconocer algo más cercano a nuestra experiencia con IFS: las cargas pueden adquirir formas muy diferentes.

Algunas aparecen como creencias que organizan el comportamiento. Otras se manifiestan mediante emociones, sensaciones corporales o respuestas que parecen continuar esperando su resolución.

La multiplicidad más allá de una vida

La exploración regresiva amplía el territorio en el que buscamos sus posibles orígenes.

Para mí, que he recorrido tanto el trabajo con partes como las experiencias transpersonales, esta ampliación tiene un significado especial.

La posibilidad de que determinadas cargas continúen más allá de la existencia en la que se originaron forma parte de la perspectiva desde la que investigo.

Pero el encuentro con IFS introduce nuevas preguntas.

¿Cómo se relacionan esas cargas con las partes que las sostienen? ¿Qué sucede cuando la experiencia aparece acompañada de una identidad diferenciada? ¿De qué manera puede transformarse esa relación?

Aquí comienza un diálogo que considero especialmente prometedor para nuestro trabajo.

¿Recordar, revivir o encontrarse?

Las experiencias regresivas pueden desarrollarse de maneras muy diferentes.

En ocasiones, el consultante observa una escena como quien contempla un recuerdo. Reconoce personajes, acontecimientos y emociones, manteniendo cierta distancia respecto de lo que sucede.

Otras veces la experiencia adquiere una intensidad mucho mayor. La persona siente que está dentro de aquella situación, experimenta sensaciones corporales y responde emocionalmente desde la perspectiva de quien participa en ella.

También encontramos relatos en los que aparece una identidad diferenciada que parece conservar su propia comprensión de las circunstancias y puede establecer un diálogo con el acompañante.

Estas formas de experiencia abren posibilidades distintas.

Recordar una escena permite conocer su contenido, las emociones asociadas y el significado que adquiere para la persona.

Revivirla puede poner en primer plano sensaciones, creencias y respuestas que todavía parecen activas.

Encontrarse con una identidad que habla y expresa necesidades introduce una dimensión relacional: alguien parece sostener una historia y puede responder cuando se establece contacto con él.

Esta última posibilidad resulta especialmente interesante para quienes trabajamos con partes.

En IFS conocemos experiencias que van mucho más allá de recordar intelectualmente una situación.

Una persona puede entrar en contacto con una parte infantil, escuchar lo que siente, descubrir qué necesita y acompañarla hasta que encuentre condiciones suficientes para liberar aquello que ha estado sosteniendo.

La relación transforma la experiencia.

En algunas exploraciones regresivas encontramos situaciones que presentan semejanzas importantes con esta manera de trabajar.

Pero también encontramos diferencias en los procedimientos, en los tipos de experiencia y en las explicaciones sobre la naturaleza de las identidades que aparecen.

El valor de esta distinción consiste en permitirnos reconocer qué está sucediendo en cada caso.

Una escena regresiva puede aportar información sobre una experiencia dolorosa. Una vivencia corporal intensa puede abrir el acceso a una respuesta que permanecía inhibida. Y una identidad que se expresa con autonomía puede requerir un encuentro en el que sus necesidades, temores y decisiones ocupen un lugar central.

Más adelante conoceremos casos donde las identidades que aparecen durante la regresión se niegan a hablar, desconfían del facilitador o sostienen misiones que consideran todavía pendientes.

Entonces descubriremos hasta qué punto las relaciones pueden resultar decisivas en estas exploraciones.

La edad de la parte y la edad de la historia

En IFS hay un momento que suele resultar especialmente revelador: cuando descubrimos qué edad cree tener una parte o cuántos años piensa que tiene la persona a la que pertenece.

Una parte infantil puede desconocer que la persona ya es adulta. Puede continuar sintiéndose expuesta a relaciones que determinaron su sufrimiento o ignorar los recursos que ahora están disponibles.

La edad psicológica de una parte y la edad cronológica de la persona pueden ser muy diferentes.

Esta diferencia ayuda a comprender por qué algunas respuestas emocionales resultan tan intensas y, al mismo tiempo, parecen tan poco relacionadas con la situación actual.

La parte responde desde la experiencia temporal en la que permanece organizada.El trabajo desde Self puede facilitar que conozca el presente y descubra que las circunstancias han cambiado.

Ahora ampliemos la mirada.

En las regresiones que estamos examinando, una emoción o una respuesta corporal puede aparecer vinculada a una historia atribuida a otra existencia. La distancia temporal adquiere entonces otra dimensión. Ya no se trata solamente de averiguar si una parte infantil conoce la edad actual de la persona.

También podemos preguntarnos cómo se relaciona el presente con una experiencia que, dentro del relato, pertenece a un tiempo anterior al nacimiento.

Hay algo profundamente interesante en esta posibilidad: **el tiempo transcurrido no garantiza que una experiencia haya dejado de actuar**.

Una parte puede continuar organizada alrededor de una situación que terminó hace décadas. Y, según determinadas concepciones regresivas, algunas experiencias podrían conservar su influencia incluso cuando ha terminado la existencia física en la que surgieron.

Esto nos invita a distinguir entre el tiempo cronológico y el tiempo de la experiencia interior.Para la personalidad consciente, ciertos acontecimientos pertenecen a un pasado remoto.

Para los aspectos que permanecen vinculados a ellos, pueden conservar una actualidad emocional extraordinaria.

Esta cuestión adquirirá una importancia especial cuando estudiemos el trabajo de Thomas Zinser.

En sus relatos encontraremos estados del yo que parecen continuar viviendo dentro de circunstancias atribuidas a otras existencias.

Algunos necesitan comprender que el tiempo ha transcurrido. Otros siguen intentando cumplir responsabilidades que consideran indispensables.

Su trabajo nos permitirá examinar con mayor profundidad qué sucede cuando una identidad comienza a reconocer el presente.

Ampliar la historia sin perder a la persona

Cuando una experiencia parece remontarse a otra existencia, la atención puede concentrarse fácilmente en descubrir quién fue aquella persona, dónde vivió o cuáles fueron las circunstancias de su muerte.

Esas preguntas despiertan interés y pueden formar parte de la exploración.Pero la perspectiva de IFS nos recuerda algo especialmente valioso: el acompañamiento ocurre en el presente, dentro de un sistema que tiene sus propias necesidades y relaciones.

Una parte que sostiene culpa necesita ser comprendida, aunque su historia se presente como ocurrida siglos atrás.Un protector que teme lo que pueda aparecer durante una regresión necesita encontrar condiciones suficientes de seguridad.

Y cuando surge una identidad que parece atrapada en una experiencia, interesa conocer qué necesita y cómo puede relacionarse con la persona actual.

La amplitud de la historia no debería alejarnos de quienes están viviendo el proceso.

Este principio resulta particularmente importante porque las experiencias regresivas pueden despertar reacciones muy diferentes dentro del sistema.

Algunas partes pueden sentir curiosidad o entusiasmo. Otras pueden experimentar miedo, desconfianza o necesidad de controlar lo que ocurre.

También pueden aparecer partes que desean encontrar una explicación definitiva para su sufrimiento.Conocer esas reacciones permite mantener una relación respetuosa con el conjunto.

Desde IFS sabemos que la seguridad del sistema se construye atendiendo a sus integrantes, especialmente a quienes intentan protegerlo.

Esta comprensión puede enriquecer las exploraciones transpersonales sin necesidad de reemplazar sus procedimientos ni convertirlas automáticamente en sesiones de IFS.

Lo importante es conservar la relación con la persona mientras nos acercamos a experiencias que pueden resultar intensas, sorprendentes o difíciles de comprender.

La multiplicidad más allá de una vida

Por mi propio recorrido, considero valiosa la posibilidad de que algunas heridas y cargas tengan una historia más extensa que nuestra biografía actual.

Pero el acompañamiento necesita respetar también el significado que cada persona atribuye a lo que experimenta.

Una escena puede vivirse como recuerdo de otra existencia, como representación simbólica o como una experiencia cuya naturaleza todavía resulta difícil de determinar.

Escucharla desde la curiosidad permite que su significado se despliegue sin anticipar una conclusión que la persona deba adoptar.

Así, podemos ampliar nuestra comprensión de la historia interior sin perder el contacto con las partes, sus necesidades y sus procesos de transformación.

Más allá del nacimiento

Los casos de Wendy y Sally nos han permitido comenzar a explorar un territorio que numerosos profesionales de la regresión han investigado durante décadas.

En ambos relatos aparecen experiencias que las personas reconocen como anteriores a su nacimiento y que parecen mantener una relación con dificultades de su vida presente.

Woolger y Tomlinson interpretan esa continuidad desde concepciones diferentes acerca de las memorias, las heridas y los aspectos de conciencia que podrían persistir entre encarnaciones.

Desde IFS encontramos una oportunidad para ampliar nuestras preguntas sobre las cargas y las relaciones interiores. Sabemos que las experiencias dolorosas pueden transformar profundamente la manera en que las partes perciben el mundo y se relacionan entre sí.

También sabemos que esas experiencias pueden cambiar cuando las partes encuentran nuevas condiciones de seguridad, comprensión y acompañamiento.

Si determinadas cargas pueden extenderse más allá de una sola existencia, nuestra comprensión de su origen necesita contemplar una historia más amplia.

Y en algunos relatos, además de emociones y recuerdos, comenzaremos a encontrar protagonistas que parecen conservar sus propias necesidades, temores e intenciones.

Las experiencias regresivas incluyen figuras que se presentan como niños, soldados, religiosos, víctimas, agresores o personajes de historias que la personalidad actual desconoce.

Algunas parecen atrapadas en el miedo. Otras permanecen comprometidas con antiguas responsabilidades. También las hay que rechazan la intervención del facilitador o necesitan comprender que las circunstancias de su experiencia han terminado.

Esos encuentros nos acercarán a una dimensión especialmente familiar para quienes trabajamos con IFS: la relación con los distintos protagonistas del mundo interior.

Hasta aquí hemos conocido dos experiencias que plantean la posibilidad de que una carga tenga una historia anterior al nacimiento.Ahora nos acercaremos a quienes, durante décadas, se han encontrado con voces, identidades, resistencias y conflictos en el territorio de la regresión.

Porque cuando ampliamos nuestra mirada sobre la historia, también podemos ampliar nuestra comprensión de quienes la habitan.

PARTE II. LOS EXPLORADORES DEL MUNDO INTERIOR

Capítulo 4. Los regresionistas y la multiplicidad

Las galletas que ya no saltaban al carrito

«¡Las galletas ya no saltan del estante a mi carrito!».

Con esta expresión, Melanie describió un cambio que había experimentado después de trabajar con una subpersonalidad a la que llamaban «Comedulces».

La frase aparece en un caso relatado por Paul Aurand en *Sanación esencial*. Detrás de aquella compulsión alimentaria había una historia de sufrimiento y una estrategia protectora que llevaba décadas funcionando.

Melanie había sufrido abusos sexuales por parte de su padre cuando tenía seis años. En algún momento, un aspecto de su mundo interior llegó a la conclusión de que aumentar de peso podía protegerla de nuevas agresiones.

La lógica era sencilla y terrible: si su cuerpo dejaba de resultar atractivo para el agresor, estaría más segura.

Esa estrategia quedó asociada al consumo de dulces. La subpersonalidad «Comedulces» continuó impulsando aquel comportamiento durante años, incluso cuando las circunstancias que habían dado origen al peligro habían desaparecido.

A los sesenta años, Melanie seguía experimentando una intensa compulsión por los alimentos azucarados. Tenía graves problemas de salud relacionados con su peso y deseaba cambiar sus hábitos, pero una parte de ella parecía comprometida con mantener la estrategia original.

Lo que la personalidad consciente vivía como un comportamiento perjudicial tenía, desde la perspectiva de Comedulces, una finalidad protectora.

Aquella parte había aprendido que engordar significaba estar a salvo.

Aurand propuso establecer una comunicación con ella.

Durante el trabajo, Melanie pudo reconocer la intención que sostenía la conducta y transmitirle información que parecía desconocer: su padre había muerto y ya no existía el peligro frente al cual había organizado aquella estrategia.

También pudo mostrarle que las condiciones actuales requerían otra forma de protección.

La asociación entre gordura y seguridad comenzó a transformarse. Aquella parte podía comprender ahora que su estrategia original estaba contribuyendo a poner en riesgo la salud de Melanie.

Aurand orientó entonces la negociación hacia una nueva responsabilidad: ayudarla a cuidarse mediante elecciones alimentarias más saludables.

Según su relato, Melanie dejó de experimentar la compulsión anterior y consiguió una pérdida de peso considerable.

Su comentario sobre las galletas que ya no saltaban del estante al carrito expresaba algo más que una modificación de sus hábitos.

Había cambiado la relación con aquella fuerza interior que hasta entonces parecía impulsarla a actuar contra sus propios deseos conscientes.

Y ese es el aspecto del caso que más nos interesa.

La parte que protegía a una niña

Para un profesional de IFS, la historia de Comedulces tiene muchos elementos familiares.

Una parte desarrolla una estrategia para proteger a la persona de una experiencia insoportable. La estrategia adquiere un carácter extremo y continúa ejecutándose mucho después de que las circunstancias originales hayan cambiado.

La persona intenta modificar su comportamiento, pero encuentra una resistencia interior persistente.

Cuando conseguimos conocer la intención protectora, el conflicto comienza a adquirir otro significado.

Melanie quería dejar de consumir dulces compulsivamente. Comedulces intentaba mantenerla segura. Desde sus respectivas perspectivas, ambas buscaban algo importante.

Aurand reconoció esa lógica y procuró modificarla mediante el diálogo, la actualización de las circunstancias y la negociación de una nueva función.

Aquí encontramos una semejanza significativa con IFS, aunque también aparece una diferencia que merece nuestra atención.

Aurand trabaja con la subpersonalidad que sostiene la estrategia protectora. Le ofrece nueva información y la ayuda a asumir una responsabilidad diferente.

Desde IFS, además de conocer a ese protector y ganar su confianza, nos interesaría descubrir a quién está intentando proteger.

En este caso conocemos una experiencia especialmente dolorosa: los abusos sufridos por Melanie a los seis años.

Podemos preguntarnos si una parte infantil continúa sosteniendo el miedo, la vulnerabilidad y otras cargas relacionadas con aquella historia.

Con el permiso del protector, el acompañamiento podría acercarse a esa niña, conocer su experiencia y ayudarla a recibir lo que necesitó entonces. Si fuera posible liberar sus cargas, también podrían transformarse las responsabilidades que Comedulces considera indispensables.

Esta posibilidad abre una distinción importante entre los procedimientos.

Aurand procura actualizar la estrategia de una subpersonalidad y ofrecerle una nueva función. En IFS también nos interesa acompañar a la parte vulnerable que puede estar detrás de esa estrategia, respetando las relaciones y los permisos del sistema.

El relato disponible no nos permite saber qué otros aspectos del mundo interior de Melanie participaron en el proceso. Pero sí muestra cómo un profesional de hipnoterapia llegó a reconocer una intención protectora detrás de una conducta que parecía perjudicial.

Y lo hizo trabajando con una subpersonalidad formada alrededor de una experiencia de la vida presente.

Esto merece destacarse.

Aunque Aurand es conocido también por su trabajo con regresiones y experiencias de vida entre vidas, en este caso la multiplicidad aparece sin necesidad de explorar una existencia anterior.

El encuentro con partes, voces y subpersonalidades formaba parte de un territorio más amplio de la hipnoterapia.

Cuando la regresión se encuentra con alguien

La regresión suele asociarse con la exploración de experiencias pasadas.

El facilitador acompaña a una persona hacia escenas, recuerdos, sensaciones y emociones que pueden pertenecer a su infancia o presentarse como correspondientes a otras existencias.

Según la modalidad, el propósito puede ser comprender el origen de un síntoma, explorar una experiencia traumática, acceder a recuerdos atribuidos a vidas anteriores o conocer lo que se interpreta como el período entre encarnaciones.

Pero durante esas exploraciones puede suceder algo que modifica la naturaleza del encuentro.

En lugar de aparecer solamente una escena, surge una voz que expresa una opinión propia.

Un aspecto interior parece negarse a continuar.

Una identidad manifiesta una necesidad que no coincide con los objetivos de la persona.

O un interlocutor explica que lleva años intentando conseguir algo que nadie ha comprendido.

La sesión adquiere entonces una dimensión diferente. Además de explorar una historia, el acompañante se encuentra estableciendo una relación.

Necesita escuchar, preguntar, comprender y, en ocasiones, negociar con aquello que aparece.

Este fenómeno ha recibido nombres diferentes según las tradiciones.

Algunos profesionales hablan de estados del yo o subpersonalidades. Otros se refieren al subconsciente, a la mente analítica o a identidades procedentes de otras existencias. También aparecen experiencias que los facilitadores interpretan como encuentros con guías o presencias espirituales.

Las denominaciones expresan concepciones distintas de la conciencia, pero en ciertos relatos encontramos una característica compartida: aquello que aparece parece tener una perspectiva que puede ser conocida mediante el diálogo.

Para quienes trabajamos con IFS, resulta especialmente interesante observar cómo esos encuentros llevaron a profesionales de otras tradiciones a reconocer intenciones, necesidades y conflictos entre diferentes aspectos de una persona.

Algunos de los ejemplos más reveladores proceden de autores que no utilizaban nuestro modelo.

La multiplicidad más allá de una vida

Fred: una amistad que todavía necesitaba amor

Dolores Cannon dedicó gran parte de su trayectoria a la hipnosis regresiva y a la exploración de experiencias que sus consultantes atribuían a otras existencias.

En sus libros, las sesiones pueden incluir comunicaciones con lo que denomina el subconsciente, identidades regresivas y otras formas de conciencia interpretadas desde su perspectiva espiritual.

Uno de sus relatos especialmente interesantes para nuestra investigación es el de Fred, presentado en *El legado desde las estrellas*.

Fred experimentaba dificultades físicas relacionadas con su sistema digestivo. Durante la sesión, Cannon comenzó a conversar con un interlocutor que respondía desde una perspectiva diferente de la conciencia habitual del consultante.

La voz tenía un tono infantil.

Cuando la facilitadora intentó obtener cooperación, recibió una respuesta que resumía una relación interior compleja:

«Lo haré si él lo hace».

La voz estaba estableciendo una condición. Estaba dispuesta a colaborar, pero esperaba que Fred también modificara su manera de relacionarse con ella.

A medida que avanzó el diálogo, comenzó a describir su historia con el intelecto de Fred.

«Pude controlar la primera parte de mi vida, y luego llegó el intelecto», explicó.

Desde su perspectiva, había tenido el control durante los primeros años, hasta que el intelecto comenzó a imponerse e intentó sofocarla.

Aquello había dado lugar a una guerra interior.

Pero el relato incluye un detalle particularmente significativo.

La propia voz explicó que esa guerra había durado hasta unos años atrás y que después había comenzado a transformarse.

«Me convertí en su amigo», expresó.

La frase describe un acercamiento, aunque el fragmento disponible no permite identificar con certeza si se refiere a Fred o a su intelecto.

Lo importante es que la relación ya había comenzado a cambiar antes de la sesión.

Sin embargo, el sufrimiento no había desaparecido.

La voz seguía sintiéndose poco reconocida y criticada. Describía cómo Fred le gritaba y se quejaba de la falta de afecto.

Llegó a expresar algo profundamente revelador:

«Él sabe que estoy aquí. Pero él no... me ama».

No estaba describiendo simplemente una lucha por el control de la personalidad.

Estaba hablando de una relación en la que había conseguido cierta cooperación, pero todavía no se sentía querida.

Había dejado atrás parte de la guerra sin encontrar plenamente el reconocimiento que necesitaba.

Cannon continuó explorando las emociones de aquel interlocutor.

Cuando preguntó por los problemas físicos de Fred, la voz respondió con una palabra: «Odio».

El diálogo relacionó esa emoción con la madre de Fred y con expresiones maternas que asociaban al niño con molestias estomacales.

Dentro de la interpretación de Cannon, aquellas emociones estaban vinculadas con los síntomas digestivos que motivaban la consulta.

La facilitadora procuró reconocer la experiencia del interlocutor y favorecer una relación más cooperativa con Fred.

Hacia el final del proceso, el relato recoge expresiones de menor hostilidad y mayor disposición a colaborar.

La sesión había comenzado alrededor de molestias físicas.

Pero el encuentro reveló algo que iba más allá de una posible explicación de los síntomas: una voz interior tenía una historia de sufrimiento en su relación con la persona de la que formaba parte.

Y todavía esperaba ser amada.

Una voz que dice «yo» y también «nosotros»

Hay un detalle del caso de Fred que merece detenernos un momento.

Durante la conversación, el interlocutor alterna entre expresiones en primera persona singular y plural.

En ocasiones habla de lo que siente personalmente: «no me ama».

Pero en otros momentos utiliza el plural para expresar las dificultades de la relación con Fred: «nos sentimos muy negativos», «nos grita mucho».

¿A quiénes incluye ese «nosotros»?

Puede ser simplemente una manera de expresarse. También podría indicar que la voz habla desde la perspectiva de un conjunto de aspectos interiores.

No disponemos de elementos suficientes para decidirlo, pero la pregunta resulta interesante para un lector familiarizado con IFS.

Richard Schwartz ha descrito experiencias en las que una parte parece contener otras partes, dando lugar a configuraciones interiores más complejas de lo que inicialmente reconocemos.

El plural de la voz de Fred invita a mantener abierta esa posibilidad.

En cualquier caso, lo más valioso del relato es la información que el propio interlocutor ofrece sobre su relación con la conciencia habitual.

Una relación que había pasado de la guerra a una forma de amistad y que, aun así, continuaba necesitando reconocimiento y afecto.

Desde IFS conocemos la importancia de esa dimensión relacional.

Una parte puede abandonar una estrategia de confrontación y seguir sosteniendo cargas emocionales. Puede incluso colaborar con otras partes sin experimentar todavía una relación suficientemente segura y compasiva con el conjunto del sistema.

El relato de Fred muestra esa complejidad sin necesidad de traducir todas sus expresiones a nuestro lenguaje.

Y nos recuerda que, en ocasiones, las palabras de una voz interior resultan más reveladoras que la explicación que el facilitador construye sobre ella.

La parte que puede cambiar de función

Paul Aurand ofrece otro ejemplo, más breve, de cómo algunos hipnoterapeutas comenzaron a trabajar con subpersonalidades que parecían sostener funciones específicas.

En el caso de Ned, un hombre dedicado al fisicoculturismo, aparece un crítico interno que ejerce una presión intensa sobre su rendimiento.

La crítica pretende evitar la vergüenza del fracaso, pero termina convirtiéndose en una fuente de sobreexigencia y maltrato interior.

La intervención descrita por Aurand busca transformar esa función en la de un entrenador más constructivo.

La preocupación por el desempeño puede continuar, pero expresada de una manera diferente.

En Melanie, una subpersonalidad intenta proteger mediante el consumo compulsivo de dulces. En Ned, otra procura evitar el fracaso mediante la crítica.

Las estrategias son diferentes, pero ambos relatos muestran cómo una función que pretende ayudar puede convertirse en una fuente de sufrimiento.

Aurand trabaja con esas subpersonalidades para que puedan reconocer nuevas posibilidades de comportamiento.

La modificación de la función ocupa un lugar central en su procedimiento.

Este enfoque presenta semejanzas con algunos aspectos del trabajo de IFS, especialmente con la posibilidad de que una parte abandone una estrategia extrema y descubra otras maneras de contribuir al sistema.

También existen diferencias en la forma de llegar a esa transformación, en el lugar concedido a las partes vulnerables y en la comprensión de las relaciones interiores.

Volveremos sobre estas cuestiones cuando comparemos los procedimientos de los distintos modelos.

Por ahora, interesa reconocer que el trabajo con subpersonalidades había adquirido un lugar explícito dentro de algunas modalidades de hipnoterapia.

La multiplicidad más allá de una vida

Mona: «¡No se ha ido!»

En *El legado desde las estrellas*, Dolores Cannon presenta otra experiencia que introduce una dificultad diferente.

Durante el trabajo con Mona, una mujer que experimentaba problemas importantes relacionados con su peso, apareció una figura descrita como una pequeña criatura o ser.

La exploración condujo a una experiencia compleja, interpretada desde el marco espiritual de Cannon.

Cuando la facilitadora intentó concluir ese tramo de la sesión, pidió que la pequeña criatura con la que habían estado hablando regresara al lugar que le correspondía.

Pero Mona la interrumpió.

«¡No!... Porque no lo entiendes. ¡No se ha ido!».

La respuesta cambió el curso de la conversación.

La indicación de Cannon suponía que el contacto con aquella figura podía cerrarse mediante una instrucción de retorno. Mona estaba expresando que la situación era diferente.

El relato continúa desde una perspectiva que parece identificarse con la experiencia del propio ser.

Se explica que su conciencia no funciona como la conciencia humana habitual y que existen relaciones con otros seres semejantes.

La conversación introduce además una posibilidad que no había sido planteada inicialmente por la facilitadora.

La propia voz propone considerar una modificación del sistema energético.

Esta iniciativa merece atención.

El interlocutor que había aparecido durante la sesión no se limitaba a rechazar una indicación. También estaba participando en la búsqueda de una salida.

Cannon continuó la conversación prestando atención a las dificultades físicas de Mona y a los problemas que su peso provocaba, especialmente el sufrimiento de sus articulaciones.

Para avanzar, se apoyó en la preocupación que aquel ser parecía expresar por el bienestar de Mona.

El diálogo permitió considerar una modificación gradual del sistema energético en lugar de insistir en el cierre inicialmente propuesto.

Dentro del modelo de Cannon, esa negociación abría la posibilidad de colaborar en un proceso de cambio físico.

El relato disponible describe el acuerdo, aunque no permite conocer con precisión su evolución posterior.

Hay dos aspectos de esta experiencia que me parecen especialmente interesantes.

El primero es que la respuesta inicial modifica el procedimiento previsto.

El segundo es que la propuesta de cambio surge, al menos en parte, de la propia voz que participa en la exploración.

El facilitador escucha una explicación que no esperaba y encuentra una posibilidad de cooperación en la preocupación de aquel interlocutor por la persona acompañada.

¿Quién está hablando?

La experiencia de Mona también nos deja una pregunta especialmente relevante para IFS.

Cuando aparece el «¡No!», es Mona quien interrumpe a Cannon.

Pero después la conversación parece desarrollarse desde la perspectiva de la criatura o ser que había surgido durante la exploración.

¿Está hablando Mona desde su conciencia habitual? ¿Se encuentra mezclada con aquella identidad? ¿Está expresando directamente la perspectiva del ser?

El relato permite reconocer esa ambigüedad, pero no resolverla.

Para un profesional de IFS, distinguir quién está hablando y desde qué relación con el resto del sistema puede modificar considerablemente la comprensión del proceso.

Cuando una persona está muy mezclada con una parte, puede experimentar las emociones, pensamientos y necesidades de esa parte como si fueran enteramente propios.

La desmezcla permite que aparezca una relación diferente, en la que la persona puede conocer a ese aspecto sin quedar completamente absorbida por su experiencia.

Pero el marco de Cannon introduce otras posibilidades interpretativas.

La figura que aparece no es presentada necesariamente como una subpersonalidad psicológica. Su descripción corresponde a una concepción espiritual de la conciencia que necesitamos respetar en sus propios términos.

Por eso resulta más fecundo conservar la pregunta que apresurarnos a dar una respuesta.

También podemos reconocer algo valioso en la manera en que se desarrolla el diálogo.

Cannon encuentra un punto de colaboración apelando a la preocupación del ser por el bienestar físico de Mona.

La voz, por su parte, participa activamente proponiendo una modificación del procedimiento.

En nuestra experiencia con IFS, conocemos la importancia de escuchar las necesidades e intenciones de los protectores y de permitir que participen en las decisiones que afectan al sistema.

La historia de Mona presenta una dinámica relacional que podemos reconocer desde esa perspectiva, aunque la naturaleza del interlocutor permanezca abierta a distintas interpretaciones.

El acceso y sus guardianes

No todas las dificultades que aparecen durante una regresión adoptan la forma de un diálogo con una voz diferenciada.

La multiplicidad más allá de una vida

Algunas personas experimentan una intensa actividad mental que dificulta el acceso a determinadas escenas.

Otras sienten temor ante lo que puede aparecer o rechazan identificarse con los personajes que encuentran.

Los facilitadores han desarrollado diferentes maneras de acompañar esas situaciones.

Dolores Cannon describe el caso de Steve, cuya mente analítica dificultaba el proceso porque intentaba mantener el control sobre lo que estaba sucediendo.

La facilitadora utilizó sugerencias hipnóticas para ayudarlo a apartar temporalmente esa actividad y permitir que la exploración continuara.

Michael Newton relata una experiencia diferente con Andy.

Durante una regresión, Andy se enfrentó a una imagen de una existencia anterior que le provocó un rechazo intenso.

No quería reconocerse en aquel personaje.

Su reacción fue tan fuerte que la exploración no podía continuar de la misma manera.

Newton le ofreció entonces otra perspectiva: podía contemplar la escena como si manejara un proyector de cine, con la posibilidad de avanzar, detener o modificar la velocidad de la película.

El recurso permitió que Andy recuperara cierta distancia frente a la experiencia y pudiera seguir observándola.

Ambos ejemplos muestran que el facilitador necesita atender a la manera en que la persona responde cuando el proceso se vuelve difícil.

Pero también nos permiten reconocer una diferencia metodológica importante.

En Steve, la intervención procura disminuir la actividad analítica para facilitar el acceso.

En Andy, el recurso ofrece mayor distancia y capacidad de control frente a una escena que resulta abrumadora.

Desde IFS podemos plantearnos otra posibilidad: conocer al aspecto que está intentando controlar, impedir o limitar la experiencia.

¿Qué teme que suceda si permite continuar?

¿Desde cuándo considera necesario ejercer esa función?

¿Qué necesitaría para confiar en el proceso?

La distinción es importante para nuestra investigación.

Facilitar el acceso a una experiencia y conocer al protector que teme ese acceso son dos objetivos diferentes.

Ambos pueden tener valor dentro de sus respectivos modelos, pero orientan la intervención de maneras distintas.

Una técnica puede permitir que la persona avance hacia contenidos que antes estaban bloqueados.

El trabajo relacional con un protector busca comprender sus razones y obtener su confianza, respetando la función que cumple dentro del sistema.

A veces estas posibilidades pueden complementarse. En otras circunstancias conducen a decisiones diferentes durante la sesión.

La manera en que comprendemos una resistencia influye profundamente en lo que intentamos hacer con ella.

Y este será uno de los puntos centrales cuando comparemos más adelante los procedimientos regresivos con IFS.

El lugar de las partes en la regresión

Las experiencias que hemos conocido muestran que diferentes profesionales encontraron voces, subpersonalidades y resistencias durante sus exploraciones hipnóticas.

Sin embargo, el lugar que ocupaban dentro de cada modelo era diferente.

En algunas modalidades de regresión, el trabajo con aspectos interiores se utilizaba para facilitar el acceso a recuerdos, disminuir dificultades o preparar a la persona para explorar experiencias más profundas.

En otras, como el trabajo presentado por Aurand, las subpersonalidades adquirían un protagonismo explícito dentro del proceso de sanación.

Por lo que conozco de la formación en Vida Entre Vidas, el trabajo con resistencias y aspectos de la personalidad suele estar orientado a facilitar el acceso a la experiencia del alma.

El propósito principal de ese recorrido es diferente del que encontramos en IFS, donde las partes y sus relaciones constituyen el centro del acompañamiento.

Esta diferencia de orientación resulta significativa.

En la regresión de Vida Entre Vidas, el facilitador busca acompañar a la persona hacia experiencias que se interpretan como pertenecientes al período entre encarnaciones.

Las resistencias, el pensamiento analítico y las respuestas emocionales intensas pueden requerir intervenciones específicas para que la exploración continúe.

En IFS, una parte que se opone al proceso constituye también un interlocutor cuyo mundo interior merece ser conocido.

El objetivo puede incluir comprender sus temores, explorar sus relaciones y acompañar la transformación de sus responsabilidades.

Los dos campos reconocen que determinados aspectos interiores pueden influir en el desarrollo de una sesión.

Pero el lugar que les conceden dentro del procedimiento y de su comprensión de la conciencia no es necesariamente el mismo.

Dolores Cannon ofrece otro ejemplo de esa diversidad.

La multiplicidad más allá de una vida

En sus libros, el subconsciente puede presentarse como un interlocutor capaz de ofrecer información sobre el cuerpo, las emociones, otras existencias y dimensiones espirituales.

A veces sus diálogos revelan relaciones interiores semejantes a las que encontramos en el trabajo con partes.

En otras ocasiones, el subconsciente adquiere características que exceden ampliamente nuestra concepción de una subpersonalidad.

Wendie Webber, cuyo relato de Sharon conocimos al comenzar el capítulo 2, también trabajó con aspectos interiores que podían adquirir formas amenazantes y expresar historias emocionales vinculadas a la infancia.

Su aproximación muestra otra manera de incorporar el trabajo con partes dentro de la hipnoterapia.

Y los relatos de Woolger y Tomlinson, examinados en el capítulo anterior, introducen experiencias traumáticas que sus autores interpretaron como procedentes de existencias anteriores.

Estamos frente a un conjunto de enfoques que comparten ciertas experiencias y que, al mismo tiempo, ofrecen explicaciones diferentes sobre su naturaleza.

Esa diversidad constituye una de las riquezas de nuestra investigación.

Lo que estos encuentros nos permiten reconocer

Si observamos las experiencias de este capítulo, encontramos que algunos aspectos interiores se presentan con características muy definidas.

Comedulces tiene una tarea que considera indispensable. Fred expresa necesidades afectivas y relata una historia de relaciones conflictivas. En Mona aparece una voz que interviene, discrepa y propone una alternativa.

También encontramos dificultades que los facilitadores intentan resolver modificando la manera en que se accede a determinadas experiencias.

Estas situaciones nos muestran que la multiplicidad podía aparecer en la práctica regresiva de formas muy distintas.

En ocasiones, el interlocutor tenía una historia personal y una función reconocible.

En otras, surgía desde lo que el autor consideraba el subconsciente o desde una identidad relacionada con una concepción espiritual más amplia.

Y también había situaciones donde una resistencia se manifestaba principalmente como una dificultad para avanzar.

Los profesionales respondían de acuerdo con sus conocimientos, sus procedimientos y sus explicaciones acerca de la conciencia.

Algunos procuraban actualizar la información que sostenía una conducta.

Otros negociaban con una voz que se sentía rechazada.

Y otros facilitaban el acceso a escenas que la persona tenía dificultades para experimentar.

La multiplicidad más allá de una vida

Para nosotros, que conocemos IFS, estas historias abren numerosas posibilidades de reflexión.

Podemos reconocer intenciones protectoras, conflictos entre aspectos interiores, necesidades de reconocimiento y diferentes maneras de responder a las resistencias.

Pero conviene reservar un espacio propio para examinar esas semejanzas y diferencias en profundidad.

Más adelante volveremos sobre estos casos para considerar qué transforma realmente una intervención, qué lugar ocupa el permiso de los protectores, cómo se relacionan las cargas con las partes vulnerables y de qué manera pueden cambiar las relaciones dentro del sistema.

Ese análisis nos permitirá poner en diálogo las tradiciones sin reducir unas a las otras.

Por ahora, hemos conocido algo importante: la multiplicidad ha aparecido en el trabajo de distintos exploradores del mundo interior, incluso cuando sus objetivos y explicaciones eran muy diferentes de los de IFS.

En ocasiones, sus protagonistas parecían tener una historia propia.

Y algunas de esas historias, según los relatos regresivos, podían comenzar mucho antes del nacimiento de la persona actual.

Hacia una comprensión de las partes que atraviesan las vidas

Los autores que hemos recorrido desarrollaron distintas maneras de trabajar con subpersonalidades, voces, resistencias e identidades que surgían durante la hipnosis y la regresión.

Algunos describieron estrategias protectoras formadas durante la vida presente.

Otros encontraron experiencias que sus consultantes atribuían a existencias anteriores.

Y varios desarrollaron concepciones espirituales en las que el alma podía conservar recuerdos y aspectos de su historia a través de múltiples encarnaciones.

Pero existe un profesional cuya propuesta nos permitirá avanzar hacia una pregunta todavía más específica.

Thomas Zinser trabajó durante años con estados del yo y comenzó a encontrar experiencias que sus consultantes atribuían a otras existencias.

Su recorrido lo llevó a relacionar esos hallazgos clínicos con las explicaciones que recibía de Gerod, un interlocutor espiritual presentado mediante sesiones de canalización.

A partir de ambas fuentes, Zinser desarrolló un modelo en el que ciertos estados del yo podían formarse durante una existencia, permanecer sin resolver después de la muerte y reactivarse durante otra encarnación.

Su propuesta incluía explicaciones sobre cómo se conservaban, qué relación mantenían con la historia del alma y de qué manera podían transformarse.

Aquí la pregunta por la continuidad de las cargas adquiere una dimensión nueva.

Hasta ahora hemos conocido experiencias que parecen mantener activas emociones, creencias, sensaciones corporales y responsabilidades protectoras.

La multiplicidad más allá de una vida

En Zinser encontraremos relatos donde aquello que continúa parece presentarse como una identidad diferenciada, con su propia perspectiva, sus temores y una historia que considera todavía presente.

La Sacerdotisa, Marasena y el general militar nos permitirán acercarnos a experiencias en las que la autonomía, la desconfianza, las responsabilidades inconclusas y la relación con el tiempo adquieren una importancia extraordinaria.

También podremos distinguir cuidadosamente lo que Zinser describe a partir de sus sesiones clínicas de las explicaciones espirituales que atribuye a Gerod.

Ambas dimensiones contribuyeron a la construcción de su modelo, pero su procedencia es diferente.

Para nuestro propósito, esa distinción es especialmente fecunda.

Nos permitirá observar experiencias concretas de relación con estados del yo y, al mismo tiempo, examinar una concepción más amplia sobre su posible continuidad a través de las existencias.

Los relatos de este capítulo nos han mostrado que distintos profesionales se encontraron con aspectos interiores que podían hablar, proteger, protestar, negociar y modificar sus funciones.

Zinser propone una explicación sobre cómo algunos de esos aspectos podrían atravesar las vidas.

Y esa posibilidad nos llevará directamente al centro de nuestra investigación.

La multiplicidad más allá de una vida

Lo que las investigaciones y experiencias transpersonales pueden aportar a la comprensión de las partes en IFS

Capítulo 5. Thomas Zinser: las partes que atraviesan las vidas

La Sacerdotisa que no quería hablar con un hombre

Durante una sesión con Candace, Thomas Zinser se encontró con una identidad que se negaba a hablar con él.

La razón era muy concreta: Zinser era hombre.

Aquella figura se presentaba como una sacerdotisa de una antigua tradición dedicada a las diosas. Consideraba que debía proteger los misterios de las mujeres y desconfiaba profundamente de los hombres.

La negativa tenía sentido dentro de su propia historia.

Según el relato que comenzó a surgir durante la exploración, la sacerdotisa había pertenecido a un templo donde las mujeres custodiaban conocimientos y prácticas religiosas. En algún momento, un sumo sacerdote las había traicionado, permitiendo que soldados invasores llegaran hasta ellas.

Las sacerdotisas habían sufrido una violencia terrible, incluidas agresiones sexuales.

Para aquella identidad, hablar con un hombre implicaba exponerse nuevamente a la traición.

Zinser intentó establecer una relación que le permitiera sentirse suficientemente segura. El relato describe que recurrió también a la aprobación de los guías espirituales reconocidos por aquella identidad antes de que ella aceptara revelar su historia.

Lo que inicialmente parecía una resistencia a la exploración comenzó a adquirir otro significado.

La sacerdotisa estaba defendiendo algo que consideraba sagrado y protegiéndose de un peligro que, desde su perspectiva, seguía vigente.

Su desconfianza parecía continuar organizada alrededor de aquella experiencia de traición, aunque las circunstancias de la existencia a la que la atribuía ya hubieran terminado.

Tampoco reconocía necesariamente al hombre que intentaba ayudarla como alguien diferente de aquellos que habían participado en su sufrimiento.

Su reacción pertenecía a una historia que la personalidad actual de Candace no había vivido conscientemente.

Zinser interpretó que se encontraba ante un estado del yo originado en otra existencia, una identidad que había conservado su propia perspectiva y continuaba reaccionando desde las circunstancias en las que se había formado.

La historia nos sitúa frente a una posibilidad extraordinaria.

La multiplicidad más allá de una vida

Un aspecto del mundo interior de una mujer contemporánea parece recordar una traición ocurrida en un escenario religioso de otro tiempo. Conserva una identidad femenina, una responsabilidad y un temor específico hacia los hombres.

Y expresa todo ello con suficiente coherencia como para que el terapeuta necesite establecer una relación con ella.

Para quienes trabajamos con IFS, hay algo inmediatamente reconocible en esa situación.

Cuando una parte se niega a hablar, nos interesa comprender qué la lleva a hacerlo.

Su reserva puede estar protegiendo algo valioso. Su desconfianza puede surgir de una experiencia anterior. Y la relación necesita desarrollarse respetando lo que esa parte considera necesario para sentirse segura.

Pero el relato de Candace añade una dimensión que Zinser exploró con particular profundidad: la posibilidad de que la historia de un estado del yo comience mucho antes del nacimiento de la persona actual.

El psicólogo que comenzó a encontrar seres interiores

Thomas Zinser llegó a estas experiencias desde su formación y su trabajo como psicólogo.

Su interés inicial por los estados del yo pertenecía al territorio de la psicoterapia. Había conocido enfoques que reconocían la existencia de configuraciones relativamente diferenciadas dentro de la personalidad, especialmente aquellas relacionadas con experiencias traumáticas.

La terapia de estados del yo había desarrollado procedimientos para acceder a esos aspectos, conocer sus recuerdos y facilitar transformaciones en su relación con la personalidad consciente.

Pero Zinser comenzó a encontrar experiencias que modificaron profundamente su comprensión de lo que estaba ocurriendo.

Durante algunas sesiones, los estados del yo se presentaban con edades, voces, actitudes y recuerdos particulares. Parecían responder desde una perspectiva propia, distinta de la que mantenía la persona en su vida cotidiana.

A veces desconocían acontecimientos importantes del presente.

Otras veces reaccionaban como si una situación traumática continuara desarrollándose.

Zinser llegó a considerar que estaba entrando en contacto con algo más que configuraciones psicológicas o memorias disociadas.

En *Soul-Centered Healing* describe un mundo interior poblado por lo que llama *inner beings*, seres interiores que poseen su propia experiencia de identidad.

La evolución de esta concepción estuvo profundamente relacionada con las comunicaciones que recibía de Gerod, un interlocutor espiritual que se manifestaba mediante sesiones de canalización realizadas por otra persona.

Este aspecto de su trayectoria resulta esencial para comprender su propuesta.

La multiplicidad más allá de una vida

Zinser fue reuniendo dos tipos de material: lo que encontraba durante sus sesiones con consultantes y las explicaciones sobre la conciencia, el alma y los estados del yo que recibía de Gerod.

A partir de ambas fuentes construyó un modelo que llamó *Soul-Centered Healing*, o Sanación Centrada en el Alma.

En ese modelo, los estados del yo adquirieron una naturaleza que excedía el funcionamiento psicológico de una sola personalidad.

Podían ser comprendidos como aspectos conscientes vinculados a la historia del alma, algunos de ellos originados en existencias anteriores.

La posibilidad de que esos aspectos sobrevivieran a la muerte se convirtió en una pieza importante de su explicación.

La niña de los zapatos rojos

Un episodio ocurrido durante el trabajo con Martha K. tuvo un papel decisivo en la evolución de las ideas de Zinser.

Martha era una mujer de treinta y seis años. Durante una comunicación previa con Gerod, Zinser había recibido una indicación enigmática acerca de unos zapatos rojos.

Gerod le había sugerido que alguien conocía algo relacionado con ellos.

En una sesión posterior, Zinser preguntó por la parte que sabía de aquellos zapatos.

Mediante señales ideomotoras y posteriormente a través de la expresión verbal, apareció una identidad infantil de aproximadamente tres años.

La niña comenzó a describir una experiencia de abuso sexual vivida durante su infancia. En el relato surgieron una escalera, la presión contra una pared y un detalle que Zinser relacionó con la indicación anterior: llevaba unas zapatillas rojas.

Para Zinser, la experiencia resultó profundamente significativa.

Había recibido previamente una referencia a los zapatos y, al explorarla durante la sesión, había aparecido una identidad infantil que proporcionaba una historia vinculada a ellos.

Interpretó el episodio como una confirmación de que los estados del yo podían conservar una perspectiva y una existencia propias dentro de una realidad psíquica que su comprensión anterior no conseguía explicar.

El encuentro con la niña de Martha pertenecía a la vida presente, pero contribuyó a transformar la manera en que Zinser concebía la multiplicidad.

Comenzó a considerar a los estados del yo como centros de conciencia capaces de responder, recordar y mantener una identidad diferenciada.

La información previa de Gerod formó parte de esa interpretación. El episodio, tal como se relata, no constituye una verificación independiente de su procedencia espiritual, pero permite comprender por qué Zinser llegó a confiar cada vez más en las explicaciones que estaba recibiendo.

La multiplicidad más allá de una vida

A partir de experiencias como esta, su trabajo comenzó a extenderse hacia historias que parecían pertenecer a otras existencias.

Y allí encontró un problema nuevo.

Si una identidad podía formarse durante una experiencia traumática y continuar existiendo dentro del mundo interior de una persona, ¿qué sucedería con ella cuando terminara la vida física?

Una historia que no termina cuando muere el cuerpo

En el modelo que Zinser desarrolló con las explicaciones de Gerod, ciertos estados del yo aparecen durante experiencias que resultan abrumadoras para la personalidad consciente.

Frente a una situación intolerable, un aspecto de la conciencia puede quedar separado y asumir el impacto del acontecimiento.

Gerod utiliza la imagen de un doble que recibe el golpe en lugar de la personalidad principal.

Ese estado del yo conserva las emociones, creencias y percepciones asociadas a la experiencia.

Cuando el acontecimiento termina, puede permanecer fuera del conocimiento habitual de la persona, pero continúa organizado alrededor de aquella historia.

Zinser interpreta que estos estados del yo habitan una dimensión psíquica que no depende de la misma manera del tiempo y del espacio físicos.

Esta concepción permite comprender por qué una identidad puede reaccionar desde circunstancias que ya no existen.

La sacerdotisa de Candace conserva el temor a los hombres relacionado con su experiencia de traición. Su desconfianza no necesita surgir de una evaluación consciente del terapeuta actual.

Responde desde una historia en la que confiar en un hombre había tenido consecuencias devastadoras.

Hasta aquí podemos reconocer semejanzas con partes que, dentro de IFS, permanecen vinculadas a experiencias traumáticas anteriores.

Pero Zinser introduce una explicación adicional.

Cuando el cuerpo físico muere, esos estados del yo no necesariamente desaparecen junto con la personalidad consciente.

Según su modelo, los aspectos que permanecen sin resolver pueden conservarse dentro de la historia del alma y volver a manifestarse durante otra encarnación.

Así, una persona podría experimentar emociones, creencias o reacciones procedentes de estados del yo que se originaron en existencias anteriores.

La personalidad actual desconocería esas historias, pero podría experimentar sus consecuencias.

La propuesta va más allá de considerar que una memoria traumática atraviesa las vidas.

Zinser plantea la posibilidad de que aquello que continúa sea un estado del yo con identidad relativamente diferenciada.

La multiplicidad más allá de una vida

Para comprender mejor esta idea, necesitamos conocer otra experiencia de Candace.

Marasena: un combate que no había terminado

Semanas después del encuentro con la sacerdotisa, durante el trabajo con Candace apareció otra identidad femenina.

Su nombre era Marasena.

Aunque ambas se manifestaron durante el acompañamiento de la misma consultante, Zinser las presentó como estados del yo correspondientes a existencias diferentes.

Marasena parecía encontrarse atrapada en una relación de dominación y violencia sexual.

Su experiencia estaba organizada alrededor de un enfrentamiento con un hombre que intentaba someterla.

La descripción que aparece en el material de Zinser resume aquella relación mediante una expresión muy precisa:

«Un concurso de voluntades».

Marasena estaba comprometida con una lucha en la que ceder significaba perder poder y seguridad.

Desde su propia perspectiva, abandonar el enfrentamiento podía equivaler a quedar nuevamente a merced de quien la había dominado.

La resistencia no consistía simplemente en una negativa a colaborar con el terapeuta.

Marasena parecía necesitar conservar su capacidad de oposición porque aquella lucha seguía siendo, para ella, una cuestión de supervivencia.

El problema era que las circunstancias que daban sentido a ese enfrentamiento pertenecían, según el relato regresivo, a otra existencia.

Candace vivía en un tiempo diferente. Su realidad presente ofrecía condiciones y posibilidades que Marasena no conocía.

Zinser comenzó a explorar cómo ayudarla a reconocer ese cambio sin exigirle que renunciara a la seguridad que tanto necesitaba.

En una comunicación con Gerod, fechada el 11 de agosto de 1989, planteó una pregunta particularmente significativa.

Quería saber si existía alguna manera de ayudar a Marasena a resolver su situación y, al mismo tiempo, conservar el poder y la seguridad que consideraba indispensables.

La pregunta muestra algo importante de su aproximación.

Zinser no estaba buscando simplemente terminar con la resistencia.

Quería encontrar una transformación que respetara las necesidades de aquella identidad.

Gerod propuso entonces una intervención que denominó *conscious experience*, experiencia consciente.

La multiplicidad más allá de una vida

La idea consistía en permitir que Marasena entrara en contacto con la vida presente de Candace.

Podría conocer el tiempo actual, experimentar los recursos de la personalidad contemporánea y reconocer que las circunstancias de su historia ya habían cambiado.

Gerod expresó el sentido de esa intervención mediante una imagen especialmente sugerente:

«Es casi como encontrar un pasado y llevarlo al futuro, para que ese pasado pueda entonces recrearse en un lugar de paz».

La propuesta buscaba algo más que ofrecer información sobre el paso del tiempo.

Pretendía que una identidad organizada alrededor de una experiencia anterior pudiera conocer una realidad diferente y descubrir nuevas posibilidades de seguridad.

En lugar de limitarse a explicar que el peligro había terminado, se procuraba que Marasena lo experimentara.

Según el relato de Zinser, este proceso permitió avanzar hacia la liberación del sufrimiento que Marasena conservaba.

Su integración posterior fue comprendida dentro del modelo espiritual de Gerod: el *Higher Self* podía acompañarla hacia el nivel del alma correspondiente a la existencia en la que se había originado.

No se trataba de convertir a Marasena en una nueva integrante consciente de la personalidad actual de Candace.

La propuesta consistía en ayudarla a resolver su historia y encontrar su lugar dentro de una totalidad más amplia.

Llevar el pasado hacia el futuro

La expresión de Gerod merece que nos detengamos.

Encontrar un pasado y llevarlo hacia el futuro.

Para quienes trabajamos con IFS, esa imagen tiene una resonancia extraordinaria.

Con frecuencia encontramos partes que continúan organizadas alrededor de peligros anteriores.

Pueden defenderse de personas que ya no están presentes, sostener responsabilidades que dejaron de ser necesarias o desconfiar de relaciones que no tienen las mismas características que aquellas en las que surgieron sus heridas.

Una parte puede conocer intelectualmente que el tiempo ha transcurrido y seguir experimentando el peligro como si estuviera ocurriendo.

Por eso, en IFS, la actualización temporal puede constituir un momento decisivo.

Ayudamos a la parte a descubrir quién es la persona actualmente, qué edad tiene, dónde vive y cuáles son los recursos de los que dispone.

La parte puede entonces reconocer circunstancias que transforman profundamente su comprensión de la realidad.

La multiplicidad más allá de una vida

Pero también conocemos otra intervención especialmente significativa: el rescate.

Con el permiso necesario, una parte vulnerable puede ser acompañada para salir de la escena traumática en la que permanece atrapada y trasladarse a un lugar donde se sienta segura.

La actualización permite reconocer el presente. El rescate ofrece la posibilidad de dejar atrás el escenario en el que ocurrió el sufrimiento.

Ambos movimientos pueden participar de una transformación más amplia, que incluye la expresión de necesidades y la liberación de cargas.

En Marasena encontramos elementos muy próximos a estas experiencias.

Gerod propone que conozca la vida presente de Candace y experimente sus recursos. Al mismo tiempo, describe un movimiento mediante el cual el pasado puede ser llevado hacia el futuro y encontrar una nueva condición de paz.

La correspondencia resulta especialmente interesante porque surge de un modelo desarrollado fuera de IFS.

No disponemos de una descripción que permita afirmar que Zinser realizó exactamente la secuencia de rescate y descarga tal como la conocemos en nuestro trabajo.

Pero la proximidad entre los procedimientos es considerable.

Ambos reconocen que una identidad puede permanecer vinculada a una experiencia anterior y que su transformación requiere algo más que comprender intelectualmente lo sucedido.

Necesita experimentar nuevas condiciones de seguridad.

En Marasena, la dificultad consistía en abandonar una lucha que parecía indispensable para preservar su poder.

La intervención procuraba que pudiera descubrir una forma de seguridad en la que ya no necesitara continuar combatiendo.

La frase de Gerod contiene una intuición profundamente valiosa: el pasado no tiene por qué permanecer condenado a reproducirse de la misma manera.

Puede encontrarse con un presente diferente.

Y ese encuentro puede abrir posibilidades de transformación.

El general que todavía debía salvar a sus soldados

Otra experiencia, relatada por Zinser durante el trabajo con Theresa P., presenta una situación muy diferente.

Durante la exploración apareció un estado del yo masculino que se identificaba como un general militar de una existencia anterior.

El general estaba desesperado.

Según la historia que expresaba, había sido engañado y sus tropas se encontraban amenazadas por una emboscada que podía provocar una masacre.

Necesitaba advertirles.

La multiplicidad más allá de una vida

La urgencia era tan intensa que intentaba utilizar el cuerpo de Theresa para acudir en su ayuda.

Desde su perspectiva, todavía estaba en medio de una situación militar que exigía actuar inmediatamente.

Sus soldados corrían peligro y él tenía la responsabilidad de salvarlos.

Zinser comenzó a dialogar con aquella identidad.

Le explicó que se encontraba en otro tiempo y en un cuerpo diferente. El escenario militar al que intentaba regresar ya no existía en la realidad presente de Theresa.

Aunque consiguiera desplazarse utilizando su cuerpo, no encontraría a sus tropas.

La intervención buscaba ayudar al general a reconocer que las circunstancias habían cambiado de una manera que él todavía no comprendía.

Su responsabilidad continuaba siendo real dentro de su experiencia, pero la misión que intentaba cumplir pertenecía a una existencia anterior.

En el relato de Zinser, aquel encuentro permitió modificar la orientación del general y abrir la posibilidad de recibir ayuda del *Higher Self* y de la Luz.

Lo que encontramos aquí es particularmente conmovedor.

El general no aparece simplemente como una figura agresiva o autoritaria.

Aparece como alguien que intenta salvar a las personas que estaban bajo su responsabilidad.

Su urgencia nace de una situación que considera todavía presente.

Y su dificultad consiste en reconocer que ya no se encuentra en el tiempo donde aquella acción tenía sentido.

La historia invita a mirar de otra manera algunas experiencias interiores que pueden manifestarse como impulsos intensos, comportamientos desconcertantes o exigencias aparentemente irracionales.

Dentro del modelo de Zinser, un estado del yo puede continuar comprometido con una responsabilidad originada en otra existencia.

Y esa responsabilidad puede mantenerse activa mucho después de que las circunstancias en las que nació hayan desaparecido.

Tres identidades, tres maneras de permanecer en el pasado

La sacerdotisa, Marasena y el general muestran tres expresiones diferentes del mismo problema.

La sacerdotisa conserva una desconfianza que tiene sentido dentro de una historia de traición.

Marasena permanece comprometida con una lucha por el poder y la seguridad.

El general intenta cumplir una responsabilidad militar que considera urgente.

Ninguno aparece simplemente como un depósito de recuerdos.

La multiplicidad más allá de una vida

Cada identidad parece tener una perspectiva desde la cual interpreta lo que está sucediendo, una necesidad que considera importante y una relación particular con el tiempo.

En la sacerdotisa, la relación con el terapeuta está condicionada por una experiencia anterior con hombres.

En Marasena, la posibilidad de abandonar el enfrentamiento depende de encontrar una seguridad que no conocía.

En el general, el sentido del deber mantiene activa una misión que pertenece al pasado.

Para Zinser, estas experiencias contribuían a sostener la idea de que algunos estados del yo conservaban su identidad más allá de la existencia física en la que se habían originado.

Desde IFS podemos reconocer la importancia de escuchar a quien aparece, comprender su perspectiva y explorar qué necesita para transformar su relación con el presente.

Pero la explicación transbiográfica de Zinser plantea una pregunta adicional.

Si estos estados del yo proceden de existencias anteriores, ¿dónde permanecieron durante el intervalo entre aquellas vidas y la de Candace o Theresa?

Zinser encontró una respuesta en las explicaciones de Gerod.

La capa kármica: una memoria del alma que puede reactivarse

Gerod describió una organización de la conciencia en la que ciertas experiencias no resueltas permanecen vinculadas a la historia del alma.

Dentro de ese modelo aparece el concepto de *karmic layer*, o capa kármica.

Según las explicaciones recogidas por Zinser, cuando termina una vida física y el alma se aproxima a la Luz, algunos estados del yo que conservan sufrimiento pueden resistirse a esa experiencia.

La Luz, tal como la describe Gerod, podría ponerlos en contacto con emociones y recuerdos que todavía resultan intolerables.

Esos aspectos no resueltos permanecen entonces asociados a la historia del alma, sin completar su proceso de integración.

Gerod propone que quedan contenidos en una especie de repliegue de la capa kármica.

Durante el intervalo entre encarnaciones, permanecen en estado latente o durmiente.

Cuando el alma vuelve a encarnar, la capa se despliega y determinadas experiencias de la nueva vida pueden reactivar los estados del yo que conservan cargas relacionadas con ellas.

Una situación actual puede resonar con una experiencia anterior y despertar un temor, una creencia o una respuesta que no corresponde plenamente a las circunstancias presentes.

Dentro de esta concepción, algunas dificultades de la personalidad actual estarían relacionadas con aspectos de conciencia originados en otras existencias.

La explicación permite comprender cómo un estado del yo podría permanecer vinculado a una experiencia traumática a través de diferentes vidas.

La multiplicidad más allá de una vida

También introduce un matiz importante: **continuar no significa necesariamente permanecer despierto y activo durante todo el intervalo entre encarnaciones**.

En la descripción de Gerod, los estados del yo no resueltos pueden permanecer latentes y reactivarse posteriormente.

Esto distingue su modelo de la idea de una multitud de personalidades que permanecen constantemente conscientes de sí mismas durante toda la existencia espiritual del alma.

La noción de continuidad es más compleja.

Se conserva una historia, una organización y una posibilidad de reactivación.

Y cuando determinadas circunstancias vuelven a despertar ese estado, puede reaparecer con una perspectiva que parece corresponder al momento en el que se originó.

¿Continúa la memoria o continúa alguien?

En una comunicación fechada el 30 de septiembre de 1989, Zinser preguntó a Gerod acerca de la continuidad de los estados del yo no resueltos después de la muerte.

La respuesta introdujo una expresión especialmente significativa: esos estados están «con la memoria del alma».

Gerod describió cómo la historia de una existencia, incluidos sus estados del yo dominantes o no resueltos, permanece registrada en el alma.

Esta formulación merece atención porque abre dos maneras de comprender la continuidad.

Podemos pensar en una memoria que conserva una experiencia y que, al reactivarse, vuelve a organizar determinadas emociones y respuestas.

También podemos considerar la posibilidad de que se conserve un estado del yo con una identidad relativamente diferenciada, capaz de expresarse nuevamente cuando aparecen las condiciones apropiadas.

Zinser se inclina hacia esta segunda comprensión, apoyándose en sus encuentros clínicos y en el conjunto de las explicaciones que recibió de Gerod.

Pero la referencia a la memoria del alma muestra que su propuesta no puede reducirse a imaginar identidades permanentemente despiertas, esperando entre una vida y otra.

El propio modelo describe períodos de latencia.

Además, en las explicaciones sobre la capa kármica recogidas en nuestro corpus, Gerod señala que, cuando estos estados se activan, pueden comenzar a reaccionar sin realizar elecciones conscientes sobre cada respuesta.

Esto convive con otras afirmaciones de su modelo acerca de la capacidad de esos aspectos para rechazar la Luz, mantener secretos o decidir si aceptan una intervención.

La distinción entre reacción automática y capacidad de elección es importante.

Un estado del yo puede encontrarse dominado por una respuesta traumática y, al mismo tiempo, mostrar intención y capacidad de relación cuando se dan las condiciones adecuadas.

La multiplicidad más allá de una vida

Dentro de IFS conocemos bien esa diferencia entre las respuestas automáticas que pueden aparecer cuando una persona está muy mezclada con una parte y lo que esa parte puede llegar a expresar cuando consigue establecer una relación menos extrema con Self.

La pregunta por la continuidad de la identidad quedará abierta a lo largo de nuestro libro.

Pero Zinser ofrece una propuesta particularmente elaborada para explorarla.

No se limita a afirmar que las cargas pueden reaparecer. Describe una organización en la que estados del yo asociados a diferentes existencias podrían conservarse, permanecer latentes y volver a participar en la experiencia de otra personalidad.

El lugar de integración

La concepción de Zinser también incluye una explicación sobre lo que sucede cuando esos estados del yo consiguen liberar su sufrimiento.

En una comunicación con Gerod del 7 de julio de 1989 aparece un principio que merece especial atención.

La integración de un estado del yo no supone necesariamente su desaparición.

Gerod cuestiona la idea de que esos aspectos deban ser absorbidos por la personalidad hasta perder su individualidad.

Propone, en cambio, una relación en la que cada estado del yo aporta algo al conjunto y contribuye a hacerlo más amplio.

Zinser desarrolla esta idea mediante el concepto de *Place of Integration*, o Lugar de Integración.

En su modelo, después de expresar y liberar su sufrimiento, un estado del yo puede acceder a una forma de integración en la que deja de permanecer aislado o dominado por la experiencia traumática.

La relación con el resto de la conciencia se transforma.

La integración representa una recuperación de la conexión, más que una aniquilación de la individualidad.

Pero Zinser introduce una diferencia importante entre los estados del yo de la vida presente y aquellos atribuidos a existencias anteriores.

Los primeros pueden integrarse en relación con la conciencia actual, dentro de una organización interior que permite conservar el vínculo con la personalidad encarnada.

Los estados del yo procedentes de otras vidas, según la explicación atribuida a Gerod, encontrarían su lugar de integración en el nivel del alma correspondiente a la existencia en la que se originaron.

El *Higher Self* tendría un papel importante en ese proceso.

No sería necesario que una identidad de otra vida pasara a formar parte de la personalidad consciente actual para encontrar resolución.

La multiplicidad más allá de una vida

Podría liberar su sufrimiento y recuperar su relación con la totalidad del alma desde su propia historia.

Esta diferencia resulta especialmente interesante para nuestro propósito.

En IFS, el trabajo de descarga permite que una parte abandone las cargas que ha estado sosteniendo y encuentre nuevas posibilidades dentro del sistema.

En la propuesta de Zinser, la transformación también puede conducir hacia una integración que excede la personalidad actual y se relaciona con la historia más amplia del alma.

Ambos enfoques reconocen que la liberación del sufrimiento modifica la relación entre la parte y el conjunto.

Pero sus concepciones de totalidad y del destino de los estados del yo no son idénticas.

Más adelante volveremos sobre esta cuestión, especialmente cuando examinemos la diferencia entre liberar cargas, transformar funciones, integrar experiencias y conservar la individualidad.

El Higher Self y la relación con las partes

En el modelo de Zinser, el *Higher Self* ocupa un lugar central.

Gerod lo presenta como una expresión activa del alma, capaz de relacionarse con aspectos de su historia que exceden el conocimiento de la personalidad consciente.

Se le atribuye acceso a una perspectiva más amplia sobre las distintas encarnaciones y sobre los estados del yo que permanecen vinculados a ellas.

Durante el trabajo terapéutico, el *Higher Self* puede ofrecer seguridad, facilitar el encuentro con la Luz y acompañar a los estados del yo hacia su integración.

En algunos relatos, la forma en que esa ayuda se presenta se adapta a las necesidades de la identidad que está siendo acompañada.

Una parte infantil puede necesitar una aproximación diferente de la que resultaría adecuada para una identidad adulta desconfiada o comprometida con una responsabilidad extrema.

Lo interesante es que la ayuda no se concibe únicamente como una intervención del terapeuta sobre un estado del yo.

Zinser introduce la participación de una dimensión más amplia de conciencia que, dentro de su modelo, conoce la historia del alma y puede acompañar procesos que exceden la vida presente.

Para un lector de IFS, la presencia de una instancia capaz de relacionarse con las partes desde una perspectiva más amplia puede despertar asociaciones con el Self.

Sin embargo, conviene conservar las diferencias.

El Self de IFS constituye el centro de una relación caracterizada por cualidades como la calma, la curiosidad, la compasión y la claridad.

La multiplicidad más allá de una vida

El *Higher Self* de Zinser pertenece a una concepción espiritual en la que se le atribuyen funciones específicas relacionadas con la historia del alma, las distintas existencias y los procesos de integración.

El parecido en algunas funciones relacionales no significa que ambas nociones describan exactamente la misma realidad.

Precisamente por eso resulta interesante ponerlas en diálogo.

Cada modelo puede ayudarnos a formular preguntas que el otro no desarrolla del mismo modo.

Historias que se encuentran a través de las vidas

Zinser describe también situaciones en las que los estados del yo no aparecen de manera aislada.

Algunas experiencias pueden estar relacionadas entre sí mediante cargas semejantes.

Una historia de culpa puede vincularse con otra experiencia de responsabilidad extrema. Una herida de traición puede resonar con situaciones posteriores de desconfianza. Una relación de dominación puede encontrar expresiones diferentes a lo largo de varias existencias.

Dentro de las explicaciones de Gerod aparece la noción de *energy trails*, senderos de energía que conectarían estados del yo de distintas vidas alrededor de temas compartidos.

En esta concepción, el alma conserva una historia compleja en la que determinadas experiencias no resueltas pueden volver a manifestarse de diferentes maneras.

No se trataría necesariamente de repetir una escena idéntica.

Una misma carga podría expresarse mediante distintas identidades, circunstancias y relaciones.

Esto amplía considerablemente nuestra comprensión de las historias que pueden aparecer durante el acompañamiento.

Una parte de la vida actual podría estar relacionada, dentro de ese modelo, con aspectos procedentes de otras existencias que comparten una experiencia emocional semejante.

Zinser propone así una organización transbiográfica de los estados del yo.

Para nosotros, esta posibilidad abre una pregunta especialmente fecunda: cuando una carga parece tener una historia que excede la biografía conocida, ¿estamos encontrando una sola experiencia, varias experiencias relacionadas o diferentes identidades que participan de un mismo conflicto?

No necesitamos resolver esa pregunta aquí.

Volveremos sobre ella cuando exploremos el origen y la continuidad de las cargas.

Lo que Zinser aporta a nuestra investigación

Después de recorrer sus casos y su modelo, podemos reconocer por qué Thomas Zinser ocupa un lugar especial en este libro.

La multiplicidad más allá de una vida

Su propuesta reúne dos cuestiones que hasta ahora habíamos encontrado principalmente por separado.

Por un lado, las experiencias regresivas en las que ciertas cargas parecen estar vinculadas a historias anteriores al nacimiento.

Por otro, el encuentro con estados del yo que se expresan mediante perspectivas, necesidades e intenciones propias.

Zinser propone que ambos fenómenos pueden formar parte de una misma organización de la conciencia.

Un estado del yo podría originarse durante una experiencia traumática de otra existencia, permanecer vinculado a esa historia después de la muerte y volver a manifestarse cuando circunstancias de una vida posterior lo reactivan.

Esta concepción introduce una continuidad que excede las memorias o las consecuencias emocionales del trauma.

Aquello que persiste podría conservar también una organización de identidad capaz de establecer relaciones y experimentar transformaciones.

Zinser desarrolla, además, una explicación sobre el destino de esos estados del yo cuando consiguen liberar su sufrimiento.

La integración no exige necesariamente que desaparezcan ni que sean absorbidos por la personalidad consciente actual. Dentro de su modelo, pueden recuperar su relación con una totalidad más amplia.

Estas propuestas constituyen una contribución singular a la pregunta que anima nuestra investigación.

Ahora bien, hay algo que considero especialmente importante conservar en nuestra mirada.

Los casos clínicos muestran lo que Zinser describe haber encontrado y realizado durante las sesiones. Su interpretación acerca de la naturaleza de los estados del yo pertenece al modelo que desarrolló. Y las explicaciones sobre la capa kármica, la Luz y el destino de las identidades después de la muerte proceden fundamentalmente de las comunicaciones atribuidas a Gerod.

Estas fuentes participan de una misma obra, pero ofrecen conocimientos de naturaleza diferente.

Reconocerlo nos permite estudiar seriamente su propuesta sin exigir a los relatos clínicos que demuestren por sí solos toda la concepción espiritual que los acompaña.

También es importante recordar que los relatos disponibles describen principalmente procesos observados durante las sesiones. No contamos, para estos casos, con seguimientos longitudinales independientes que permitan establecer el alcance de todas las transformaciones atribuidas al procedimiento.

Ese límite no elimina el interés de los encuentros.

Nos permite reconocer con claridad qué aportan y cuáles son las preguntas que dejan abiertas.

Una pregunta que IFS puede ayudar a profundizar

La multiplicidad más allá de una vida

Hay una diferencia importante entre la comprensión de los estados del yo que desarrolla Zinser y la manera en que IFS concibe la multiplicidad.

En IFS, las partes son integrantes naturales del sistema interior. El trauma puede cargarlas y llevarlas hacia funciones extremas, pero la multiplicidad no depende exclusivamente de una fractura traumática.

Zinser pone especial atención en los estados del yo que se separan alrededor de experiencias abrumadoras y que pueden quedar atrapados en ellas.

Esta diferencia es importante porque nos recuerda que una parte no se reduce a la carga que sostiene.

Incluso cuando una experiencia traumática ha condicionado profundamente su comportamiento, podemos encontrar en ella una perspectiva, unas necesidades y cualidades que exceden aquella historia.

Desde IFS, la posibilidad de que una carga tenga un origen transbiográfico no modifica esa comprensión fundamental.

Seguimos interesados en conocer a la parte, en descubrir cómo se siente la persona hacia ella y en comprender qué relaciones mantiene dentro del sistema.

La pregunta por el origen de su sufrimiento puede adquirir una amplitud nueva, pero la relación continúa siendo el centro de nuestro trabajo.

Aquí encuentro una de las posibilidades más fértiles del diálogo con Zinser.

Su modelo amplía el horizonte temporal en el que podríamos situar determinadas experiencias interiores.

IFS, por su parte, nos ofrece una comprensión de las partes que reconoce su individualidad, sus buenas intenciones y sus posibilidades de transformación más allá de las cargas que han asumido.

La combinación de ambas perspectivas invita a preguntarnos por la historia de una parte sin reducirla a una experiencia traumática, y a considerar una continuidad más amplia sin perder el contacto con sus necesidades presentes.

A mi juicio, esta es una de las contribuciones más interesantes que podemos comenzar a desarrollar desde El Caldero.

No necesitamos trasladar toda la cosmología de Zinser a IFS para aprender de sus encuentros.

Podemos explorar lo que sus relatos muestran acerca de identidades que parecen conservar historias anteriores al nacimiento, de cargas que mantienen una extraordinaria persistencia y de relaciones que permiten transformar experiencias organizadas alrededor de un pasado remoto.

Al mismo tiempo, podemos conservar lo que IFS ha descubierto acerca de la multiplicidad natural y del papel central de la relación con Self.

Así, el diálogo entre ambos modelos amplía nuestras preguntas sin obligarnos a resolver prematuramente la naturaleza última de aquello que aparece.

Y nos deja una cuestión que continuará acompañándonos a lo largo de este libro:

La multiplicidad más allá de una vida

¿Hasta dónde puede llegar la historia de una parte?

Un puente que merece ser investigado

Las experiencias de Zinser presentan una concepción elaborada de los estados del yo y de su posible continuidad entre existencias.

Pero su propuesta también plantea dificultades que requieren un examen cuidadoso.

¿Cómo comparar un estado del yo descrito durante una sesión hipnótica con una parte conocida mediante IFS?

¿Qué semejanzas encontramos en sus necesidades, sus relaciones y sus procesos de transformación?

¿Y cómo distinguir las experiencias que los profesionales observan de las explicaciones espirituales que utilizan para comprenderlas?

Estas preguntas comenzaron a recibir atención desde una investigación que tiene especial importancia para nuestro recorrido.

David Furlong se propuso comparar experiencias procedentes de diferentes modalidades terapéuticas, entre ellas IFS, la hipnoterapia, la regresión a vidas anteriores y la Sanación Centrada en el Alma de Zinser.

Su trabajo ofrece un punto de encuentro particularmente valioso.

Hasta ahora hemos explorado relatos y propuestas que surgieron dentro de distintas tradiciones.

Furlong nos permitirá examinar un esfuerzo explícito por ponerlas en relación, identificar sus semejanzas y reconocer sus diferencias.

Después de conocer la propuesta de Zinser, estamos en mejores condiciones de comprender lo que esa comparación puede aportar.

Porque nuestra investigación ya no se limita a preguntar si las cargas pueden tener una historia anterior al nacimiento.

Ahora también podemos preguntarnos qué ocurre cuando esa historia parece pertenecer a alguien que continúa teniendo una perspectiva propia.

Y qué podemos aprender, desde IFS, de las diferentes maneras en que otros profesionales han intentado acompañarlo.

PARTE II. LOS EXPLORADORES DEL MUNDO INTERIOR

Capítulo 6. David Furlong: un puente entre modelos

El juez que llevaba un niño dentro

Durante el acompañamiento de una mujer, David Furlong se encontró con una identidad que parecía proceder de otra existencia.

Era un juez de una época anterior, un hombre severo, cargado de ira, odio y agresividad.

La figura había surgido durante una exploración del mundo interior de la consultante. Furlong la interpretó como una identidad relacionada con una vida pasada que continuaba influyendo en su experiencia presente.

El juez parecía permanecer atrapado en su propia historia. Su hostilidad era intensa y algo le impedía liberarse de ella.

Furlong recurrió entonces al *Transpersonal Self* del propio juez, una dimensión de conciencia que, dentro de su modelo, puede orientar el proceso terapéutico y facilitar el acceso a aspectos interiores que necesitan atención.

Al solicitarle ayuda para comprender qué mantenía al juez atrapado en su ira, apareció algo inesperado.

Dentro de aquella identidad había un niño de nueve años.

El niño había sufrido graves maltratos por parte de su padre.

La exploración había comenzado con un hombre adulto, autoritario y agresivo. Pero al profundizar en su historia surgió una figura infantil que conservaba su propio sufrimiento.

Furlong describió además la presencia de varias entidades oscuras vinculadas al niño. Desde su enfoque de liberación espiritual, consideró necesario trabajar primero con esas presencias para que la identidad infantil pudiera recibir ayuda.

Según su relato, una vez completada esa intervención, el niño pudo regresar al plano espiritual.

Después continuó el trabajo con el juez.

Aquella identidad necesitó atravesar otras transformaciones y recibir ayuda para liberarse de aquello que todavía la mantenía atrapada.

Cuando pudo establecer nuevamente una conexión con su propio *Transpersonal Self*, el juez llegó a pedir perdón a las personas que había castigado injustamente durante su existencia.

Finalmente, Furlong describe que también pudo regresar al plano espiritual. Desde la perspectiva de la consultante, aquella identidad dejó de representar un problema.

El caso aparece en su artículo *Working with the Transpersonal Self to Heal Trauma and Release Spirit Intrusions*, publicado en 2022.

La experiencia reúne elementos que proceden de la concepción espiritual de Furlong: una identidad atribuida a otra existencia, presencias interpretadas como entidades intrusivas, una

instancia transpersonal que orienta la intervención y un proceso de liberación hacia el mundo espiritual.

Pero hay dos aspectos que merecen especialmente nuestra atención.

El primero es que dentro de una identidad regresiva apareció otra identidad, con su propia edad y una historia de sufrimiento.

El segundo es la secuencia del proceso.

Primero recibió ayuda el niño. Después el juez pudo avanzar en la transformación de su propia historia.

Para un profesional de IFS, esta secuencia resulta familiar.

Cuando una parte vulnerable recibe el acompañamiento que necesita y consigue liberar sus cargas, los protectores relacionados con ella pueden encontrar nuevas posibilidades de funcionamiento.

No sabemos si el juez desempeñaba específicamente una función protectora hacia aquel niño. Furlong tampoco atribuye toda su transformación exclusivamente al trabajo con él.

Pero el orden de los acontecimientos sugiere una relación que merece ser explorada.

Una identidad adulta, cargada de hostilidad, contiene una parte infantil profundamente herida. Cuando esa parte recibe ayuda, el proceso puede continuar hacia una transformación de la identidad adulta.

Y todo ello sucede dentro de una historia que la consultante experimenta como perteneciente a otra existencia.

Una multiplicidad dentro de otra

La experiencia del juez plantea una cuestión que no habíamos encontrado con esta claridad en los casos anteriores.

La identidad regresiva parece presentar su propia organización interior.

Desde IFS conocemos la posibilidad de que una parte contenga otras partes. Richard Schwartz ha descrito experiencias donde la multiplicidad se manifiesta en diferentes niveles, y ciertos aspectos interiores parecen tener sus propias relaciones y subpartes.

Pero Schwartz también ha señalado que las partes pueden tener acceso a Self.

Esta doble característica adquiere especial interés al examinar el relato de Furlong.

El juez contiene una identidad infantil y, al mismo tiempo, puede relacionarse con su propio *Transpersonal Self*.

Furlong atribuye a todas las partes, de esta vida y de otras, un fragmento del alma que les da vida, libre albedrío y la oportunidad de cambiar. Dentro de su modelo, la conexión con su dimensión transpersonal resulta importante para que puedan recibir ayuda y encontrar resolución.

Así, la experiencia del juez presenta algo más que una organización de partes dentro de partes.

La multiplicidad más allá de una vida

Encontramos una identidad adulta con una historia propia, un niño que conserva sufrimiento y una dimensión de conciencia a la que esa identidad puede acceder para recibir orientación.

La semejanza con la organización que Schwartz describe resulta especialmente sugerente.

En IFS, las partes pueden contener otras partes y relacionarse con Self. En el relato de Furlong, una identidad atribuida a otra existencia presenta una estructura semejante, aunque la dimensión que orienta su transformación recibe el nombre de *Transpersonal Self*.

No necesitamos concluir que ambas nociones son idénticas para reconocer el interés de esa correspondencia.

Tampoco sabemos si la estructura relatada corresponde literalmente a una personalidad que existió en otra época o a otra forma de organización de la experiencia interior.

Lo que el caso nos permite observar es que la multiplicidad parece presentarse en diferentes niveles y que cada nivel puede incluir relaciones propias.

Esto abre una pregunta que tendrá especial importancia más adelante.

Si una identidad regresiva puede contener otras partes y acceder a una dimensión de conciencia capaz de orientarla, ¿qué determina su relación con el sistema de la persona actual?

Furlong responde desde su concepción transpersonal.

Pero, además de desarrollar su propio procedimiento terapéutico, realizó una investigación que tiene especial importancia para el propósito de este libro.

Se propuso comparar expresamente diferentes formas de acompañamiento que exploran el mundo interior.

Cuatro caminos hacia el mundo interior

En 2022, David Furlong publicó una investigación titulada *Altered States of Consciousness within Therapeutic Modalities – Exploring Commonalities of Experience*.

Su propósito era explorar qué elementos comunes aparecían en las experiencias de personas que habían utilizado diferentes modalidades terapéuticas relacionadas con estados modificados de conciencia.

Seleccionó cuatro enfoques.

La hipnoterapia, con sus diversos procedimientos de relajación, sugestión y exploración de experiencias interiores.

La regresión a vidas anteriores, orientada hacia escenas que las personas experimentan como correspondientes a otras existencias.

Internal Family Systems, centrado en el encuentro y la relación con las partes del sistema interior.

Y la Sanación Centrada en el Alma de Thomas Zinser, que combina el trabajo con estados del yo con una concepción transpersonal de la conciencia.

La selección resulta especialmente interesante porque los cuatro enfoques pueden conducir hacia experiencias que exceden el pensamiento consciente habitual, aunque utilicen procedimientos y marcos interpretativos diferentes.

Conviene señalar que IFS no requiere necesariamente una inducción hipnótica. Una persona puede relacionarse con sus partes manteniendo plenamente su conciencia cotidiana. Furlong incluyó esta modalidad porque reconoció en su trabajo experiencial una forma de acceso a dimensiones interiores que consideraba comparable con las exploradas mediante otros procedimientos.

Su interés estaba en conocer qué encontraban las personas cuando dirigían la atención hacia su mundo interior.

¿Aparecían recuerdos, emociones y experiencias semejantes?

¿Se encontraban con interlocutores diferenciados?

¿Reconocían alguna dimensión de conciencia capaz de acompañar los procesos de transformación?

¿Y cómo influían esas experiencias en su comprensión de la naturaleza humana?

Furlong buscó responder estas preguntas escuchando directamente a personas vinculadas con las cuatro modalidades.

Doce conversaciones para encontrar coincidencias

La investigación fue un estudio piloto cualitativo basado en doce entrevistas.

Furlong utilizó una metodología de teoría fundamentada, conocida como *Grounded Theory*, orientada a identificar patrones y categorías a partir del material recogido.

Seleccionó tres participantes de cada modalidad.

Entre ellos había personas que habían recibido acompañamiento, profesionales que practicaban los respectivos enfoques y formadores.

Dos nombres tienen especial importancia para nuestro recorrido: Thomas Zinser y Andy Tomlinson.

Ambos participaron directamente en la investigación.

Esto permitió que Furlong escuchara sus explicaciones sobre las experiencias que habían encontrado y sobre la comprensión de la conciencia que habían desarrollado durante sus trayectorias.

En el grupo de IFS, la composición fue algo diferente. Furlong no consiguió entrevistar a un formador, por lo que participaron una persona acompañada y dos practicantes.

Las doce entrevistas fueron transcritas y analizadas para identificar temas recurrentes.

El investigador buscó reconocer tanto las coincidencias entre modalidades como los aspectos que parecían propios de cada una.

No pretendía determinar cuál era más eficaz ni realizar una verificación histórica de los recuerdos atribuidos a otras vidas.

Su propósito consistía en estudiar las experiencias relatadas y las interpretaciones que las personas habían construido acerca de ellas.

Este enfoque permitía reunir materiales que normalmente permanecían separados por las fronteras entre escuelas terapéuticas.

En lugar de comenzar preguntando cuál modelo ofrecía la explicación correcta, Furlong escuchó qué describían quienes habían participado en sus procesos.

Los resultados mostraron convergencias que merecen atención.

Lo que apareció en las entrevistas

Furlong organizó el material en cinco grandes categorías.

Una reunía referencias a vidas anteriores y experiencias regresivas.

Otra incluía menciones al Self, al alma y al Yo Superior.

La tercera agrupaba partes, estados del yo y subpersonalidades.

También aparecieron experiencias relacionadas con guías y dimensiones espirituales, además de referencias al dolor y al trauma.

La distribución de esas categorías no fue idéntica en las cuatro modalidades.

Las partes y los estados del yo tuvieron especial protagonismo entre los participantes de IFS y de Sanación Centrada en el Alma.

Esto es coherente con la organización de ambos enfoques.

En IFS, las partes son integrantes naturales del sistema interior y sus relaciones constituyen el centro del acompañamiento.

En el modelo de Zinser, los estados del yo también ocupan un lugar principal, aunque se comprenden dentro de una concepción más amplia de la historia del alma.

En las otras modalidades, las subpersonalidades podían aparecer y recibir atención, pero no siempre constituían el objeto central del trabajo.

Esta diferencia ayuda a comprender algo que observamos en el capítulo anterior.

Una misma experiencia interior puede recibir un tratamiento diferente según el propósito que organiza la sesión.

Para algunos facilitadores, una resistencia puede representar una dificultad para acceder a determinada escena.

Para otros, constituye una oportunidad para conocer a un aspecto interior que necesita expresar sus temores o sus reservas.

El material recogido por Furlong muestra que los encuentros con la multiplicidad no pertenecen exclusivamente a una escuela, aunque cada modalidad les conceda un lugar diferente.

Pero sus entrevistas también revelaron experiencias que habían transformado profundamente la manera en que algunas personas comprendían su propia existencia.

La multiplicidad más allá de una vida

Experiencias que cambiaron una vida

Varios participantes describieron regresiones que habían tenido una importancia extraordinaria para ellos.

Susan, entrevistada dentro del grupo de hipnoterapia, relató una experiencia atribuida a otra existencia cuya intensidad emocional había superado la de numerosos acontecimientos de su vida presente.

La experiencia contribuyó a que posteriormente se orientara hacia la formación como psicoterapeuta.

Crystal describió también una regresión que influyó en su decisión de dedicarse a la hipnoterapia.

Otra participante, Kate, relató una experiencia en la que reconoció vínculos con personas que sentía haber conocido en otras existencias.

Aquello modificó profundamente su comprensión de las relaciones humanas. La experiencia le permitió sentir que ciertos vínculos podían extenderse mucho más allá de la vida presente.

Para ella, ese reconocimiento resultó profundamente reconfortante.

Estos testimonios muestran que las experiencias regresivas pueden adquirir un significado muy importante para quienes las viven.

No aparecen necesariamente como escenas aisladas que terminan cuando concluye la sesión.

A veces pasan a formar parte de la manera en que una persona comprende su identidad, sus relaciones y su recorrido vital.

Furlong encontró que todos los entrevistados expresaban alguna convicción acerca de haber vivido anteriormente.

Sin embargo, esa convicción no procedía siempre del mismo tipo de experiencia.

Para algunos era una certeza intuitiva. Otros la relacionaban con regresiones emocionalmente intensas.

El estudio reunió así diferentes formas de relación con la idea de continuidad de la existencia.

Las experiencias tenían para sus protagonistas un significado que excedía el contenido inmediato de las escenas.

Y ese significado podía influir en decisiones, relaciones y proyectos personales.

Para nuestra investigación, el interés está también en la manera en que esos relatos incluyen diferentes protagonistas interiores, algunos de los cuales parecen conservar historias e identidades propias.

Pequeñas personalidades conscientes

Entre los testimonios recogidos por Furlong hay uno especialmente significativo de Thomas Zinser.

La multiplicidad más allá de una vida

Durante su entrevista, Zinser describió los estados del yo como pequeñas personalidades conscientes que permanecen atrapadas en el tiempo y el espacio donde ocurrió la experiencia traumática.

La expresión recoge de manera sintética su concepción de los seres interiores.

No habla únicamente de recuerdos o emociones persistentes.

Describe aspectos que parecen conservar una identidad y una perspectiva asociadas al momento en el que se produjo el sufrimiento.

Esa manera de comprender los estados del yo guarda semejanzas con experiencias que conocemos desde IFS.

Podemos encontrar partes que continúan sintiendo miedo ante peligros que ya terminaron, sostienen responsabilidades que dejaron de ser necesarias o desconocen las circunstancias actuales de la persona.

Pero Zinser amplía esa comprensión hacia la historia de otras existencias.

Furlong encontró que los participantes de IFS y Sanación Centrada en el Alma reconocían aspectos interiores capaces de expresar necesidades, sostener cargas y participar activamente en el proceso terapéutico.

En ambos enfoques, la relación con esos interlocutores desempeña un papel importante.

Sin embargo, cada modelo comprende su naturaleza de manera diferente.

En IFS, la multiplicidad constituye una característica natural de la mente, y el sufrimiento puede llevar a las partes hacia funciones extremas.

En Zinser, algunos estados del yo son comprendidos como identidades separadas alrededor de experiencias abrumadoras que pueden proceder de otras existencias.

La investigación de Furlong permitió colocar esas experiencias dentro de un mismo campo de comparación.

También mostró que otra dimensión ocupaba un lugar especialmente importante en los relatos: la presencia de una conciencia capaz de ofrecer orientación y facilitar la transformación.

El Self, el alma y el Yo Superior

Entre las categorías identificadas por Furlong, las referencias al Self, al alma y al Yo Superior aparecieron en los cuatro grupos.

Los participantes describían una dimensión profunda de la conciencia a la que atribuían sabiduría, capacidad de comprensión y posibilidades de acompañamiento.

En IFS, el Self se reconoce a través de cualidades como la calma, la curiosidad, la claridad y la compasión.

Cuando la persona puede relacionarse desde Self con sus partes, aparece una capacidad de escucha que permite conocerlas sin quedar dominada por sus emociones o sus estrategias.

En la Sanación Centrada en el Alma, el *Higher Self* es comprendido como una dimensión de conciencia vinculada con la historia más amplia del alma.

La multiplicidad más allá de una vida

Se le atribuyen conocimientos sobre diferentes existencias y sobre los estados del yo que permanecen relacionados con ellas.

Furlong observó semejanzas entre ambas descripciones.

Los participantes hablaban de una dimensión profunda capaz de ofrecer orientación y condiciones para la transformación.

Pero esas semejanzas convivían con diferencias importantes.

La experiencia del Self en IFS no requiere adoptar una explicación determinada sobre la inmortalidad de la conciencia.

En Zinser, el Yo Superior forma parte explícita de un modelo espiritual que incluye reencarnación, continuidad de los estados del yo y procesos de integración más allá de la personalidad actual.

Furlong se interesó particularmente por la posibilidad de relacionar estas concepciones.

Y su propia propuesta terapéutica desarrolló una distinción que resulta importante para comprender sus intervenciones.

Dos dimensiones de Self en el modelo de Furlong

Furlong utiliza los términos *Core Self* y *Transpersonal Self*.

El primero representa, dentro de su concepción, una dimensión esencial de conciencia vinculada con el cuerpo y la existencia presente.

El segundo corresponde a una dimensión transpersonal que permanece más allá de los límites de la conciencia encarnada.

Furlong comprende ambas como expresiones complementarias de una totalidad mayor.

Al *Transpersonal Self* le atribuye una perspectiva amplia sobre el mundo interior y la capacidad de orientar los procesos de transformación.

Durante sus sesiones, procura establecer contacto con esa instancia para identificar qué aspectos necesitan atención y qué intervenciones podrían resultar adecuadas.

En su concepción espiritual, ambas dimensiones recuperarían su unidad después de la muerte.

La semejanza terminológica con IFS exige cierta precisión.

Aunque Furlong relaciona su *Core Self* con el Self descrito por Schwartz, incorpora a esa noción características ontológicas y espirituales que exceden lo que IFS necesita afirmar para desarrollar su trabajo.

Tampoco el *Transpersonal Self* puede equipararse automáticamente con el Self de IFS.

Furlong le atribuye acceso a una historia del alma que se extendería a través de diferentes existencias y la capacidad de reconocer presencias que interpreta como ajenas al sistema personal.

Esta concepción organiza buena parte de sus intervenciones.

El facilitador puede solicitar que el *Transpersonal Self* muestre aquello que necesita atención, ayude a comprender su procedencia o indique cómo acompañarlo.

La multiplicidad más allá de una vida

En algunos casos aparece una parte infantil de la vida presente.

En otros, una identidad atribuida a otra existencia.

Y en determinadas experiencias surgen figuras que Furlong interpreta como presencias espirituales intrusivas.

Su modelo reúne así el trabajo con subpersonalidades, la regresión y la liberación espiritual dentro de una misma propuesta.

Y aquí encontramos un territorio de comparación que también existe, aunque con diferencias significativas, dentro del campo de IFS.

Cuando algo parece no pertenecer al sistema

En su trabajo, Furlong describe experiencias donde ciertas figuras o presencias parecen actuar dentro del mundo interior sin pertenecer originalmente a la personalidad.

Puede interpretarlas como espíritus vinculados a la Tierra, identidades procedentes de otras existencias o entidades consideradas oscuras.

Desde su concepción, algunas de estas presencias pueden relacionarse con partes vulnerables que han sufrido experiencias traumáticas.

Furlong considera que determinadas entidades pueden aprovechar esos momentos de sufrimiento para introducirse en la experiencia interior y reforzar el miedo, la hostilidad o la confusión.

Su intervención procura identificar esas presencias, comprender cómo se relacionan con el resto del sistema y facilitar su liberación mediante procedimientos vinculados al *Transpersonal Self*.

Es importante reconocer que este territorio no es completamente ajeno a IFS.

Richard Schwartz ha descrito experiencias que distingue de las partes personales y que denomina *unattached burdens*, o cargas no adheridas.

Robert Falconer ha profundizado especialmente en el acompañamiento de estas experiencias desde una perspectiva relacionada con IFS.

Las cargas no adheridas pueden presentarse como voces, energías o presencias que parecen tener una autonomía diferente de la que habitualmente reconocemos en las partes.

A diferencia de un protector, pueden no mostrar una intención de cuidar a la persona ni expresar necesidades vinculadas con la historia del sistema.

Sin embargo, estas características requieren una exploración cuidadosa.

Una parte protectora profundamente cargada puede manifestarse de forma agresiva, cruel o amenazante. Su comportamiento puede hacerla parecer ajena al sistema, aunque esté intentando protegerlo mediante una estrategia extrema.

Por eso, una distinción fundamental dentro del trabajo desarrollado por Schwartz y Falconer consiste en conocer suficientemente aquello que aparece antes de concluir que se trata de algo que no pertenece a la persona.

Las partes necesitan ser escuchadas, comprendidas y acompañadas.

La multiplicidad más allá de una vida

Las experiencias que se presentan como ajenas requieren otra clase de discernimiento, sin que su descripción subjetiva determine necesariamente su naturaleza última.

Falconer ha relatado incluso un acompañamiento en el que una mujer experimentaba a su madre fallecida como una presencia adherida a su corazón. Con ayuda de una guía espiritual, aquella figura materna fue acompañada amorosamente en su tránsito hacia la Luz.

Este relato muestra que, dentro de los desarrollos espirituales vinculados a IFS, también encontramos experiencias en las que algo que se considera ajeno al sistema es acompañado hacia la Luz.

Schwartz describe procedimientos semejantes con las cargas no adheridas, procurando mantener una relación desde Self, sin miedo y sin recurrir a la confrontación.

En esos procesos puede invocarse la Luz para que aquello que se experimenta como ajeno abandone el sistema y encuentre un lugar de transformación.

Por tanto, tanto Furlong como Schwartz y Falconer contemplan situaciones en las que ciertos aspectos permanecen en el sistema después de transformarse, mientras otros son acompañados hacia la Luz.

Lo que merece nuestra atención es cómo cada enfoque distingue aquello que pertenece al sistema de lo que se experimenta como ajeno.

La importancia de reconocer a quién estamos acompañando

La posibilidad de que una experiencia se presente como ajena al sistema introduce una responsabilidad importante.

La manera en que el facilitador comprende aquello que aparece puede influir profundamente en el proceso.

Si una figura amenazante es interpretada inmediatamente como una entidad externa, podríamos dejar de reconocer una parte protectora que conserva una historia de sufrimiento y necesita ayuda.

Si, por el contrario, asumimos que toda experiencia corresponde necesariamente a una parte personal, podríamos pasar por alto aspectos del relato que merecen una exploración diferente.

En IFS, la actitud inicial hacia aquello que aparece puede mantenerse abierta y curiosa.

Nos interesa conocer cómo se presenta, qué necesita, cuál es su relación con la persona y qué ocurre cuando recibe atención desde Self.

Esa relación ofrece información antes de construir una explicación definitiva.

Furlong desarrolla un procedimiento diferente, apoyado en la intervención del *Transpersonal Self* y en una concepción espiritual más definida sobre la naturaleza de ciertas presencias.

Su trabajo incluye procesos destinados a liberar lo que interpreta como entidades intrusivas.

Schwartz y Falconer, por su parte, han explorado estas experiencias desde el lenguaje de las partes, las cargas y las presencias no adheridas.

Las diferencias entre estos enfoques merecen un análisis más amplio del que podemos realizar aquí.

Pero su encuentro permite reconocer algo importante: el trabajo con la multiplicidad puede conducir hacia experiencias que desafían nuestras categorías habituales.

Y cuanto más compleja resulta la experiencia, más importante es que nuestras interpretaciones no se adelanten a la relación con aquello que aparece.

El respeto por la voluntad de las partes

Hay otro aspecto del trabajo de Furlong que presenta una proximidad significativa con IFS.

En su artículo sobre el Self transpersonal, recuerda una enseñanza que reconoce haber recibido del enfoque de Zinser.

Las subpersonalidades no deberían ser obligadas a cambiar mediante la coerción.

Su voluntad y su disposición para participar en el proceso necesitan ser respetadas.

Furlong considera que la transformación de las partes requiere amor, perdón y acuerdo.

Esta orientación puede reconocerse en nuestro trabajo cotidiano.

Cuando una parte considera que está protegiendo algo importante, intentar imponerle una modificación suele aumentar su desconfianza.

El acompañamiento necesita conocer sus temores y permitirle participar en las decisiones que afectan al sistema.

Una parte puede necesitar tiempo para comprender que existen otras posibilidades.

También puede expresar condiciones que deben ser atendidas antes de aceptar un cambio.

Furlong incorpora este principio dentro de su propio procedimiento, aunque sus interpretaciones acerca de las identidades regresivas y de las presencias espirituales sean diferentes de las que encontramos habitualmente en IFS.

La coincidencia resulta especialmente valiosa porque muestra que el respeto por la autonomía de los interlocutores interiores puede reconocerse en tradiciones distintas.

Y recuerda que no basta con encontrar una parte.

La calidad de la relación que establecemos con ella puede ser decisiva para su transformación.

¿Qué sucede con las identidades después de la transformación?

El trabajo de Furlong introduce también una cuestión que tendrá especial importancia más adelante.

Dentro de su modelo, no todos los aspectos interiores tienen necesariamente el mismo destino después del proceso de sanación.

Como orientación general, describe que los estados del yo vinculados con la vida presente pueden liberar sus cargas y reintegrarse en la organización interior de la persona.

Las identidades atribuidas a existencias anteriores suelen ser acompañadas hacia el plano espiritual.

Sin embargo, Furlong señala que esta distinción admite excepciones.

Algunas partes profundamente traumatizadas de la vida presente pueden, dentro de su concepción, necesitar regresar a la Luz.

Y ciertas identidades procedentes de otras existencias pueden llegar a integrarse en la personalidad actual.

La decisión corresponde, según su modelo, a la orientación del *Transpersonal Self*.

Esto introduce una diferencia interesante respecto de la organización más definida que propone Zinser, en la que los estados del yo de otras vidas encontrarían su integración en el nivel del alma correspondiente a su existencia de origen.

En IFS, la liberación de cargas permite que las partes continúen participando del sistema desde una relación diferente. Las cargas que sostenían pueden dejar de formar parte de su experiencia.

La distinción entre una parte, la carga que lleva y aquello que se experimenta como ajeno adquiere aquí especial importancia.

Pero la cuestión es suficientemente amplia como para merecer un espacio propio.

Cuando examinemos la identidad y la integración, podremos preguntarnos qué permanece, qué se transforma y qué significa realmente que algo deje de formar parte de un sistema interior.

Por ahora, conviene reconocer que los modelos presentan destinos diferentes para las identidades que acompañan.

Y que esas diferencias dependen, en gran medida, de cómo comprenden su relación con la persona actual y con una conciencia más amplia.

Lo que doce entrevistas pueden enseñarnos

La investigación de Furlong ofrece un aporte concreto.

En un conjunto de doce entrevistas realizadas dentro de cuatro modalidades terapéuticas, encontró experiencias y creencias recurrentes sobre la multiplicidad, los estados modificados de conciencia y la dimensión transpersonal de la existencia.

Diez participantes reconocían y trabajaban, de alguna manera, con partes, subpersonalidades o estados del yo.

Los doce expresaban creencias favorables a alguna forma de continuidad de la conciencia después de la muerte.

También compartían alguna convicción acerca de haber vivido anteriormente, aunque la procedencia de esa convicción variaba entre ellos.

Estos hallazgos muestran que las personas entrevistadas compartían ciertos elementos en su comprensión del mundo interior, incluso cuando procedían de escuelas diferentes.

Pero el propio Furlong reconoció las limitaciones de su investigación.

Diez de los doce participantes eran conocidos previamente por él.

Esta circunstancia podía favorecer la presencia de creencias y experiencias semejantes a las que el investigador estaba interesado en explorar.

Además, la muestra era reducida y no incluía un formador de IFS.

Por tanto, no permitía establecer conclusiones representativas sobre la totalidad de los profesionales de esas modalidades.

Furlong tampoco pudo determinar qué contribuía de manera decisiva a los beneficios relatados por los participantes.

¿Eran los estados modificados de conciencia?

¿Las creencias con las que interpretaban sus experiencias?

¿La relación terapéutica y los procedimientos utilizados?

¿O una combinación de estos elementos?

La investigación no permitía distinguirlo.

El autor reconoció igualmente la posibilidad de que determinadas experiencias fueran reconstrucciones o elaboraciones de la memoria que no correspondieran literalmente a acontecimientos externos.

Y señaló que una investigación más amplia podría encontrar también experiencias negativas o dificultades que no habían aparecido suficientemente representadas en su muestra.

Estas observaciones delimitan el alcance de su contribución.

El estudio no demuestra que la conciencia sobreviva a la muerte ni que las identidades regresivas correspondan necesariamente a personas que existieron en otras épocas.

Tampoco permite establecer que los cuatro enfoques produzcan los mismos resultados mediante procedimientos equivalentes.

Lo que sí consigue es reunir testimonios, identificar temas compartidos y mostrar un territorio de experiencias que merece ser investigado con mayor profundidad.

Y esa contribución tiene un valor particular para nosotros.

Furlong proporcionó una comparación explícita entre tradiciones que estamos intentando poner en diálogo.

Un puente que ya estaba tendido

Cuando comenzamos este recorrido, podía parecer que intentábamos aproximar dos mundos que habían evolucionado de manera independiente.

Por un lado, IFS y su comprensión de la multiplicidad natural, las cargas y las relaciones entre partes.

Por otro, las tradiciones regresivas y sus experiencias relacionadas con otras existencias, identidades y continuidad de la conciencia.

El trabajo de Furlong muestra que ese diálogo ya había comenzado.

Su investigación reunió profesionales de distintas modalidades y permitió conocer directamente sus experiencias y sus interpretaciones.

Su propia práctica incorporó elementos del trabajo con subpersonalidades, de la regresión y de una concepción transpersonal del Self.

Esto resulta importante para situar nuestra exploración.

No somos los primeros en reconocer semejanzas entre estos enfoques.

Otros profesionales han identificado puntos de encuentro y han intentado comprenderlos dentro de propuestas más amplias.

Nuestro aporte tendrá que surgir de la profundidad con la que examinemos las experiencias y de las preguntas que formulemos desde nuestra comprensión de IFS.

Furlong ofrece un antecedente valioso porque muestra tanto las coincidencias como las diferencias entre los modelos.

Las partes pueden aparecer en distintos procedimientos, pero su naturaleza y sus relaciones no reciben siempre la misma explicación.

El Self, el Yo Superior y el alma pueden desempeñar funciones que parecen semejantes sin representar necesariamente categorías equivalentes.

Las experiencias atribuidas a otras vidas pueden incluir emociones, recuerdos e identidades diferenciadas, pero los modelos difieren en la manera de comprender su procedencia y su destino.

Y aquello que parece una presencia ajena puede recibir interpretaciones e intervenciones diferentes, incluso dentro de tradiciones que reconocen la multiplicidad.

Estos encuentros nos ofrecen un material especialmente rico.

Pero también nos invitan a conservar una mirada capaz de reconocer diferencias sin convertirlas inmediatamente en contradicciones y semejanzas sin transformarlas en equivalencias.

Hacia una mirada propia

Hemos recorrido las experiencias de Woolger y Tomlinson, los encuentros con subpersonalidades descritos por Aurand y Cannon, la concepción de los estados del yo desarrollada por Zinser y el esfuerzo comparativo de Furlong.

Cada uno nos ha permitido conocer aspectos diferentes del mundo interior.

Algunos relatos presentan cargas que parecen conservar historias anteriores al nacimiento.

Otros muestran voces e identidades que expresan necesidades, toman posiciones y participan de relaciones complejas.

También encontramos propuestas sobre la continuidad de los estados del yo después de la muerte y sobre los procesos mediante los cuales podrían transformarse.

Furlong nos ayuda a reconocer que todos estos fenómenos pueden estudiarse dentro de un territorio de investigación compartido.

La multiplicidad más allá de una vida

Pero su trabajo también muestra que los modelos difieren en sus procedimientos, objetivos y explicaciones.

Ahora estamos en condiciones de avanzar hacia una tarea diferente.

Ya no se tratará principalmente de conocer nuevos autores ni de añadir más relatos.

Podremos observar las experiencias que hemos reunido y preguntarnos qué descubrimos cuando las examinamos desde nuestra comprensión de las partes.

¿Qué relación existe entre una carga y la identidad que parece sostenerla?

¿Cómo reconocer una intención protectora cuando su historia se presenta como procedente de otra existencia?

¿Qué sucede cuando una identidad contiene otras partes?

¿Cómo cambia una relación cuando una parte encuentra seguridad, reconoce el presente o consigue liberar aquello que llevaba consigo?

¿Y qué podemos aprender de las diferentes maneras en que los profesionales han acompañado esas transformaciones?

Estas preguntas nos permitirán comenzar una integración propia.

No necesitaremos decidir de antemano que todas las experiencias describen una misma realidad.

Podremos conservar sus diferencias y explorar lo que cada una añade a nuestra comprensión.

El diálogo entre IFS y las tradiciones transpersonales ya cuenta con antecedentes importantes.

Ahora nos corresponde examinar qué enseñan esas experiencias acerca de las partes, sus historias y sus relaciones.

Porque, si algunas de las experiencias que aparecen en nuestro mundo interior pueden extenderse más allá de una sola existencia, también podría ser necesario ampliar nuestra comprensión de quienes participan en ellas.

Y ese será el trabajo del siguiente capítulo.

PARTE II. LOS EXPLORADORES DEL MUNDO INTERIOR

Capítulo 7. Cuando las partes revelan su propia historia

Cuando el obstáculo comienza a hablar

A veces, el momento más importante de una exploración ocurre cuando algo se niega a continuar.

Una persona quiere acceder a un recuerdo, pero aparece una resistencia. Una voz se opone a determinada intervención. Una identidad rechaza lo que se está mostrando. El cuerpo se tensa o una emoción intensa interrumpe el proceso.

Para quien acompaña, estas situaciones pueden representar dificultades que necesitan resolverse antes de seguir adelante. Pero también pueden señalar la presencia de alguien que tiene algo importante que expresar.

A lo largo de los capítulos anteriores hemos conocido experiencias que comenzaron de esa manera.

Los facilitadores se encontraban realizando regresiones, exploraciones hipnóticas o trabajos con estados del yo cuando aparecían voces, identidades y comportamientos que parecían tener una perspectiva propia.

Algunos protagonistas se mostraban asustados. Otros estaban enfadados, desconfiaban del terapeuta o parecían comprometidos con responsabilidades que les resultaba imposible abandonar.

A veces, lo que surgía se interpretaba como una parte de la personalidad. En otras ocasiones, como una identidad procedente de otra existencia, una figura espiritual o una expresión del subconsciente.

Los modelos que utilizaban los profesionales eran distintos. Sin embargo, al observar sus intervenciones, encontramos un elemento común que merece nuestra atención.

En numerosos casos, el proceso comenzaba a transformarse cuando el facilitador dejaba de intentar avanzar hacia el contenido buscado y comenzaba a relacionarse con aquello que había aparecido.

El cambio podía ser sutil.

En lugar de insistir en acceder a determinada escena, se interesaba por la resistencia. En lugar de intentar eliminar una conducta, exploraba su intención. En lugar de interpretar inmediatamente una figura amenazante, procuraba conocerla.

Esa modificación de la relación constituye uno de los puntos de encuentro más importantes entre las experiencias regresivas y nuestra práctica con IFS.

También permite reconocer diferencias fundamentales entre sus procedimientos, porque facilitar el acceso a una experiencia y establecer una relación con quien parece estar protegiendo ese acceso pueden responder a propósitos distintos.

La multiplicidad más allá de una vida

Cuando una estrategia sobrevive al peligro

Hay conductas que resultan difíciles de comprender mientras las observamos únicamente desde sus consecuencias actuales.

Una persona quiere modificar un hábito, pero encuentra una fuerza interior que se opone. Otra se exige constantemente, aun cuando esa exigencia le provoca sufrimiento. Una tercera experimenta una urgencia difícil de explicar, como si tuviera que cumplir una responsabilidad que nadie más reconoce.

Desde fuera, esas respuestas pueden parecer desproporcionadas. Su significado cambia cuando conocemos la experiencia desde la cual se organizan.

Paul Aurand encontró en Melanie una identidad que utilizaba el consumo de dulces y el aumento de peso como una estrategia de protección. Thomas Zinser describió un general que intentaba advertir a sus soldados de una emboscada, aunque la existencia a la que atribuía aquella misión ya había terminado.

Las historias son muy diferentes, pero muestran un funcionamiento semejante.

En ambas, una conducta que resulta problemática en el presente conserva su sentido dentro de circunstancias anteriores.

La protección de Melanie estaba organizada alrededor de una amenaza infantil. La urgencia del general se relacionaba con una responsabilidad militar que, desde su perspectiva, todavía debía cumplir.

El tiempo había transcurrido, pero la respuesta continuaba activa.

Desde IFS conocemos esta forma de funcionamiento.

Una parte puede seguir reaccionando desde la edad, las creencias o las circunstancias que existían cuando asumió una determinada función.

En ocasiones, la persona adulta ya dispone de recursos suficientes para afrontar situaciones que antes resultaban imposibles de manejar. Pero la parte continúa utilizando las estrategias que aprendió cuando aquellos recursos estaban ausentes.

El interés de esta comparación se encuentra en la diferencia entre la conducta y su intención.

Si atendemos solamente al comportamiento, podríamos pensar que Melanie necesitaba dejar de comer determinados alimentos o que el general debía abandonar una urgencia irracional.

Cuando conocemos las historias, aparecen necesidades distintas.

La identidad de Melanie intenta ofrecer seguridad. El general quiere proteger a las personas que estaban bajo su responsabilidad.

La conducta puede haberse vuelto inadecuada para las circunstancias presentes, pero su intención conserva un significado que merece ser reconocido.

En ambos relatos, la transformación comienza a ser posible cuando el facilitador se interesa por aquello que la identidad intenta conseguir.

Aurand negoció con la identidad de Melanie una nueva manera de contribuir a su seguridad. Zinser procuró ayudar al general a reconocer que se encontraba en otro tiempo.

Las intervenciones intentaron modificar la relación entre una responsabilidad anterior y las condiciones presentes.

Pero sus objetivos posteriores fueron diferentes.

En el trabajo de Aurand, la transformación se orientó hacia una nueva función protectora.

En el relato de Zinser, el general era comprendido como una identidad de otra existencia que podía recibir ayuda del *Higher Self* y encontrar una resolución vinculada con aquella historia.

Las explicaciones y los destinos propuestos pertenecen a modelos diferentes.

Lo que comparten es el reconocimiento de que una respuesta aparentemente problemática puede estar organizada alrededor de una necesidad que continúa teniendo sentido para quien la sostiene.

Y esa comprensión modifica profundamente la manera de acompañarla.

La intención se revela poco a poco

En IFS estamos habituados a buscar la buena intención de los protectores.

Pero conocer este principio y reconocerlo durante una sesión son experiencias diferentes.

Algunas partes se presentan de forma hostil. Otras parecen completamente comprometidas con una conducta que está perjudicando a la persona.

A veces, la propia persona siente tanta aversión hacia ellas que resulta difícil aproximarse con curiosidad.

En esas condiciones, la intención protectora suele necesitar tiempo para revelarse.

Podemos comenzar escuchando qué quiere la parte, qué teme y qué considera importante. A medida que se desarrolla la relación, aparecen aspectos de su historia que inicialmente permanecían ocultos.

En el relato de Ned, también acompañado por Aurand, la crítica severa hacia su rendimiento físico apareció relacionada con el intento de evitar el fracaso y la vergüenza.

La exigencia tenía un propósito que quedaba oculto detrás de su dureza.

La transformación que describe Aurand permitió que aquella función se orientara hacia una forma de acompañamiento más constructiva.

Desde IFS, el interés estaría tanto en comprender esa intención como en conocer las experiencias y relaciones que habían llevado a la parte a asumir un papel tan extremo.

También podríamos preguntarnos qué otros aspectos del sistema estaban involucrados y cuáles eran las experiencias vulnerables que la crítica intentaba evitar.

Reconocer la intención protectora constituye un avance importante, pero la parte puede continuar temiendo profundamente lo que ocurriría si abandonara su función.

Por eso necesitamos interesarnos también por aquello que protege.

Una parte puede comprender que existen otras posibilidades y seguir sintiendo que su estrategia es indispensable.

La relación permite descubrir esas diferencias.

Y, en ocasiones, la historia comienza a revelarse precisamente cuando la parte expresa su oposición a continuar.

Lo que nos dice un «no»

En las historias de Mona, Andy y la Sacerdotisa encontramos tres expresiones de resistencia.

Mona se opone a la indicación de Cannon de que una criatura regrese al subconsciente.

Andy rechaza intensamente una identidad regresiva que Newton le propone observar.

La Sacerdotisa se niega a hablar con Zinser porque es hombre.

Las tres situaciones presentan un límite, pero cada una expresa una experiencia diferente.

En Mona, la negativa aparece durante un intercambio con Cannon y modifica el curso de la intervención.

En Andy, el rechazo se dirige hacia una identidad que aparece durante la regresión. Newton utiliza una metáfora cinematográfica que le permite recuperar cierta sensación de control y observar la experiencia desde otra posición.

La Sacerdotisa, en cambio, se presenta explícitamente como una interlocutora con una identidad y una historia que explican su desconfianza.

Conviene distinguir quién expresa cada negativa.

La Sacerdotisa se presenta como una interlocutora diferenciada, con una identidad y una historia propias. En Mona y Andy, quien expresa la negativa es la propia persona acompañada. Desde IFS, esto abre la posibilidad de explorar qué partes pueden estar participando en esa reacción.

En los tres casos aparece un límite, pero la manera en que se manifiesta y la relación que podemos establecer con él son diferentes.

Puede señalar miedo, desacuerdo, necesidad de seguridad o una percepción de peligro que el facilitador todavía desconoce.

Pero hay otra experiencia de Andy Tomlinson que añade una dimensión especialmente interesante.

Se trata de Wendy, una consultante diferente de la Wendy acompañada por Roger Woolger que conocimos en el capítulo 3. Su experiencia es relatada por Tomlinson en *Sanando el alma eterna*.

Esta Wendy encontró dificultades para comenzar una regresión.

Cuando se acostó para iniciar el proceso, expresó una sensación de imposibilidad: «No creo que pueda hacerlo».

Tomlinson, en lugar de intentar superar la resistencia mediante persuasión, la invitó a repetir la frase y permanecer en contacto con lo que estaba experimentando.

La tensión corporal adquirió importancia. Wendy adoptó una postura con las manos sobre la cabeza, y a partir de esa experiencia comenzó a surgir una escena atribuida a otra existencia.

En ella aparecía una anciana sometida a violencia por terratenientes, que se resistía a revelar información.

Aquella mujer exclamaba: «No puedo hacerlo».

La negativa que Wendy había expresado al comienzo de la sesión —«No creo que pueda hacerlo»— reaparecía ahora dentro de la escena regresiva, con palabras muy semejantes.

Lo que inicialmente parecía impedir el acceso a la experiencia resultó ser una expresión de la misma historia que comenzaba a aparecer.

La resistencia estaba relacionada con una situación en la que guardar silencio había tenido un sentido profundamente protector.

Esta experiencia añade una cuarta posibilidad a las negativas que venimos examinando.

En Mona encontramos oposición a una intervención.

En Andy, rechazo de una identidad evocada.

En la Sacerdotisa, desconfianza hacia el interlocutor.

En Wendy, la negativa parece conservar una historia propia.

La expresión aparece primero en la voz de la consultante y posteriormente dentro de la escena regresiva. Seguirla permite acercarse a las circunstancias desde las que adquiere sentido.

Para quienes trabajamos con IFS, esa secuencia tiene una resonancia especial.

Cuando una parte dice que algo resulta imposible, podemos interesarnos por cuándo comenzó a sentirse así, qué ocurrió entonces y qué teme que suceda si actúa de otra manera.

A veces descubrimos que una respuesta actual se encuentra vinculada con condiciones anteriores que la parte continúa considerando vigentes.

Lo interesante del caso de Tomlinson es que esta exploración ocurre dentro de una regresión.

El facilitador utiliza la resistencia como vía de acceso al contenido, en lugar de tratarla como una dificultad que debe desaparecer.

Eso nos muestra una proximidad importante entre procedimientos que, aunque tienen objetivos diferentes, pueden compartir una actitud de curiosidad hacia lo que aparece.

Acceso y permiso

En las técnicas regresivas, las intervenciones destinadas a facilitar el acceso tienen una función importante.

La persona puede experimentar dificultades para entrar en trance, mantener una atención analítica intensa o sentir temor ante determinados contenidos.

Algunos facilitadores utilizan relajación, sugestión, metáforas o diálogo con aspectos interiores para ayudarla a continuar.

En el caso de Steve, Dolores Cannon trabajó con una conciencia analítica que parecía dificultar la exploración.

La multiplicidad más allá de una vida

En otras experiencias, Michael Newton utilizó recursos orientados a regular la intensidad de las escenas regresivas y permitir que la persona conservara cierta sensación de control.

Estos procedimientos pueden facilitar el encuentro con experiencias que inicialmente resultaban difíciles de explorar.

Aquí aparece una distinción que considero especialmente importante a partir de mi conocimiento de la escuela de Vida Entre Vidas desarrollada por Michael Newton.

En las prácticas VEV que he conocido, el trabajo con partes suele utilizarse principalmente para resolver obstáculos que dificultan el acceso a la experiencia entre vidas.

El propósito central de la sesión es explorar ese estado de conciencia, acceder a recuerdos atribuidos al recorrido del alma y conocer las experiencias que allí puedan aparecer.

Cuando surge una parte que impide avanzar, el facilitador puede dialogar con ella, conocer sus reservas e intentar encontrar condiciones que permitan continuar.

La parte ocupa entonces un lugar importante dentro del proceso, aunque el objetivo principal de la exploración se encuentre más allá de ella.

En IFS, la organización es diferente.

La relación con las partes constituye el propósito central del acompañamiento.

Nos interesa conocerlas, comprender sus funciones y explorar las relaciones que mantienen dentro del sistema.

Cuando una parte protege una experiencia vulnerable, su disposición para permitir el acceso forma parte esencial del trabajo.

El permiso de los protectores adquiere así un significado particular.

Una parte puede estar intentando evitar que la persona vuelva a experimentar algo que considera intolerable.

Si conseguimos acceder a ese contenido sin comprender sus temores, podemos haber avanzado hacia la escena y dejado sin atender una dimensión importante del sistema.

En IFS, la exploración de esas reservas constituye una oportunidad para construir seguridad y confianza.

La parte puede necesitar conocer a Self, reconocer recursos presentes o recibir garantías acerca de cómo será acompañada la experiencia que protege.

También puede necesitar tiempo.

Esta diferencia entre objetivos permite comprender por qué dos facilitadores pueden utilizar herramientas semejantes y desarrollar procesos diferentes.

En una regresión VEV, el diálogo con una parte puede facilitar el acceso a la experiencia entre vidas.

En IFS, ese diálogo constituye ya una parte fundamental del proceso transformador.

La distinción admite matices.

La multiplicidad más allá de una vida

Dentro de las tradiciones regresivas encontramos profesionales, como Paul Aurand y Thomas Zinser, que han desarrollado un trabajo extenso con subpersonalidades y estados del yo, otorgándoles una importancia que excede la resolución de obstáculos.

También encontramos intervenciones como la de Tomlinson con Wendy, en las que la resistencia se convierte en el camino hacia una historia que necesita atención.

Y en IFS, los objetivos tampoco se reducen a conseguir descargas. La construcción de relaciones duraderas entre Self y las partes es una dimensión esencial del acompañamiento.

La comparación permite reconocer algo más profundo que una diferencia técnica.

Una misma herramienta puede adquirir significados distintos según el lugar que ocupa dentro del proceso.

El acceso puede representar un paso hacia el objetivo de una sesión.

En IFS, la manera en que se construye ese acceso forma parte de la transformación que buscamos acompañar.

Cuando el pasado descubre el presente

Entre las intervenciones que hemos conocido, algunas muestran una semejanza particularmente importante con el trabajo de actualización temporal en IFS.

La identidad de Melanie necesitaba descubrir que el peligro del que intentaba protegerla ya había terminado.

El general de Theresa necesitaba reconocer que las tropas a las que intentaba salvar pertenecían a otro tiempo.

Y Marasena necesitaba experimentar una seguridad diferente de la que había conocido durante su historia de dominación.

En los tres casos, el paso del tiempo había dejado intacta una respuesta que continuaba organizada alrededor de circunstancias anteriores.

Conocer el presente podía modificar profundamente su comprensión.

En IFS, la actualización temporal permite que una parte descubra que la persona ha crecido, que las circunstancias cambiaron y que existen recursos que antes estaban ausentes.

A veces, ese reconocimiento transforma de inmediato la percepción de peligro.

Otras veces, la parte necesita una experiencia adicional de seguridad.

Puede requerir la presencia de Self, el acompañamiento de una experiencia vulnerable o la posibilidad de abandonar el escenario donde continúa sintiéndose atrapada.

Por eso, actualización y rescate representan movimientos relacionados, aunque diferentes.

La actualización permite reconocer el presente.

El rescate ofrece a una parte vulnerable la posibilidad de salir de la situación traumática y encontrar un lugar donde pueda sentirse segura.

La intervención propuesta por Gerod para Marasena resulta especialmente interesante en este contexto.

La multiplicidad más allá de una vida

Su idea de encontrar un pasado y llevarlo hacia el futuro, para que pueda recrearse en un lugar de paz, presenta una proximidad notable con ambos movimientos.

Marasena podría conocer los recursos de Candace y descubrir una forma de seguridad que ya no dependiera de continuar luchando.

La transformación implicaría experimentar condiciones diferentes de aquellas que habían organizado su historia.

En esa semejanza encontramos un puente muy fértil entre las tradiciones regresivas e IFS.

Una experiencia anterior puede adquirir un significado nuevo cuando quien la sostiene descubre que el presente ofrece otras posibilidades.

Los modelos, sin embargo, desarrollan esa transformación dentro de concepciones diferentes.

Zinser comprende a Marasena como una identidad de otra existencia que puede encontrar posteriormente su integración en el nivel del alma correspondiente a aquella vida.

En IFS, la actualización y el rescate se desarrollan dentro de la relación de Self con las partes y las experiencias vulnerables que necesitan acompañamiento.

La semejanza se encuentra en el movimiento transformador que permite reconocer un presente distinto.

Las explicaciones acerca de la identidad y su destino corresponden a cada modelo.

El cuerpo también participa de la historia

Las experiencias que parecen conservar un pasado pueden expresarse mediante palabras, imágenes y emociones, pero también a través del cuerpo.

A veces aparece una sensación persistente. En otras ocasiones, la persona adopta una postura o experimenta un impulso de movimiento que adquiere sentido durante la exploración.

En el caso de Sally, acompañado por Andy Tomlinson, el trabajo regresivo permitió representar y completar una respuesta defensiva que había quedado interrumpida dentro de la escena experimentada.

El cuerpo participó activamente del proceso.

Esto merece atención porque, desde IFS, las partes también pueden manifestarse mediante sensaciones físicas, tensiones, impulsos y movimientos.

Una parte puede sentirse en el pecho, en el estómago o en la garganta. También puede expresar mediante una postura algo que todavía no encuentra palabras para comunicar.

La experiencia corporal puede convertirse en una vía de acceso a una relación más profunda con aquello que aparece.

Con frecuencia, prestar atención a una sensación permite que surjan emociones, imágenes o recuerdos asociados a ella.

El cuerpo ofrece entonces una forma de conocer la experiencia desde dentro, atendiendo a su expresión presente.

La interpretación posterior puede variar.

La multiplicidad más allá de una vida

Una escuela regresiva puede comprender determinada sensación como la persistencia de una experiencia de otra existencia.

En IFS, podemos explorar si existe una parte relacionada con ella, conocer su perspectiva y descubrir qué necesita.

Ambas aproximaciones pueden encontrar en el cuerpo una vía de exploración, aunque el significado que atribuyen a sus contenidos sea diferente.

La experiencia corporal merece atención por lo que expresa y por las posibilidades relacionales que abre.

Su procedencia puede continuar siendo objeto de investigación, mientras la persona desarrolla una comprensión más profunda de lo que está viviendo.

Cuando una voz reclama reconocimiento

Hay otro grupo de experiencias que muestra una dimensión especialmente importante del trabajo relacional.

En el caso de Fred, acompañado por Dolores Cannon, una voz interior expresaba el dolor de sentirse poco reconocida y escasamente amada.

La relación con el intelecto había sido conflictiva, aunque el propio relato indicaba que cierta transformación hacia una relación más amistosa ya había ocurrido antes de aquella sesión.

La voz continuaba necesitando reconocimiento.

En Ned, la parte crítica utilizaba la exigencia como una manera de intentar prevenir el fracaso y la vergüenza.

La comparación muestra diferentes posiciones dentro de una relación interior.

Una voz se siente negada y reclama afecto.

Otra utiliza la crítica para intentar evitar un sufrimiento anticipado.

Desde IFS, ambas experiencias pueden invitarnos a explorar las relaciones entre partes.

Una parte crítica puede estar polarizada con otra que se siente herida por sus ataques.

Una parte que reclama atención puede estar reaccionando frente a aspectos del sistema que intentan silenciarla.

La relación con la primera parte puede necesitar que atendamos también a quienes reaccionan frente a ella.

El caso de Fred permite reconocer algo especialmente significativo: la actitud de la persona hacia una parte puede convertirse en una dimensión central de su sufrimiento.

Una parte puede sentirse rechazada, ignorada o maltratada por otros aspectos del sistema.

Entonces, la transformación de su comportamiento puede depender también de cómo cambia esa relación.

El interés que muestra Cannon por lo que aquella voz necesita permite comprender por qué el diálogo adquiere tanta importancia.

En IFS, la pregunta acerca de cómo se siente la persona hacia una parte nos ofrece una vía directa para reconocer esas relaciones.

Cuando aparece rechazo, temor, irritación o impaciencia, podemos interesarnos por las partes que sostienen esas actitudes.

A veces, el trabajo más importante consiste en permitir que esos otros aspectos reciban también atención.

La relación se vuelve más amplia y el sistema puede comenzar a organizarse de otra manera.

Este movimiento ofrece una posibilidad para profundizar algunas de las experiencias descritas por los regresionistas, conservando el significado que tuvieron dentro de sus propios modelos.

La imagen que asusta y la historia que la explica

En los capítulos anteriores conocimos dos experiencias donde apareció una figura identificada inicialmente con el Diablo.

En la historia de Sharon, Wendie Webber interpretó aquella presencia como una subpersonalidad vinculada con el miedo y la culpa de su infancia religiosa.

En el relato de Michael Newton, una figura que aterrorizaba a un antiguo predicador terminó siendo reconocida como Scanlon, un guía espiritual que, según la interpretación del autor, había adoptado aquella apariencia para ofrecerle una enseñanza.

Las imágenes iniciales eran semejantes.

Sus explicaciones fueron muy diferentes.

Esta comparación permite reconocer la importancia de explorar aquello que aparece antes de atribuirle una identidad definitiva.

Una figura puede utilizar un nombre cargado de significado religioso o adoptar una apariencia amenazante.

Su presentación inicial constituye una parte de la experiencia, pero la relación puede revelar otras dimensiones.

En el relato de Webber, la historia psicológica de miedo y culpa fue fundamental para comprender aquella figura.

En el de Newton, la imagen adquirió un significado espiritual y pedagógico.

Cada interpretación pertenece al contexto del que surge.

Esto también resulta importante dentro de IFS.

Un protector puede presentarse como una figura amenazante porque sus estrategias son extremas o porque utiliza imágenes que expresan el sufrimiento que intenta manejar.

Nuestro corpus también recoge experiencias de cargas no adheridas y presencias interpretadas como ajenas al sistema.

La exploración de la relación con la persona adquiere entonces una importancia central.

Podemos conocer qué quiere esa figura, qué teme, cómo responde a la presencia de Self y qué sucede cuando encuentra una actitud de curiosidad y compasión.

La multiplicidad más allá de una vida

La historia de Sharon permite apreciar especialmente la importancia de modificar la relación con aquello que inicialmente producía temor.

Pero contiene también una enseñanza adicional sobre el alcance de las transformaciones, a la que volveremos más adelante.

Cuando la figura parece un guía

El problema de las identidades también aparece cuando una presencia se presenta como luminosa, sabia o protectora.

La persona puede interpretarla como un guía espiritual, especialmente cuando sus mensajes parecen ofrecer orientación.

Tom Holmes describe una experiencia con Sue en la que una figura que inicialmente parecía representar una presencia espiritual terminó siendo comprendida como una parte protectora que había asumido una apariencia de guía.

El caso añade una inversión interesante al contraste anterior.

Una figura aparentemente oscura puede revelar una historia vulnerable.

Una presencia que parece representar una sabiduría superior puede expresar necesidades y estrategias propias de un protector.

La apariencia inicial abre la exploración; la relación permite conocer más profundamente a quien se presenta.

En IFS, una parte puede utilizar imágenes o funciones espirituales que tienen un significado importante para la persona.

Puede encontrar seguridad en determinadas creencias, representar una figura religiosa o asumir un papel de orientación que considere indispensable.

También podemos encontrarnos con experiencias que el consultante vive genuinamente como encuentros con guías o presencias espirituales.

En esos casos, la curiosidad permite conocer el significado de la experiencia y observar cómo se desarrolla la relación.

La figura puede revelar temores, necesidades o intenciones que inicialmente resultaban poco visibles.

Y aquello que parecía representar una identidad puede adquirir otro significado a medida que la exploración avanza.

El discernimiento implica una disposición a revisar nuestras primeras impresiones.

A veces, la información más importante aparece cuando dejamos que la experiencia se desarrolle antes de clasificarla.

La relación modifica el proceso

Los relatos que hemos recorrido muestran intervenciones orientadas hacia objetivos diferentes.

Algunos facilitadores buscan modificar una conducta problemática.

Otros procuran completar una experiencia interrumpida, facilitar el acceso a un recuerdo o acompañar una identidad atribuida a otra existencia.

También encontramos procesos dirigidos hacia la liberación espiritual y experiencias de contacto con dimensiones más amplias de conciencia.

Dentro de esa diversidad, aparece una dimensión relacional que atraviesa varios modelos.

Una identidad desconfía y necesita seguridad.

Otra continúa comprometida con una responsabilidad anterior y necesita reconocer el presente.

Una voz reclama afecto.

Una parte crítica intenta evitar la vergüenza.

Una figura que parecía amenazante puede mostrarse de otra manera cuando encuentra una relación diferente.

En cada caso, el facilitador se aproxima a una experiencia que posee su propia organización.

La transformación puede comenzar cuando esa experiencia encuentra condiciones nuevas para expresarse.

Desde IFS conocemos el valor de esa relación.

Las partes pueden modificar sus estrategias cuando se sienten comprendidas, reconocen que ya no están solas y descubren que existe una presencia capaz de acompañarlas.

Algunas necesitan tiempo para confiar.

Otras requieren que atendamos primero a quienes temen que cambien.

En ciertos casos, una parte necesita conocer mejor a la persona actual antes de aceptar que existen alternativas a su manera habitual de actuar.

Esta comprensión ofrece una contribución especialmente importante a nuestra lectura de los relatos transpersonales.

Nos permite prestar atención a las condiciones relacionales que hacen posible una transformación.

La historia puede ser extraordinaria, pero quien aparece puede necesitar algo tan sencillo y tan profundo como ser escuchado con respeto.

Distintas clases de transformación

Al comparar los relatos, también necesitamos distinguir qué cambió durante cada intervención.

En algunos casos, una identidad reconoció circunstancias presentes que desconocía.

En otros, una parte recibió una función diferente.

A veces se describe una disminución del sufrimiento, una sensación de alivio corporal o una modificación en la relación con otra voz interior.

La multiplicidad más allá de una vida

También hemos conocido procesos donde los facilitadores interpretaron que una identidad había regresado al plano espiritual o encontrado un lugar de integración.

Estas transformaciones pueden estar relacionadas, pero tienen significados diferentes.

Aquí resulta particularmente interesante volver a Wendie Webber y a su experiencia con Sharon.

La propia autora revisó retrospectivamente aquella intervención.

Webber relata que, en ese momento de su trayectoria, todavía estaba desarrollando los conocimientos y las habilidades que hoy considera necesarios para acompañar una experiencia de ese tipo.

Durante la sesión, consiguió generar un estado emocional positivo suficientemente intenso como para que la parte hostil decidiera retirarse.

La intervención produjo un alivio significativo.

Meses después, según su relato, Sharon todavía conservaba resultados positivos.

Sin embargo, Webber reconoció que aquel procedimiento había conseguido principalmente que la parte se apartara.

Con el conocimiento que adquirió posteriormente, habría preferido continuar explorando el sentimiento hasta encontrar la experiencia que había originado aquella configuración interior.

Su interés habría estado en ayudar a Sharon a comprender la historia de esa parte, reconocer su sufrimiento y desarrollar una relación diferente con ella.

La autora considera que ese trabajo habría ofrecido posibilidades de transformación e integración más profundas.

Su reflexión nos permite reconocer una diferencia esencial.

Conseguir que una parte deje de manifestarse puede producir alivio. Ayudarla a liberar sus cargas y transformar sus relaciones constituye otro proceso.

La primera experiencia puede ser importante y beneficiosa para la persona.

La segunda busca atender también aquello que mantiene a la parte atrapada en su historia.

La autocrítica de Webber resulta especialmente valiosa porque procede de una profesional que revisa su propio trabajo a la luz de lo que aprendió posteriormente.

Su relato conserva el beneficio que Sharon experimentó y, al mismo tiempo, reconoce las posibilidades que quedaron sin explorar.

Desde IFS, esta distinción nos resulta familiar.

Una parte puede retirarse, reducir su intensidad o aceptar temporalmente que otra tome el control.

También puede cambiar de función después de conocer recursos que antes estaban ausentes.

Y puede llegar a liberar las cargas que sostenía, modificando profundamente su experiencia y sus relaciones con el sistema.

La multiplicidad más allá de una vida

Cada movimiento merece ser comprendido por lo que aporta.

Además, el seguimiento tiene importancia.

Un alivio inmediato, una transformación que se mantiene durante meses y una integración profunda descrita después de un proceso prolongado ofrecen información diferente.

En nuestro corpus encontramos relatos de cambios duraderos, mejoras atribuidas a determinadas sesiones y experiencias cuyo desenlace conocemos principalmente a través de la interpretación del facilitador.

Distinguirlos permite comprender mejor los procesos sin reducir su riqueza.

También prepara una pregunta que tendrá especial importancia más adelante: qué significa realmente la integración cuando los modelos comprenden de manera diferente la naturaleza de aquello que está siendo acompañado.

Cuando la historia procede de otra existencia

Hasta aquí hemos considerado semejanzas entre intervenciones realizadas dentro de diferentes modelos.

Pero nuestro libro tiene una pregunta que atraviesa todas estas comparaciones.

¿Qué sucede cuando una parte parece conservar una historia anterior al nacimiento de la persona?

En IFS, la relación con una parte puede comenzar antes de disponer de una explicación definitiva acerca de su origen.

Podemos conocer qué siente, qué teme y qué necesita.

Podemos explorar las relaciones que mantiene con otras partes y atender a las experiencias que aparecen.

Si surge una escena atribuida a otra existencia, esa escena pasa a formar parte de lo que la persona está experimentando.

Como vimos en el capítulo 1, el propio Richard Schwartz ha relatado encuentros con partes que presentan escenas comprendidas por los consultantes como procedentes de otras vidas.

En esas situaciones, describe el empleo de la misma secuencia de atestiguamiento, rescate y liberación de cargas que utiliza en experiencias personales y de legado.

Se trata de un antecedente importante dentro de IFS.

El trabajo puede continuar atendiendo a lo que necesita la parte y a la relación que mantiene con Self, mientras la pregunta sobre la procedencia última de la escena conserva su propio lugar.

Las experiencias pueden adquirir significados diferentes.

La persona puede comprenderlas como recuerdos literales de otra existencia.

Pueden expresar contenidos simbólicos de enorme intensidad.

También pueden estar relacionadas con historias familiares, culturales o con otras formas de organización de la experiencia que todavía comprendemos parcialmente.

La multiplicidad más allá de una vida

La relación con aquello que aparece ofrece información importante acerca de su funcionamiento presente.

¿La identidad teme algo?

¿Intenta evitar un sufrimiento?

¿Se siente sola o rechazada?

¿Reconoce a la persona actual?

¿Puede experimentar las condiciones presentes?

¿Necesita que algo cambie antes de continuar?

Estas preguntas permiten conocer la experiencia desde su propia perspectiva.

Y nos ofrecen una manera de acompañar historias transpersonales conservando lo que hemos aprendido de IFS.

La multiplicidad puede expresar experiencias que exceden nuestra comprensión habitual de la biografía.

La relación con las partes continúa siendo un recurso valioso para explorarlas.

La aportación de una mirada relacional

Después de conocer las experiencias de diferentes autores, comienza a hacerse visible una posibilidad que considero central para El Caldero.

Podemos acercarnos a los relatos transpersonales reconociendo una dimensión que atraviesa sus diferentes explicaciones.

Esa dimensión está formada por las relaciones.

Un protagonista interior se opone a otro.

Una identidad intenta cumplir una responsabilidad.

Una voz se siente rechazada.

Una parte vulnerable necesita ayuda.

Una figura que parecía amenazante puede mostrarse de otra manera cuando encuentra una relación diferente.

Estas dinámicas pueden observarse y explorarse desde distintos modelos.

Las explicaciones acerca de su origen pueden variar, pero las relaciones que aparecen durante el encuentro merecen atención por derecho propio.

Esto tiene una consecuencia importante para nuestra investigación.

Si las identidades pueden conservar historias que atraviesan diferentes existencias, también podrían conservar formas de relación con otras identidades, con el peligro, con sus responsabilidades y con la conciencia que intenta acompañarlas.

La continuidad de una historia podría incluir algo más que recuerdos.

La multiplicidad más allá de una vida

Podría involucrar una organización de necesidades, intenciones y vínculos.

Los relatos de Zinser y Furlong nos permiten explorar esa posibilidad.

También nos recuerdan que, dentro de las experiencias regresivas, podemos encontrar identidades que parecen contener otras partes y que se relacionan con dimensiones más amplias de conciencia.

Desde IFS, nuestro interés por la multiplicidad natural permite formular preguntas que amplían ese horizonte.

¿Cómo se organiza una relación cuando las identidades parecen proceder de distintas existencias?

¿Qué ocurre con las partes de una personalidad que se experimenta como anterior?

¿Una carga puede continuar mientras cambian las identidades que la sostienen?

¿Y qué sucede con las relaciones internas cuando una experiencia encuentra resolución?

Estas preguntas pertenecen a una exploración que apenas estamos comenzando.

Pero ya podemos reconocer el valor de considerar las relaciones como una dimensión importante de las experiencias transpersonales.

Podemos conocer a un interlocutor interior antes de comprender plenamente su naturaleza.

También podemos acompañar una transformación mientras seguimos investigando la procedencia de su historia.

Aquí IFS ofrece una contribución especialmente valiosa.

Su comprensión de las partes nos invita a reconocer que aquello que parece problemático puede estar organizado alrededor de necesidades, temores y relaciones que todavía desconocemos.

Y su atención a la presencia de Self permite desarrollar una forma de encuentro en la que esas experiencias pueden ser exploradas con curiosidad, compasión y claridad.

Los relatos transpersonales, por su parte, amplían el horizonte de las historias que podemos encontrar.

Nos presentan identidades que parecen proceder de otras épocas, experiencias de sufrimiento que atraviesan la biografía consciente y propuestas sobre la continuidad de la conciencia más allá de una vida.

El encuentro entre ambos territorios puede enriquecer nuestra comprensión.

IFS nos enseña a relacionarnos con las partes. Las experiencias transpersonales nos invitan a preguntarnos hasta dónde pueden extenderse sus historias.

Esa relación entre ambos campos representa una de las posibilidades más fértiles de nuestra investigación.

Y también nos prepara para formular una pregunta todavía mayor.

La multiplicidad más allá de una vida

El umbral de una pregunta mayor

Hasta ahora hemos examinado experiencias que parecen extender la historia de ciertas identidades hacia existencias anteriores.

Hemos conocido estados del yo que conservan responsabilidades, temores y necesidades vinculados a circunstancias que la personalidad actual desconoce.

También hemos encontrado propuestas según las cuales algunos de esos aspectos pueden continuar después de la muerte y volver a manifestarse durante otra vida.

Pero hay una cuestión que todavía necesitamos explorar en toda su amplitud.

Cuando una persona muere, ¿qué es exactamente lo que continúa?

¿Permanece la memoria de lo vivido?

¿Continúan las cargas que no encontraron resolución?

¿Conservan su identidad algunos aspectos diferenciados de la personalidad?

¿O es una conciencia más amplia la que reúne las experiencias de distintas existencias?

Estas posibilidades plantean problemas diferentes.

La permanencia de una memoria puede explicar la reaparición de una experiencia anterior sin establecer necesariamente la continuidad de una identidad diferenciada.

Una identidad regresiva que aparece durante una sesión invita a investigar su naturaleza y su relación con la persona que la experimenta.

Y una conciencia que se presenta como más amplia que la personalidad actual puede mantener con las partes relaciones que todavía conocemos parcialmente.

Para avanzar necesitamos dirigir nuestra mirada hacia las investigaciones y testimonios relacionados específicamente con la muerte y con la continuidad de la conciencia.

Encontraremos experiencias cercanas a la muerte, relatos procedentes de la atención al final de la vida, regresiones hacia estados entre existencias y diferentes propuestas sobre aquello que permanece después de abandonar el cuerpo.

Ese territorio nos permitirá formular con mayor precisión la pregunta que viene acompañándonos desde el comienzo.

Ya hemos considerado la posibilidad de que la historia de una parte comience antes del nacimiento.

Ahora necesitamos explorar qué sucede con esa historia cuando termina la vida física.

Parte III. Más allá de la muerte

Capítulo 8. ¿Qué continúa cuando morimos?

Una promesa frente a la muerte

Richard Schwartz creyó que iba a morir ahogado.

Se encontraba en el mar, atrapado por una corriente que lo arrastraba y le impedía regresar a la costa. Las olas dificultaban su respiración y el esfuerzo comenzaba a agotarlo.

En su interior, las partes estaban aterradas.

Gritaban que iban a morir.

Schwartz procuró dejar de estar mezclado con el miedo de sus partes y establecer contacto con ellas desde Self. En medio del peligro, pudo ofrecerles algo que consideraba fundamental: su presencia.

Les dijo que era posible que murieran, pero que estaría con ellas durante todo el tiempo.

Finalmente consiguió salir del agua.

Años después, durante un seminario sobre la espiritualidad de IFS, una profesional dedicada al acompañamiento de personas al final de la vida le formuló una pregunta que iba directamente al corazón de nuestra investigación.

¿Qué sucede con nuestras partes cuando estamos muriendo?

Schwartz recordó aquella experiencia en el mar y habló de la importancia de acompañar amorosamente a las partes durante la transición.

También mencionó una sesión realizada con su amigo Derek Scott, quien padecía una enfermedad terminal y se preparaba para una muerte médicamente asistida en Canadá.

Durante ese encuentro, lo invitó a contactar con las partes que tenían miedo de morir y a recibir la ayuda de sus guías espirituales.

Schwartz describió aquella experiencia como profundamente significativa para ambos.

Pero cuando llegó la pregunta acerca de lo que ocurre con las partes después de la muerte, su respuesta fue diferente.

Reconoció que realmente lo desconocía.

Ignoraba si acompañaban a la persona hacia ese otro mundo o qué sucedía exactamente con ellas.

La distinción es extraordinariamente importante.

La multiplicidad más allá de una vida

Schwartz había encontrado una manera de acompañar desde Self a las partes que temían morir. También reconocía el valor de preparar el sistema interior para la transición.

Pero eso todavía dejaba abierta la pregunta acerca de su destino posterior.

Y aquí comienza nuestro siguiente recorrido.

Porque, si consideramos que la conciencia puede continuar después de la muerte, necesitamos preguntarnos también qué sucede con su multiplicidad.

¿Continúan las partes que conocemos durante la vida?

¿Persisten las heridas que llevan consigo?

¿Conservamos nuestra personalidad, nuestros recuerdos y nuestras relaciones?

¿O algunas dimensiones de nuestra experiencia se transforman al abandonar el cuerpo?

La despedida de Derek Scott

Derek Scott ofrece un testimonio especialmente conmovedor sobre lo que significa acompañar a las partes cuando se aproxima la muerte.

Este terapeuta canadiense, profundamente comprometido con IFS, conocía la gravedad de su enfermedad y se preparaba conscientemente para morir.

Durante ese período compartió públicamente sus reflexiones y experiencias interiores.

En una de sus despedidas expresó una convicción espiritual muy clara:

«Estoy pasando a convertirme en un ancestro… como ancestro estaré disponible: solo llamen».

Scott comprendía que el recorrido de su alma continuaría más allá de aquella existencia física.

Esta perspectiva le permitía acercarse a la muerte desde una sensación de continuidad y significado.

Pero también describió el trabajo que necesitó realizar con sus partes.

Entre los primeros aspectos que encontró estaban dos protectores a los que llamó los «gemelos»: la negación y la incredulidad.

Estas partes intentaban manejar una realidad que resultaba profundamente difícil de aceptar.

Scott las atendió antes de aproximarse a los sentimientos más vulnerables.

Cuando pudo conocerlas y acompañarlas, aparecieron otras partes cargadas de tristeza, protesta y arrepentimiento.

Una de ellas sentía que era demasiado pronto para morir.

Scott pudo aproximarse a estas partes desde Self y ofrecerles comprensión.

A través de ese proceso describió una transformación hacia la gratitud y una paz interior profunda.

Su testimonio tiene un valor especial porque procede de alguien que estaba viviendo conscientemente la proximidad de su muerte.

La multiplicidad más allá de una vida

Conocía IFS desde una larga trayectoria profesional y utilizó ese conocimiento para acompañar su propia transición.

Podemos reconocer una continuidad entre su experiencia y la que Schwartz relató acerca del ahogamiento.

Ambos encontraron partes que temían morir.

Y ambos recurrieron a la presencia de Self para acompañarlas.

Pero Scott añadió algo desde su propia perspectiva espiritual: la convicción de que su alma seguiría su recorrido.

Su experiencia pertenece al territorio del acompañamiento antes de morir. Su afirmación acerca de convertirse en ancestro expresa su comprensión espiritual de lo que vendría después.

Ambas dimensiones merecen ser reconocidas.

Y juntas abren una pregunta especialmente interesante.

Si una persona puede acercarse a la muerte habiendo desarrollado una relación amorosa con sus partes, ¿qué sucede con esa organización interior cuando termina la vida física?

Para avanzar necesitamos distinguir qué es exactamente lo que podría continuar.

¿Qué es exactamente lo que podría continuar?

Imaginemos a una persona que durante su infancia vivió una experiencia de abandono.

Una parte quedó profundamente herida. Otra asumió la responsabilidad de evitar que aquel sufrimiento volviera a repetirse.

Con el tiempo, el sistema desarrolló una forma particular de relacionarse con los demás.

La persona puede convertirse en alguien que necesita controlar sus vínculos, teme quedarse sola o se anticipa constantemente a la posibilidad de ser rechazada.

Desde IFS, podemos conocer a los protectores que sostienen esas estrategias y a las partes vulnerables que necesitan atención.

Ahora imaginemos que esa persona muere.

¿Qué podría continuar de aquella experiencia?

Tal vez permanezca una memoria de lo sucedido.

Quizá persista la emoción de abandono, aunque haya cambiado la organización defensiva que conocemos.

Podría continuar una tendencia a relacionarse desde el temor a perder a otros.

También es posible imaginar que la misma parte herida conserve su identidad, sus sentimientos y su propia perspectiva.

O que toda aquella historia pase a formar parte de la memoria de una conciencia más amplia, aunque sus protagonistas interiores hayan experimentado una transformación.

Estas posibilidades representan formas diferentes de continuidad.

La memoria conserva información sobre lo vivido.

La carga comprende emociones, creencias y otros contenidos que pueden permanecer asociados a una experiencia dolorosa.

Una parte, tal como la conocemos en IFS, puede sostener relaciones, expresar intenciones, asumir responsabilidades y participar activamente en el sistema interior.

La personalidad constituye una organización más amplia de recuerdos, disposiciones, preferencias, vínculos y maneras de comprenderse a sí misma.

Y el alma, en los modelos que estamos explorando, designa una identidad o dimensión de conciencia cuya existencia se extendería más allá de una biografía.

La continuidad de una de estas dimensiones plantea preguntas diferentes de la continuidad de las otras.

Que una herida continúe no significa necesariamente que continúe la misma parte que la llevaba.

Del mismo modo, que el alma conserve la memoria de una existencia todavía deja abierta la pregunta acerca de los protectores, exiliados y otras configuraciones de la personalidad.

Esta distinción nos permitirá comprender mejor los relatos que hemos reunido.

Porque las fuentes hablan de continuidades diferentes, aunque a veces utilicen palabras semejantes.

La conciencia en el umbral de la muerte

Existe un campo de investigación que puede ayudarnos a situar estas preguntas en una perspectiva más amplia.

Durante décadas, profesionales e investigadores han recogido testimonios de experiencias cercanas a la muerte, vivencias que ocurren durante el proceso de morir y recuerdos espontáneos de niños que parecen referirse a existencias anteriores.

Kenneth Ring, Jeffrey Long y Penny Sartori, entre otros investigadores, han estudiado relatos de personas que atravesaron situaciones médicas críticas y posteriormente describieron experiencias de conciencia extraordinarias.

En algunos testimonios aparece la percepción de encontrarse fuera del cuerpo.

Otros incluyen encuentros con familiares fallecidos, experiencias de amor profundo, revisiones panorámicas de la vida o una sensación de identidad que parece extenderse más allá de la personalidad cotidiana.

Lo interesante para nuestra pregunta es que muchos protagonistas continúan reconociéndose como alguien durante esas experiencias.

Pueden recordar quiénes son, observar acontecimientos, experimentar emociones y establecer relaciones con otras presencias.

La conciencia, tal como la describen, parece adquirir una perspectiva diferente y conservar al mismo tiempo cierta referencia a la propia individualidad.

Estas experiencias han contribuido a cuestionar algunas de nuestras ideas habituales acerca de la relación entre conciencia, organismo e identidad.

Desde una perspectiva favorable a la continuidad de la conciencia, ofrecen indicios que merecen una investigación profunda.

También necesitamos reconocer qué clase de experiencia documentan.

Las personas que relatan una experiencia cercana a la muerte han sobrevivido a la situación que atravesaron. Sus testimonios permiten estudiar lo que experimentaron y recordaron durante ese período.

La pregunta acerca de lo que sucede después de una muerte irreversible requiere otras vías de investigación.

Y hay una segunda distinción importante para este libro.

Que una persona conserve una sensación de identidad durante una experiencia cercana a la muerte nos dice algo sobre su conciencia subjetiva.

Todavía necesitamos saber qué sucede con las partes que integraban su mundo interior.

¿Las experimenta separadamente?

¿Continúan influyendo en sus emociones?

¿Se relacionan de otra manera?

¿O la ampliación de conciencia modifica temporalmente su organización?

Los estudios sobre experiencias cercanas a la muerte han explorado numerosas características de esos estados, pero la supervivencia de las partes de IFS como identidades diferenciadas ha recibido mucha menos atención.

Por eso resultan tan importantes las investigaciones y modelos que abordaremos más adelante.

Mientras tanto, otro campo de observación nos muestra algo igualmente significativo: lo que sucede con las personas que se aproximan a la muerte.

Los vínculos que aparecen al final de la vida

El médico de cuidados paliativos Christopher Kerr ha investigado sistemáticamente los sueños y las visiones de personas durante sus últimos días de vida.

En un estudio longitudinal publicado en 2014, su equipo recogió experiencias de pacientes ingresados en una unidad de cuidados paliativos.

Participaron inicialmente 66 pacientes, de los cuales 59 integraron la muestra final.

La mayoría relató al menos un sueño o una visión significativa.

Entre los contenidos más frecuentes aparecían familiares y amigos, tanto vivos como fallecidos.

Muchos pacientes experimentaban esas escenas con una sensación intensa de realidad.

La multiplicidad más allá de una vida

Las experiencias en las que aparecían personas fallecidas resultaban especialmente reconfortantes.

Además, los sueños y visiones reconfortantes relacionados con los fallecidos se volvían más frecuentes a medida que se aproximaba la muerte.

Este trabajo tiene un interés especial porque se realizó con personas que estaban viviendo el proceso de morir, mediante entrevistas que permitían conocer directamente su experiencia.

Los hallazgos muestran que los vínculos afectivos pueden adquirir una presencia extraordinaria durante esa etapa.

La persona puede experimentar cercanía, reconciliación, acompañamiento o la sensación de que alguien viene a recibirla.

Maggie Callanan y Patricia Kelley también habían descrito, desde el acompañamiento de personas al final de la vida, experiencias relacionadas con despedidas, encuentros con seres queridos y expresiones que parecían anticipar una transición.

Estas observaciones amplían nuestra comprensión de la vida interior durante el proceso de morir.

Para quienes trabajamos con IFS, resulta especialmente interesante que esas experiencias estén profundamente relacionadas con el mundo afectivo y vincular de las personas.

Las relaciones siguen teniendo una enorme importancia cuando la vida física se aproxima a su final.

La investigación de Kerr documenta experiencias de personas vivas en proceso de morir. La aparición de un ser querido fallecido puede ser comprendida espiritualmente como un encuentro, mientras que el estudio registra el contenido y el significado subjetivo de la vivencia.

Su aporte a nuestra pregunta sobre las partes es indirecto, pero valioso.

Nos recuerda que la identidad humana está profundamente organizada alrededor de los vínculos.

Y nos invita a considerar que la continuidad de la conciencia, si se produce, podría involucrar algo más que recuerdos individuales.

También podría incluir relaciones que siguen teniendo significado para quienes las experimentan.

¿La muerte transforma inmediatamente nuestra personalidad?

Existe una idea bastante extendida en ciertas concepciones espirituales: al morir, la conciencia abandona las limitaciones de la existencia física y recupera una perspectiva mucho más amplia.

En numerosos relatos de experiencias cercanas a la muerte encontramos descripciones de expansión, serenidad, comprensión y amor.

Pero otras fuentes presentan un panorama más complejo.

La multiplicidad más allá de una vida

William Buhlman y Barry Eaton, desde sus respectivas aproximaciones a las experiencias fuera del cuerpo y a la vida después de la muerte, describen la posibilidad de que ciertas actitudes y preocupaciones personales continúen durante algún tiempo después del fallecimiento.

Los relatos incluyen personas que permanecen confundidas, preocupadas por sus familiares, aferradas a determinados lugares o incapaces de abandonar responsabilidades que consideran importantes.

En algunas tradiciones aparecen también estados de miedo, culpa, resentimiento o dificultad para reconocer que la vida física terminó.

Estos relatos permiten considerar dos experiencias que pueden coexistir: una expansión extraordinaria de la conciencia y la continuidad de aspectos reconocibles de nuestra organización personal.

También durante la vida conocemos experiencias de expansión o comprensión profunda que modifican nuestra perspectiva y dejan otras respuestas emocionales todavía activas.

Una persona puede comprender que ya está segura y continuar experimentando miedo.

Puede reconocer que merece amor y descubrir que una parte sigue esperando el rechazo.

Puede vivir una experiencia espiritual muy profunda y conservar protectores que reaccionan ante determinadas circunstancias.

Esta comparación permite formular una pregunta interesante acerca del tránsito.

¿Qué sucede con las actitudes protectoras cuando la conciencia deja de estar limitada por las condiciones habituales de la vida física?

Una parte que siempre intentó conservar el control podría descubrir un contexto completamente diferente.

Otra, preocupada por proteger a un ser querido, quizá continuara aferrada a esa responsabilidad.

Una parte cargada de culpa podría necesitar una experiencia de comprensión o perdón.

Estas son posibilidades que podemos explorar desde nuestra mirada de IFS. Los relatos espirituales describen estados y comportamientos que evocan esas dinámicas, aunque generalmente los autores utilizan otros términos.

Por eso resulta útil distinguir la continuidad de ciertas actitudes, necesidades o preocupaciones de la continuidad de una parte específica.

Y algunos autores han intentado responder esta segunda pregunta de manera mucho más directa.

Cuando una herida parece atravesar la muerte

Roger Woolger y Andy Tomlinson describieron experiencias regresivas en las que determinadas emociones, pensamientos y respuestas corporales parecían continuar después de la muerte de la personalidad a la que se atribuían.

En sus relatos encontramos miedo, culpa, impotencia, vergüenza y respuestas defensivas que permanecen vinculadas con circunstancias extremas.

La multiplicidad más allá de una vida

Una muerte violenta puede aparecer acompañada por un pensamiento persistente.

Una respuesta corporal interrumpida puede reaparecer durante la exploración.

Una emoción que no encontró resolución parece mantenerse activa mucho tiempo después de los acontecimientos que la originaron.

Estas experiencias constituyen una parte importante de mi convicción acerca de la continuidad de determinadas heridas más allá de una vida.

Los relatos que hemos estudiado muestran personas que, durante una regresión, encuentran experiencias atribuidas a otras existencias y describen transformaciones significativas después de acompañarlas.

Woolger incorpora la noción de *bardo* para comprender ciertos estados de conciencia vinculados con una muerte traumática.

Algunos aspectos de la experiencia quedarían atrapados en el miedo, el dolor o las circunstancias del fallecimiento.

Tomlinson describe también patrones emocionales y corporales que podrían reaparecer durante existencias posteriores.

Para ambos autores, determinadas experiencias incompletas pueden seguir reclamando resolución.

Aquí encontramos una semejanza importante con IFS.

Las partes vulnerables pueden permanecer relacionadas con acontecimientos que, desde la perspectiva de la persona adulta, ocurrieron muchos años atrás.

Algunos protectores continúan reaccionando frente a peligros que ya terminaron.

La experiencia presente puede estar organizada alrededor de una historia que todavía necesita atención.

La regresión amplía esa posibilidad hacia acontecimientos atribuidos a otras vidas.

Pero el análisis exige distinguir dos fenómenos.

Uno es la continuidad de la experiencia traumática.

Otro es la continuidad de la identidad que la sostiene.

Un miedo puede reaparecer sin que sepamos si pertenece a la misma parte que lo experimentó originalmente.

Una memoria puede ser accesible para una nueva personalidad sin que necesariamente sobreviva como identidad autónoma quien la vivió.

Y un protagonista regresivo puede presentarse como alguien diferenciado, con recuerdos e intenciones propios.

Los relatos de Woolger y Tomlinson permiten explorar estas posibilidades, aunque sus explicaciones sobre la naturaleza de los fragmentos y los estados de conciencia no siempre coinciden.

La pregunta, por tanto, adquiere una mayor precisión.

Si una experiencia traumática continúa después de la muerte, ¿qué es exactamente lo que la conserva?

Gerod: el estado del yo que permanece

Thomas Zinser ofrece una de las aproximaciones más elaboradas que hemos encontrado a través de su trabajo con estados del yo.

Como vimos en el capítulo 5, su modelo se desarrolló mediante experiencias clínicas y una larga colaboración con Gerod, una entidad espiritual cuyos mensajes eran transmitidos por Katharine Mackey, secretaria del consultorio de Zinser, mediante escritura automática.

Es importante distinguir ambas procedencias.

Zinser describió los fenómenos que encontró durante sus sesiones.

Gerod ofreció explicaciones acerca de la naturaleza de las partes, la organización del alma y la continuidad de los estados del yo después de la muerte.

Entre esas explicaciones encontramos una de las respuestas más directas a nuestra pregunta.

Según Gerod, ciertos estados del yo que permanecen cargados después de una existencia conservan su organización diferenciada y pueden volver a manifestarse durante otra vida.

En la sesión 113, recogida por Zinser, aparece la idea de que estos estados del yo permanecen vinculados con la memoria del alma.

Pero Gerod había descrito previamente a los estados del yo como seres interiores conscientes, dotados de una perspectiva propia.

Por eso, dentro del conjunto de su modelo, la permanencia de una identidad no se reduce a la conservación de información sobre una experiencia.

El estado del yo que continúa es comprendido como una organización interior diferenciada, capaz de conservar su historia y volver a manifestarse.

Gerod también proporciona una explicación acerca de cómo se produciría esa continuidad.

Según su concepción, cuando una persona muere y el alma se aproxima a la Luz, determinados estados del yo cargados pueden experimentar temor ante esa presencia.

La Luz reactivaría el sufrimiento que llevan consigo.

En lugar de aceptar esa experiencia, se retraen.

Gerod considera que poseen voluntad propia y que su decisión de rechazar la Luz es respetada.

Esos estados del yo quedarían entonces contenidos en una dimensión que denomina *capa kármica*.

Durante el período entre encarnaciones permanecerían en estado latente.

Cuando el alma inicia otra existencia física, la capa kármica se despliega y determinadas experiencias pueden reactivar las antiguas configuraciones.

La multiplicidad más allá de una vida

Una situación presente que guarda semejanza con la herida original podría despertar al estado del yo correspondiente.

Desde su propia perspectiva, la identidad volvería a reaccionar frente a un peligro que todavía considera vigente.

Esta explicación establece una continuidad particularmente significativa con nuestra comprensión de IFS.

La identidad evita aquello que considera capaz de reactivar su sufrimiento.

En IFS conocemos protectores que impiden el acceso a experiencias vulnerables porque temen que la persona vuelva a sentirse abrumada.

Una parte puede rechazar una intervención destinada a ayudarla porque todavía desconfía de sus consecuencias.

En la concepción de Gerod encontramos una lógica semejante, extendida al tránsito después de la muerte.

La parte se retrae ante una experiencia que interpreta como peligrosa.

Y su voluntad merece respeto.

La comparación permite reconocer una cercanía entre los modelos en la manera de comprender el temor de una parte y la importancia de no imponerle un cambio.

Pero la explicación acerca de la Luz, la capa kármica y la continuidad entre encarnaciones pertenece específicamente a las enseñanzas canalizadas de Gerod, recogidas y desarrolladas por Zinser.

Su propuesta introduce también una distinción temporal importante.

Un estado del yo puede conservar su organización durante el intervalo entre vidas y permanecer latente.

La continuidad de su identidad no exige imaginarlo despierto, percibiendo y tomando decisiones durante todo ese período.

La reactivación durante una nueva existencia devolvería actividad a una configuración que había permanecido en reposo.

Durante la vida conocemos algo que puede ayudarnos a imaginar esta diferencia.

Una parte puede permanecer durante años fuera de la conciencia habitual y volver a manifestarse cuando determinadas circunstancias la activan.

Desde la experiencia presente, parece conservar características reconocibles de su historia.

La comparación es sugerente, aunque las condiciones atribuidas a la existencia después de la muerte pertenecen al modelo espiritual de Gerod.

Lo importante es que su propuesta diferencia la permanencia de una organización interior de su actividad consciente continua.

Y abre una posibilidad intermedia entre dos imágenes demasiado simples: la desaparición definitiva de las partes y su permanencia inalterada como personalidades continuamente despiertas.

Gerod propone una continuidad que puede incluir latencia, reactivación y posterior transformación.

Cuando una nueva vida parece recordar

Existe otra línea de investigación que merece ocupar un lugar en esta comparación.

Ian Stevenson y, posteriormente, Jim B. Tucker han estudiado durante décadas relatos espontáneos de niños que afirman recordar existencias anteriores.

Estos investigadores reunieron casos en los que niños pequeños describían personas, lugares, relaciones o acontecimientos que parecían pertenecer a una vida diferente de la suya.

En algunos casos, los investigadores pudieron relacionar detalles relatados con personas fallecidas identificables.

También registraron comportamientos, preferencias, miedos y, en ciertos casos, marcas de nacimiento o características corporales que consideraron relevantes para la investigación.

Este campo presenta una diferencia metodológica importante respecto de las regresiones hipnóticas.

Los recuerdos surgen espontáneamente, con frecuencia a edades tempranas, sin que una sesión regresiva haya inducido previamente la búsqueda de otra existencia.

Eso ofrece oportunidades diferentes para documentar afirmaciones, examinar cuándo fueron realizadas y contrastarlas con información externa.

Algunos casos son considerablemente más sólidos que otros.

El interés de esta investigación para nuestro libro reside en que la posible continuidad abarca diferentes dimensiones.

A veces aparece información autobiográfica.

En otros casos, el niño expresa emociones intensas respecto de una familia que afirma recordar.

También pueden surgir temores, preferencias o comportamientos relacionados con situaciones que pertenecían, según el relato, a otra existencia.

Estas experiencias invitan a considerar la posibilidad de que la continuidad entre vidas involucre memoria, emoción e incluso disposiciones personales.

Pero todavía debemos preguntarnos quién conserva esa información.

¿Es una misma personalidad que continúa?

¿Una conciencia más amplia que transmite ciertos contenidos a una nueva vida?

¿Un recuerdo que se manifiesta sin la totalidad de la identidad anterior?

¿O una forma de continuidad que nuestras categorías psicológicas actuales todavía describen de manera incompleta?

Estas preguntas son especialmente importantes desde IFS.

La presencia de miedo o de una conducta atribuida a otra existencia puede sugerir continuidad de una carga o de una tendencia protectora.

Para identificar la continuidad de una parte diferenciada necesitaríamos conocer además su organización, sus relaciones y la manera en que conserva una perspectiva propia.

Los estudios de Stevenson y Tucker aportan material valioso acerca de posibles continuidades entre existencias.

Su objeto de investigación es diferente del sistema de partes de IFS.

Y precisamente por eso amplían nuestra mirada: nos permiten considerar evidencias y testimonios que proceden de un territorio distinto del acompañamiento terapéutico.

El alma recuerda: la perspectiva de Michael Newton

Michael Newton ofrece otra manera de comprender la continuidad.

En su modelo, la personalidad de una existencia resulta de la interacción entre la identidad del alma y las características del cerebro y del organismo que la recibe.

La experiencia humana surge de esa relación.

El alma aporta su historia, sus aprendizajes y determinadas disposiciones.

El organismo y la biografía presente contribuyen con capacidades, temperamento, condicionamientos y otras características de la personalidad.

Al morir, la relación con el cuerpo termina.

El alma continúa su recorrido, conservando recuerdos y aprendizajes de la existencia que acaba de finalizar.

Los relatos de Newton describen encuentros con guías, grupos de almas, procesos de restauración y experiencias de revisión y preparación.

Pero hay un aspecto especialmente importante para nuestra pregunta acerca de las cargas.

En la síntesis de sus planteamientos que hemos reunido, las experiencias traumáticas que permanecen sin resolver pueden dejar una huella en la memoria del alma.

Algunos materiales la describen como una *impronta energética*.

Esta huella podría influir posteriormente en las experiencias y aprendizajes que el alma necesita desarrollar durante otra existencia.

Lo importante para nuestra comparación es que su modelo reconoce la posibilidad de que determinadas experiencias continúen teniendo significado para el alma después de la muerte.

Y que esa continuidad se organiza alrededor de la identidad espiritual que conserva la memoria de sus existencias.

Aquí aparece una diferencia importante con Gerod.

Newton describe extensamente la continuidad del alma y su relación con las distintas personalidades encarnadas.

La multiplicidad más allá de una vida

En el material que hemos reunido, la supervivencia autónoma de los protectores y exiliados, tal como los comprende IFS, queda fuera de su explicación principal.

Esto tampoco equivale a afirmar que su modelo niegue esa posibilidad.

El centro de su investigación es otro.

Si una personalidad humana surge de la relación entre el alma y un organismo particular, necesitamos preguntarnos qué sucede con los aspectos interiores que se desarrollaron específicamente para proteger a esa persona durante su infancia.

Pensemos en una parte crítica que aprendió a anticipar el fracaso.

O en una parte infantil que quedó aterrada durante una experiencia de abandono.

¿Continúan como identidades diferenciadas después de que el alma abandona el cuerpo?

¿Sus experiencias pasan a formar parte de la memoria más amplia del alma?

¿Pueden reaparecer algunas de sus disposiciones en otra existencia?

Newton ofrece una explicación amplia de la continuidad del sujeto espiritual.

El destino de las partes psicológicas que integraban una existencia permanece como una pregunta adicional.

Dos maneras de conservar una herida

La comparación entre Newton y Gerod permite comprender mejor el problema que estamos intentando resolver.

Ambos modelos relacionan las experiencias no resueltas con la memoria del alma.

Pero difieren en la naturaleza de aquello que permanece.

En la concepción de Newton, el alma conserva la historia de sus existencias.

Una experiencia traumática puede dejar una impronta que continúa formando parte de su memoria y de sus aprendizajes pendientes.

La identidad que atraviesa las distintas vidas es fundamentalmente la del alma.

En la explicación de Gerod, además de la memoria de la experiencia, el estado del yo que quedó cargado puede conservar una organización diferenciada.

Esa identidad puede permanecer latente y volver a reaccionar cuando las condiciones de una nueva existencia la activan.

La diferencia es profunda.

En un modelo, el alma conserva la marca de la experiencia. En el otro, también puede conservarse el estado del yo que la vivió.

En la sesión 113, recogida por Zinser, Gerod expresa esta relación entre los estados del yo y la memoria del alma:

«Un alma que tiene el recuerdo de una vida con un estado del yo que fue muy dominante y no resuelto, lo traerá consigo porque es la historia grabada en el alma».

La multiplicidad más allá de una vida

La afirmación merece atención porque reúne dos dimensiones que estamos intentando distinguir: la memoria de una existencia y la continuidad de un estado del yo que tuvo una identidad diferenciada dentro de ella.

En el conjunto de las enseñanzas de Gerod, ese estado del yo puede conservar su organización, permanecer latente y volver a manifestarse cuando determinadas circunstancias de otra existencia lo reactivan.

Esto permite formular con más precisión nuestra pregunta desde IFS.

Si encontramos durante una regresión una identidad que expresa miedo, recuerdos y necesidades propias, podemos comprenderla como la manifestación de una huella conservada por el alma.

También podemos explorar la posibilidad de que se trate de una organización interior diferenciada que continúa desde otra existencia.

La experiencia clínica puede presentar fenómenos semejantes, aunque los modelos propongan explicaciones distintas.

Además, Gerod incorpora un elemento relacional importante.

La identidad que conserva sufrimiento puede rechazar la Luz por temor a que su dolor vuelva a activarse.

Su resistencia adquiere entonces un sentido que resulta familiar desde IFS.

Aquello que parece impedir la transformación puede ser una forma de protegerse frente a una experiencia que todavía se considera insoportable.

Y el respeto por la voluntad de la parte se convierte en una condición fundamental del acompañamiento.

Esta comparación nos ayuda a reconocer cómo una misma pregunta sobre la continuidad puede recibir respuestas diferentes.

No estamos preguntando solamente si el trauma atraviesa la muerte.

Estamos preguntando también **quién lo lleva consigo y qué sucede con ese portador cuando finalmente encuentra resolución**.

Una memoria que podría no pertenecer a quien la experimenta

Dolores Cannon introduce una complicación adicional.

En sus obras describe experiencias donde algunas escenas regresivas son comprendidas como recuerdos de otras existencias.

Pero también desarrolla la noción de *improntas*: registros de experiencias que una conciencia podría recibir o experimentar sin haber vivido personalmente todos los acontecimientos correspondientes.

Esta concepción cambia nuestra lectura de las memorias regresivas.

Imaginemos que una persona accede a la historia de alguien que murió en otra época.

Durante la sesión puede experimentar sus emociones, reconocer su entorno y sentir que aquella identidad le pertenece.

Dentro del modelo de las improntas, la intensidad y la riqueza de la experiencia podrían proceder de un registro al que tiene acceso, sin que necesariamente haya sido la persona que protagonizó aquella existencia.

La distinción entre recuerdo e identidad vuelve a adquirir importancia.

Una memoria puede conservar información, emociones y una perspectiva narrativa.

Pero la continuidad de una identidad implica una relación más amplia entre quien vivió la experiencia y quien la recuerda.

Cannon también describe facetas de una conciencia mayor que participarían de distintas existencias y posteriormente regresarían hacia la totalidad de la que proceden.

Su modelo ofrece así varias maneras de comprender la relación entre una personalidad individual y una conciencia más amplia.

Para nuestro propósito, lo importante es que la presencia de una memoria atribuida a otra vida puede tener significados distintos incluso dentro de una misma tradición regresiva.

Y si aceptamos la posibilidad de acceder a registros que no pertenecen directamente a nuestra biografía espiritual, la pregunta acerca de quién conserva una carga o una identidad se vuelve todavía más interesante.

Las experiencias regresivas pueden abrir una historia.

Comprender a quién pertenece esa historia constituye otra dimensión de la investigación.

La personalidad como expresión de una conciencia mayor

En los modelos que hemos considerado aparecen diferentes maneras de relacionar la personalidad con el alma.

Algunos describen una personalidad que termina su función encarnada y entrega sus aprendizajes a una conciencia más amplia.

Otros presentan identidades que conservan una organización diferenciada y pueden reactivarse en existencias posteriores.

Hay también propuestas en las que las personalidades mantienen su individualidad dentro de una totalidad mayor.

Este último enfoque encuentra una de sus expresiones más desarrolladas en el material transmitido por Jane Roberts y atribuido a Seth.

En esa concepción, la identidad humana representa una manifestación parcial de una conciencia más amplia.

Las personalidades correspondientes a distintas existencias conservarían significado e individualidad, formando parte de una organización que excede los límites del tiempo ordinario.

Seth también describe fragmentos y otras expresiones de conciencia con diferentes grados de autonomía.

La multiplicidad más allá de una vida

Su propuesta introduce una posibilidad que tendremos que estudiar detenidamente: la multiplicidad puede formar parte de la naturaleza misma de la conciencia.

En ese marco, las identidades diferenciadas podrían existir como expresiones de una totalidad mayor, con independencia de que hayan surgido como respuesta a una experiencia traumática.

Esta perspectiva tiene resonancias con nuestra comprensión de la multiplicidad natural en IFS.

Pero pertenece a una concepción mucho más amplia de la identidad y del tiempo.

Dedicaremos un capítulo propio a Seth porque sus ideas modifican profundamente algunas de las preguntas que venimos formulando.

Por ahora, su presencia en nuestra comparación permite reconocer otra forma de continuidad.

Una identidad puede participar de una conciencia mayor y conservar, dentro de ese conjunto, características propias.

La relación entre unidad e individualidad aparece entonces como un problema central.

Y nos invita a revisar la idea de que integrarse necesariamente signifique perder toda diferenciación.

Cuando las partes continúan, pero el sistema puede cambiar

Dentro del campo de IFS encontramos otra propuesta que merece especial atención.

Robert Falconer, conocido por su trabajo con experiencias espirituales y cargas no adheridas, ha reunido en su obra *Spirit* una serie de diálogos que presenta como comunicaciones con una entidad espiritual.

Es importante reconocer la naturaleza de esta fuente.

Estamos ante material canalizado, semejante en ese aspecto a las comunicaciones atribuidas a Gerod o al material de Seth.

Sus afirmaciones representan una concepción espiritual de la conciencia y de la multiplicidad.

Entre esas afirmaciones aparece una especialmente significativa para nuestra investigación.

Spirit sostiene que las partes interiores son eternas.

La propuesta atribuye a las partes una continuidad que excedería los límites de la existencia física.

Pero introduce además una segunda posibilidad.

Durante la muerte, las partes podrían dispersarse.

El mensaje recomienda realizar el trabajo interior necesario para reconciliarlas, reunirlas y desarrollar relaciones de paz dentro y fuera del sistema.

Aquí encontramos una diferencia importante respecto de los modelos anteriores.

Hasta ahora habíamos explorado la continuidad de recuerdos, cargas, estados del yo y personalidades.

La multiplicidad más allá de una vida

Spirit introduce otra dimensión: la cohesión del sistema.

Una parte podría continuar existiendo y, al mismo tiempo, modificar profundamente su relación con las demás.

Dentro de esa concepción, la supervivencia de las partes no garantiza que continúen organizadas del mismo modo.

Esto abre una pregunta extraordinariamente interesante desde IFS.

Durante nuestra vida, las partes mantienen relaciones que pueden ser cooperativas, conflictivas o estar profundamente polarizadas.

Algunas se conocen. Otras permanecen aisladas.

Hay protectores que desconfían de ciertos exiliados y partes vulnerables que temen a quienes intentan protegerlas.

El trabajo desde Self permite que esas relaciones se transformen.

Las partes pueden encontrar una organización más flexible, segura y cooperativa.

Pero ¿qué sucedería con esas relaciones si las partes sobrevivieran a la muerte?

¿Continuaría el sistema como una organización reconocible?

¿Podrían algunas identidades separarse y seguir sus propios recorridos?

¿La relación desarrollada con Self tendría importancia para su continuidad como conjunto?

La propuesta de *Spirit* nos permite formular estas preguntas desde una perspectiva diferente.

Además, establece una resonancia con la experiencia de Schwartz y Derek Scott.

Schwartz habló de acompañar amorosamente a las partes durante la transición.

Scott describió su propio proceso de reconciliación interior mientras se preparaba para morir.

Spirit plantea que la reunión y reconciliación de las partes podría tener consecuencias para lo que ocurre después.

Esta última afirmación pertenece a su concepción canalizada y va más allá de lo que Schwartz ha establecido.

Pero el encuentro entre esas voces resulta fértil.

La continuidad de las partes y la continuidad de su organización como sistema podrían ser problemas diferentes.

Una parte puede conservar su identidad y cambiar sus relaciones.

Varias partes pueden continuar existiendo y dejar de formar un conjunto organizado como el que conocíamos durante la vida.

Y también podemos considerar la posibilidad de que una conciencia más amplia reúna esas identidades mediante relaciones que todavía desconocemos.

La propuesta de *Spirit* añade así un elemento importante a nuestro recorrido.

La multiplicidad más allá de una vida

Hasta ahora habíamos preguntado qué sobrevive.

Ahora comenzamos a preguntarnos también **qué permanece unido**.

La expansión de conciencia y las partes que todavía temen

Volvamos por un momento a las experiencias cercanas a la muerte.

Algunos protagonistas describen una ampliación extraordinaria de su conciencia.

Experimentan comprensión, amor, serenidad o una perspectiva que parece trascender sus preocupaciones cotidianas.

En otros relatos, la persona mantiene temores, preocupaciones o una fuerte vinculación con situaciones de su vida física.

Estas experiencias pueden representar momentos distintos, condiciones diferentes o modos particulares de vivir el tránsito.

Pero también permiten pensar que una conciencia amplia y una organización personal todavía cargada podrían coexistir.

Desde IFS, esta posibilidad resulta especialmente interesante.

Durante la vida, una persona puede experimentar cualidades profundas de Self y continuar teniendo partes que necesitan atención.

La presencia de Self permite relacionarse con ellas de otra manera.

Pero conocer Self y haber liberado todas las cargas del sistema son experiencias diferentes.

La analogía ofrece una posibilidad para comprender ciertos relatos espirituales.

Una conciencia podría experimentar una perspectiva mucho más amplia después de la muerte y conservar aspectos de su historia que necesitan transformación.

Quizá determinadas actitudes pierdan importancia inmediatamente.

Otras podrían continuar hasta encontrar nuevas condiciones para cambiar.

Y algunas identidades podrían conservarse como expresiones de una organización de conciencia más extensa.

Cada uno de estos escenarios tiene antecedentes en las fuentes que venimos estudiando.

La pregunta más interesante deja de ser si la conciencia se expande o si continúa teniendo características personales.

Podemos investigar cómo se relacionan ambas dimensiones.

La expansión de la conciencia y la transformación de sus aspectos particulares podrían ser procesos diferentes.

Esta posibilidad merece ser explorada porque evita imaginar la muerte como una experiencia necesariamente uniforme para todas las personas.

También permite comprender por qué determinadas tradiciones describen procesos posteriores de aprendizaje, reconciliación, restauración e integración.

A esos procesos dedicaremos el siguiente capítulo.

¿Sobreviven las partes?

Después de recorrer estas fuentes, podemos volver a la pregunta que abrió nuestra investigación.

La respuesta depende en gran medida de qué entendamos por una parte.

Si utilizamos la palabra para referirnos a una memoria emocional, los relatos regresivos ofrecen numerosas experiencias interpretadas como continuidad de contenidos anteriores a la vida presente.

Si hablamos de patrones protectores, encontramos descripciones de temores, apegos y respuestas defensivas que podrían persistir después de la muerte.

Si entendemos una parte como un interlocutor interior con identidad, historia y perspectiva propias, las enseñanzas de Gerod ofrecen una propuesta explícita sobre su continuidad, latencia y reactivación.

Si nos referimos a una personalidad completa, Newton, Cannon y Seth presentan explicaciones diferentes sobre su relación con una conciencia más amplia.

Y si preguntamos por la continuidad del sistema de partes como conjunto, *Spirit* introduce la posibilidad de que las identidades persistan y cambie su organización.

Las voces procedentes del campo de IFS enriquecen esta comparación.

Schwartz reconoce el valor de acompañar desde Self a las partes que temen morir y deja abierta la cuestión de su destino posterior.

Derek Scott ofrece el testimonio de una persona que utiliza IFS para reconciliarse interiormente mientras se prepara para la muerte, desde una convicción clara de continuidad del alma.

Y *Spirit*, a través del material canalizado recogido por Falconer, atribuye a las partes una continuidad espiritual y plantea la posibilidad de su dispersión.

Estas perspectivas tienen naturalezas diferentes.

Pero permiten ampliar nuestra pregunta.

Podemos entonces organizar la investigación alrededor de cuatro cuestiones.

La primera es quién afirma que algo continúa y desde qué clase de experiencia lo sostiene.

Un investigador de experiencias cercanas a la muerte, un profesional de cuidados paliativos, un regresionista, un practicante de IFS que se prepara para morir y una fuente canalizada ofrecen materiales de naturaleza distinta.

La segunda pregunta es qué continúa.

Necesitamos distinguir memoria, carga, parte, personalidad, organización del sistema y conciencia más amplia.

La tercera se refiere al tiempo.

La multiplicidad más allá de una vida

¿La experiencia permanece activa inmediatamente después de morir? ¿Entra en un estado de latencia? ¿Se manifiesta de nuevo durante otra existencia? ¿O pertenece a una organización de conciencia en la que el tiempo funciona de otra manera?

La cuarta pregunta se refiere a la transformación.

¿Qué permite que aquello que continúa encuentre nuevas posibilidades?

¿La comprensión, la reconciliación, una nueva experiencia, el acompañamiento de otras conciencias o la liberación de cargas?

Estas cuatro preguntas nos permiten comparar modelos conservando la singularidad de sus respuestas.

También ayudan a reconocer con mayor claridad los alcances de cada testimonio.

Un relato de experiencia cercana a la muerte puede aportar información sobre la conciencia experimentada durante una situación crítica.

Una regresión puede mostrar cómo una identidad o una carga se manifiesta durante una sesión.

Un caso de recuerdos infantiles puede permitir contrastar datos atribuidos a una existencia anterior.

Y una concepción espiritual puede ofrecer un marco amplio sobre el destino de las identidades.

Cada fuente ilumina una dimensión del problema.

La tarea consiste en relacionarlas y reconocer qué añade cada una a nuestra comprensión.

Lo que considero que hemos aprendido

Hay dos cosas que para mí son verdades.

La primera es que, al morir, una persona puede seguir experimentando actitudes egoicas, como el apego a lo material, y que al mismo tiempo su conciencia puede vivir una expansión.

La segunda es que no tengo duda alguna de que el trauma sobrevive a la muerte.

Esta convicción se apoya en algo concreto: las personas hacen regresiones y sanan traumas de vidas pasadas. Son experiencias que he conocido a través de mi recorrido personal y profesional y que han contribuido profundamente a mi comprensión de la conciencia.

Lo que todavía desconozco es durante cuánto tiempo persisten esas actitudes y cómo llegan a resolverse.

Considero que el alma puede atravesar procesos de aprendizaje, transformación y mejora después de la muerte.

Y precisamente por eso me interesa comprender mejor qué sucede con las experiencias y las identidades que participan de esos procesos.

Las distinciones que hemos desarrollado en este capítulo enriquecen esa comprensión.

La multiplicidad más allá de una vida

Porque, partiendo de que el trauma atraviesa la muerte, necesitamos seguir investigando qué ocurre con la parte que lo sostiene, cómo se transforma y cuál es su relación con una conciencia más amplia.

Este recorrido me ha llevado a reconocer preguntas que inicialmente estaban reunidas dentro de una sola.

Una experiencia puede conservarse como memoria.

Una carga puede seguir produciendo efectos.

Una organización protectora puede reaparecer.

Una identidad puede presentarse como alguien diferenciado.

Varias identidades pueden continuar existiendo y modificar sus relaciones.

Y una conciencia más amplia puede conservar las experiencias de distintas personalidades.

Todas estas posibilidades enriquecen la exploración de la continuidad.

Lo que encuentro especialmente interesante es que nuestra comprensión de IFS nos ofrece una manera nueva de examinar estos relatos.

Sabemos que las partes pueden sostener cargas y relaciones complejas.

Conocemos su capacidad para conservar perspectivas vinculadas con otros momentos de la vida.

Y hemos aprendido que pueden transformar sus funciones cuando encuentran seguridad, comprensión y acompañamiento desde Self.

Las tradiciones transpersonales amplían esas preguntas hacia historias que parecen extenderse más allá de una sola existencia.

Para mí, esas experiencias muestran continuidades de conciencia, y sus implicaciones para nuestra comprensión de las partes son profundas.

También debemos considerar que una conciencia capaz de atravesar múltiples existencias podría organizar sus experiencias de maneras diferentes de las que conocemos durante la vida física.

La relación entre identidad, carga, memoria y conciencia merece, por tanto, una exploración mucho más amplia.

Mi convicción sobre la continuidad del trauma es el punto desde el que comienzo esta investigación.

Las preguntas sobre las partes, sus relaciones y su destino son las que ahora me invitan a seguir profundizando.

Lo que la muerte deja abierto

Hemos llegado a un punto importante de nuestro recorrido.

La continuidad de la conciencia abre un territorio de posibilidades que va mucho más allá de la supervivencia de una personalidad reconocible.

La multiplicidad más allá de una vida

Puede involucrar la permanencia de recuerdos, emociones, vínculos y aprendizajes.

También podría incluir configuraciones interiores que conservan necesidades, historias e incluso identidades diferenciadas.

Algunos modelos describen la muerte como una transición hacia una conciencia más amplia.

Otros conceden especial importancia a las experiencias que quedan sin resolver.

Y otros proponen que las identidades continúan formando parte de una totalidad mayor, conservando diferentes grados de autonomía.

La propuesta recogida por Falconer introduce además una posibilidad que amplía nuestra comprensión: las identidades podrían continuar mientras cambia su organización como sistema.

Estas perspectivas nos ayudan a comprender que la muerte podría representar transformaciones distintas para diferentes aspectos de nuestra experiencia.

La pregunta por la supervivencia de las partes sigue abierta, pero ahora sabemos formularla con mayor precisión.

Necesitamos distinguir lo que continúa como experiencia, lo que conserva una identidad propia y aquello que se integra en una conciencia más amplia.

También necesitamos comprender cuánto tiempo permanecen esos estados, cómo pueden cambiar y qué sucede con las relaciones que mantenían entre sí.

Porque los relatos sobre la vida después de la muerte contienen algo más que testimonios de continuidad.

Hablan de encuentros, revisiones de vida, procesos de restauración, reconciliaciones y nuevas oportunidades de comprensión.

En algunos casos describen identidades que reciben ayuda para abandonar situaciones de sufrimiento.

En otros, una conciencia parece reconocer el significado de su existencia desde una perspectiva completamente diferente.

Y también encontramos relatos donde determinadas experiencias continúan esperando una resolución.

Todo ello nos conduce hacia una pregunta que surge naturalmente de la anterior.

Si algo de nosotros continúa después de la muerte, **¿qué sucede con aquello que todavía necesita transformarse?**

Esa será nuestra siguiente exploración.

Parte III. Más allá de la muerte

Capítulo 9. Los procesos de transformación

Lo que todavía llevamos con nosotros

La muerte puede cambiar radicalmente las condiciones de nuestra existencia. Pero ¿qué sucede con aquello que todavía llevamos dentro?

Imaginemos a una persona que ha dedicado buena parte de su vida a proteger a su familia.

Durante años estuvo pendiente de sus necesidades, anticipó problemas y asumió responsabilidades que consideraba indispensables. Algunas de esas conductas surgieron del amor. Otras estuvieron impulsadas por el miedo, la culpa o la dificultad para confiar en que sus seres queridos pudieran desenvolverse sin ella.

Ahora imaginemos que esa persona muere.

Su responsabilidad cotidiana ha terminado. Ya no tiene un cuerpo que alimentar, una casa que mantener ni decisiones familiares que tomar.

Sin embargo, en los relatos sobre la vida después de la muerte encontramos personas que parecen continuar preocupadas por aquello que dejaron atrás.

Algunas permanecen vinculadas con sus familiares. Otras se aferran a determinados lugares, intentan terminar tareas pendientes o conservan temores relacionados con su identidad anterior.

Desde nuestra comprensión de IFS, podemos reconocer algo familiar en esas experiencias.

Durante la vida, una parte puede seguir intentando cumplir una responsabilidad mucho después de que las circunstancias que la originaron hayan cambiado.

La persona adulta reconoce que el peligro terminó, pero el protector continúa actuando como si todavía necesitara evitarlo.

La muerte podría representar un cambio de circunstancias mucho más profundo que cualquiera de los que conocemos durante nuestra existencia física.

Y, sin embargo, determinados aspectos de nuestra organización interior podrían continuar respondiendo desde sus antiguos compromisos.

Esta posibilidad constituye el punto de partida del capítulo.

En el recorrido anterior expresé mi convicción de que el trauma sobrevive a la muerte y de que una persona puede continuar experimentando actitudes egoicas mientras su conciencia atraviesa una expansión.

Ahora quiero explorar la pregunta que surge de esa convicción.

¿Qué permite que una conciencia, una identidad o una parte deje de estar atrapada en aquello que vivió?

Las fuentes que hemos reunido presentan diferentes respuestas.

Algunas describen encuentros con seres queridos o guías que ayudan a reconocer la nueva situación.

Otras hablan de restauración después del sufrimiento físico y emocional.

Encontramos revisiones de vida, experiencias de comprensión profunda, estados intermedios donde persisten las fijaciones y procesos de integración en una conciencia mayor.

También aparecen identidades que permanecen latentes hasta encontrar, durante otra existencia, condiciones para transformar sus historias.

Estas propuestas hablan de cambios diferentes y proceden de fuentes de distinta naturaleza.

Su comparación puede ayudarnos a comprender mejor qué significa sanar, aprender e integrarse cuando ampliamos nuestra mirada más allá de una sola vida.

La muerte como transición

En los relatos de Michael Newton, Andy Tomlinson, William Buhlman y otros exploradores de la experiencia transpersonal, morir implica abandonar las condiciones habituales de la existencia física.

Pero ese abandono puede vivirse de maneras muy diferentes.

Algunas personas describen una transición serena, acompañada por una sensación de libertad y reconocimiento.

Otras aparecen confundidas, todavía identificadas con el cuerpo o preocupadas por los acontecimientos que acaban de atravesar.

En ciertos relatos, la conciencia continúa intentando comprender qué sucedió.

La persona puede reconocer familiares fallecidos o figuras que interpreta como guías espirituales. También puede descubrir gradualmente que las limitaciones físicas dejaron de tener el mismo significado.

La acogida adquiere así un lugar importante en varias de estas tradiciones.

Un encuentro amoroso puede ofrecer seguridad.

La presencia de alguien conocido puede ayudar a reconocer la transición.

La orientación de un guía puede contribuir a que una identidad abandone una situación que todavía considera peligrosa.

Desde IFS, estos relatos tienen una resonancia particular.

Cuando una parte está aterrada, su percepción de las circunstancias puede ser muy limitada. Necesita encontrar suficiente seguridad para comenzar a reconocer otras posibilidades.

La relación con Self permite que la parte experimente una presencia capaz de acompañarla y comprender su temor.

En los modelos transpersonales, esa función de acompañamiento puede ser atribuida a guías, familiares fallecidos o dimensiones más amplias de conciencia.

La semejanza se encuentra en la experiencia de recibir ayuda para reconocer una realidad que antes resultaba inaccesible.

Las explicaciones sobre quién proporciona esa ayuda pertenecen a cada modelo.

También conviene distinguir la acogida de la transformación posterior.

Una persona puede sentirse profundamente recibida y continuar conservando aspectos de su historia que necesitan atención.

La experiencia de seguridad puede representar una condición que facilita otros cambios.

Y esto nos lleva hacia uno de los procesos más interesantes que describen las investigaciones sobre experiencias cercanas a la muerte: la revisión de vida.

Ver nuestra vida desde otra perspectiva

Algunas personas que han atravesado experiencias cercanas a la muerte describen una revisión extraordinaria de su existencia.

En ciertos testimonios, numerosos acontecimientos aparecen simultáneamente, como si la persona pudiera contemplar diferentes momentos de su historia desde una perspectiva más amplia.

En otros relatos, las escenas se presentan como una sucesión de recuerdos particularmente significativos.

Kenneth Ring y otros investigadores han recogido experiencias de este tipo.

Una de sus características más interesantes es que, en ocasiones, la persona parece comprender acontecimientos desde la perspectiva de quienes participaron en ellos.

Puede reconocer el sufrimiento que provocó, experimentar el efecto de sus acciones sobre otros o descubrir significados que habían permanecido ocultos durante su vida cotidiana.

La revisión adquiere entonces una dimensión profundamente relacional.

La persona reconoce su historia y también puede contemplar cómo esa historia afectó a quienes estuvieron vinculados con ella.

Michael Newton describe procesos de revisión y aprendizaje dentro de sus relatos de regresión a Vida Entre Vidas.

En su modelo, el alma examina las experiencias de la existencia anterior con la ayuda de guías y otras figuras espirituales.

El propósito está relacionado con comprender lo vivido y reconocer posibilidades de crecimiento.

Las experiencias cercanas a la muerte y las regresiones de Newton proceden de métodos distintos. Sin embargo, ambas fuentes describen situaciones en las que la conciencia adquiere una perspectiva más amplia sobre la vida que acaba de experimentar.

Aquí aparece una pregunta especialmente fértil para IFS.

¿Qué sucede con nuestras defensas cuando podemos comprender una experiencia desde una perspectiva más amplia?

Durante la vida, una parte puede justificar una conducta porque desconoce sus consecuencias o porque considera que era la única manera de proteger algo importante.

Otra puede permanecer atrapada en una interpretación dolorosa de lo sucedido.

Cuando la persona consigue relacionarse con esas experiencias desde Self, puede reconocer dimensiones que antes resultaban inaccesibles.

A veces descubre el sufrimiento que había detrás de una conducta.

Otras veces comprende cómo sus propias estrategias afectaron a las personas que quería proteger.

Esta ampliación de perspectiva puede modificar profundamente la relación con lo vivido.

Pero también necesitamos distinguir comprensión y transformación.

Una persona puede comprender que hizo daño y continuar cargando culpa.

Puede reconocer que actuó impulsada por el miedo y descubrir que ese temor permanece activo.

Puede perdonarse por una decisión y conservar partes que todavía sienten vergüenza.

Comprender una historia y liberar las cargas que dejó son procesos relacionados, pero diferentes.

Esta distinción resulta especialmente importante para nuestra investigación.

La revisión de vida podría ofrecer una comprensión extraordinaria sin que eso implique necesariamente la transformación inmediata de todos los aspectos interiores involucrados.

La conciencia puede ampliar su perspectiva mientras algunas experiencias todavía necesitan reconciliación.

El perdón y las cargas que permanecen

El perdón ocupa un lugar importante en numerosos relatos espirituales.

A veces aparece asociado a una revisión de vida.

En otras experiencias surge después de reconocer el sufrimiento propio o ajeno.

También encontramos descripciones de encuentros en los que una persona fallecida busca reconciliarse con alguien a quien considera haber perjudicado.

Dentro del modelo de Michael Newton, el aprendizaje espiritual puede incluir el reconocimiento de decisiones que produjeron consecuencias dolorosas.

En el trabajo de Thomas Zinser aparecen identidades que necesitan comprender su historia y abandonar sentimientos que las mantienen atrapadas.

Recordemos al juez descrito por David Furlong.

Durante su proceso, aquella identidad llegó a pedir perdón a personas que había castigado injustamente.

El perdón formó parte de una transformación más amplia que incluyó el acompañamiento de aspectos profundamente heridos.

Para IFS, esta secuencia resulta interesante porque una parte puede experimentar arrepentimiento, culpa o vergüenza sin disponer todavía de la seguridad necesaria para liberarse de esas cargas.

El perdón puede abrir una nueva relación con la experiencia.

Pero también puede convertirse en una exigencia si intentamos imponerlo antes de que una parte esté preparada.

Una parte herida puede necesitar que su sufrimiento sea reconocido.

Un protector puede necesitar comprender por qué actuó de determinada manera.

Otra parte puede temer que perdonar signifique abandonar la propia protección.

Desde IFS, cada una de esas posiciones merece atención.

Esta comprensión permite mirar los relatos espirituales sobre el perdón con mayor profundidad.

Quizá una experiencia de amor o comprensión facilite que una identidad abandone sentimientos de culpa.

También podría necesitar conocer mejor la historia que sostiene esa culpa y reconocer las necesidades de los aspectos involucrados.

La transformación puede incluir reconocimiento, responsabilidad, reparación y una relación diferente con lo sucedido.

Y esas posibilidades nos ayudan a comprender que la evolución espiritual podría involucrar procesos internos tan complejos como los que encontramos durante la vida.

Una terapia después de la muerte

En las comunicaciones mediúmnicas que Elisa Medhus atribuye a su hijo fallecido, Erik, encontramos otra descripción de los procesos de transformación posteriores a la muerte.

Según este material, algunas personas reciben una forma de acompañamiento espiritual que recuerda a una terapia.

Un alma consejera ayuda a comprender las experiencias de la vida que acaba de terminar.

La exploración puede incluir las razones de determinadas conductas, las heridas que permanecieron activas y las relaciones entre esas experiencias y otras existencias.

Hay una pregunta que resulta especialmente significativa desde IFS: ¿de qué estaba intentando protegerse aquella persona cuando actuó de determinada manera?

Esta perspectiva permite contemplar conductas dolorosas desde una comprensión más amplia de las necesidades que las impulsaron.

Durante la vida, una persona puede actuar de manera agresiva porque se siente amenazada, rechazar relaciones por temor al abandono o intentar controlar su entorno para evitar experiencias de impotencia.

Desde IFS, nos interesamos por las partes que sostienen esas estrategias. Procuramos conocer qué temen y qué intentan proteger.

La multiplicidad más allá de una vida

En el acompañamiento espiritual descrito por Medhus, la pregunta se dirige a la persona en su conjunto, que revisa su historia y las motivaciones de sus acciones.

Esta diferencia merece atención.

En el relato de Medhus, la persona comprende sus mecanismos de protección. En IFS, podemos conocer directamente a cada protector y acompañarlo en su transformación.

Las dos aproximaciones pueden encontrar significados semejantes en determinadas conductas, pero trabajan con unidades de experiencia diferentes.

La propuesta de Medhus añade además una dimensión al proceso de revisión de vida.

Comprender lo ocurrido puede incluir reconocer las necesidades que estaban detrás de nuestras decisiones.

Y esa comprensión podría facilitar una relación diferente con las heridas, las responsabilidades y los aprendizajes de una existencia.

Se trata de una explicación procedente de comunicaciones mediúmnicas, cuya naturaleza es distinta de los testimonios clínicos y de las investigaciones sobre experiencias cercanas a la muerte.

Su interés dentro de nuestro recorrido está en la posibilidad que describe: la transformación espiritual también puede involucrar una comprensión más profunda de aquello que intentábamos proteger.

La restauración después del sufrimiento

En los relatos de Michael Newton encontramos otra clase de transformación.

Algunas almas regresan de una existencia particularmente difícil y necesitan recibir ayuda para recuperarse.

Newton describe espacios de restauración y procedimientos que interpreta como formas de asistencia energética.

Las imágenes incluyen ambientes destinados al descanso, experiencias de limpieza o recuperación y la intervención de guías o seres que cumplen funciones de ayuda.

Andy Tomlinson también presenta relatos relacionados con la recuperación de aspectos energéticos después de experiencias intensas.

En estas tradiciones, la muerte física puede haber terminado, pero ciertas consecuencias de la existencia todavía requieren atención.

Una persona que atravesó una vida especialmente dolorosa podría necesitar una experiencia de descanso y restauración antes de continuar con otros procesos de aprendizaje.

El lenguaje utilizado pertenece a una concepción espiritual que incluye cuerpos sutiles y dimensiones energéticas.

Para nuestra comparación, podemos reconocer una distinción importante.

La restauración parece orientada hacia la recuperación de una condición de equilibrio después del sufrimiento.

La multiplicidad más allá de una vida

La revisión de vida se concentra principalmente en la comprensión de lo experimentado.

Y la liberación de una carga permite transformar la relación de una parte con aquello que antes la mantenía atrapada.

Estos procesos pueden relacionarse, pero cumplen funciones diferentes.

Podemos encontrar una analogía durante la vida.

Después de atravesar una experiencia muy intensa, una persona puede necesitar descanso, apoyo y condiciones de seguridad antes de explorar profundamente lo sucedido.

Incluso cuando comprende lo ocurrido, puede continuar sintiendo sus efectos emocionales o corporales.

En IFS, una parte vulnerable puede requerir acompañamiento antes de estar preparada para liberar sus cargas.

La restauración que describen Newton y Tomlinson no equivale a los procedimientos de IFS, pero ambas perspectivas reconocen la importancia de que una experiencia de sufrimiento encuentre condiciones diferentes de aquellas en las que se produjo.

La comparación abre una pregunta.

Cuando un relato espiritual describe que el alma recupera su energía, ¿qué se está transformando exactamente?

¿La fatiga asociada a una existencia?

¿El impacto emocional de experiencias traumáticas?

¿La relación con el cuerpo que acaba de abandonar?

¿O alguna dimensión de la conciencia que estos modelos comprenden como energética?

Las fuentes no siempre permiten distinguirlo.

Pero sí muestran que la restauración ocupa un lugar propio dentro de las transformaciones atribuidas al estado posterior a la muerte.

Cuando alguien permanece atrapado

Hasta aquí hemos examinado experiencias de acogida, comprensión y restauración.

Pero algunos relatos presentan situaciones en las que una identidad parece continuar atrapada en las condiciones de su existencia anterior.

Roger Woolger describe aspectos de la experiencia que permanecen vinculados a momentos traumáticos.

Una muerte violenta, una emoción extrema o un pensamiento final pueden adquirir una importancia particular.

Dentro de su modelo, ciertos fragmentos quedarían fijados en un estado intermedio que relaciona con la noción de *bardo*.

La experiencia continúa organizada alrededor del acontecimiento traumático.

La multiplicidad más allá de una vida

Andy Tomlinson recoge también relatos de conciencias que parecen mantenerse vinculadas con lugares o acontecimientos de la vida física.

En la literatura regresiva se utiliza para estos casos la expresión *earthbound*, habitualmente traducida como estados o espíritus ligados a la Tierra.

La identidad puede encontrarse confundida, conservar un fuerte apego a su entorno o resistirse a abandonar aquello que considera importante.

En ambas tradiciones encontramos situaciones que recuerdan a la experiencia de una parte atrapada en otro tiempo.

Desde IFS conocemos partes que siguen viviendo emocionalmente dentro de acontecimientos que terminaron hace muchos años.

Pueden conservar una percepción del peligro que corresponde a aquella situación.

Algunas desconocen la edad actual de la persona.

Otras continúan intentando completar una tarea que entonces resultaba indispensable.

La analogía con los relatos transpersonales merece atención.

Una identidad que continúa defendiendo su casa después de morir podría estar respondiendo desde una responsabilidad que considera vigente.

Otra que permanece aterrada ante una muerte violenta podría necesitar reconocer que aquella experiencia terminó.

En ambos casos, la transformación podría comenzar cuando la identidad encuentra una relación que le permite ampliar su perspectiva.

Pero hay diferencias entre los modelos.

Woolger se interesa especialmente por la persistencia de fragmentos traumáticos y por su resolución mediante experiencias regresivas que incluyen una intensa dimensión emocional y corporal.

Tomlinson también trabaja con respuestas incompletas y estados que interpreta como vinculados al mundo espiritual.

El concepto de *bardo* y los estados *earthbound* proceden de tradiciones diferentes y describen situaciones que no siempre tienen el mismo significado.

Para nuestra investigación, lo importante es reconocer que algunos modelos atribuyen la persistencia después de la muerte a una experiencia que conserva poder sobre la identidad.

Y que la transformación implicaría encontrar una manera diferente de relacionarse con esa historia.

Salir del acontecimiento que todavía continúa

Hay una característica especialmente interesante en los relatos de experiencias traumáticas que parecen atravesar la muerte.

El acontecimiento pertenece al pasado, pero para quien lo experimenta puede continuar ocurriendo.

La multiplicidad más allá de una vida

Una identidad que murió durante una batalla puede seguir intentando proteger a sus compañeros.

Otra puede permanecer atrapada en el miedo de una agresión.

Una tercera puede sentir que todavía necesita resistirse a una autoridad que la amenazó.

Hemos conocido ejemplos de estas experiencias en los capítulos anteriores.

El general acompañado por Zinser seguía intentando advertir a sus tropas.

Marasena continuaba relacionada con una lucha por conservar el poder y la seguridad.

La anciana que apareció durante la regresión de Wendy, relatada por Tomlinson, seguía expresando una imposibilidad vinculada con el peligro de revelar información.

Estos casos muestran que la experiencia del tiempo puede resultar muy diferente para una identidad que permanece asociada a un acontecimiento traumático.

Desde IFS, la actualización temporal permite que una parte reconozca que las circunstancias han cambiado.

El rescate puede ofrecer a una parte vulnerable la posibilidad de abandonar el lugar donde continúa experimentando sufrimiento.

La descarga libera a la parte de las cargas que llevaba consigo.

Si consideramos los relatos transpersonales, aparecen movimientos semejantes.

Una identidad puede descubrir que ya murió y que la amenaza terminó.

Puede recibir ayuda para abandonar el escenario al que permanece vinculada.

O puede encontrar una perspectiva diferente sobre su historia y reconocer nuevas posibilidades.

Aquí necesitamos conservar una distinción fundamental.

Reconocer que el acontecimiento terminó puede modificar la percepción temporal.

Abandonar el escenario puede transformar la relación con el peligro.

Liberar una carga permite que la parte deje de sostener aquello que condicionaba su experiencia y sus funciones.

Salir de una historia y sanar lo que esa historia dejó son transformaciones diferentes.

Esta distinción tiene especial importancia para nuestra investigación porque ayuda a comprender por qué algunos modelos describen procesos sucesivos.

Una identidad puede recibir orientación, reconocer su situación y necesitar después un acompañamiento más profundo.

También puede experimentar una transformación muy significativa durante el propio encuentro.

La experiencia parece depender de aquello que permanecía sin resolver y de las condiciones que permiten relacionarse con ello de otra manera.

La multiplicidad más allá de una vida

La llamada segunda muerte

William Buhlman introduce otra posibilidad dentro de sus descripciones de la vida después de la muerte.

En el material que hemos reunido se le atribuye una concepción de diferentes niveles de experiencia posteriores al fallecimiento físico.

La persona continuaría inicialmente identificada con formas y condiciones semejantes a las que conocía durante su vida.

Su autoimagen y ciertos patrones mentales contribuirían a organizar el entorno que experimenta.

Posteriormente podría atravesar una transformación más profunda, en la que abandona algunas de esas identificaciones y accede a una dimensión más amplia de conciencia.

Este proceso aparece relacionado con la expresión *segunda muerte*.

La imagen resulta especialmente interesante porque distingue dos acontecimientos.

Primero termina la vida física.

Después podría producirse otra transformación, vinculada con la manera en que la conciencia continúa identificándose con su existencia anterior.

La propuesta aporta una pregunta que merece atención.

¿Qué significa abandonar una identificación que hasta entonces organizaba nuestra experiencia?

Durante la vida, una persona puede llegar a identificarse profundamente con determinadas funciones.

Puede sentirse responsable de controlar todo, de sostener a otros, de evitar el fracaso o de mantener una imagen determinada de sí misma.

Desde IFS, podemos reconocer que algunas de esas funciones son sostenidas por protectores que consideran indispensable continuar actuando.

Cuando las circunstancias cambian, el sistema puede descubrir otras posibilidades.

La propuesta de una segunda muerte amplía esta pregunta hacia la identidad posterior al fallecimiento.

Una conciencia podría abandonar progresivamente determinadas formas de identificarse con su personalidad anterior.

Pero todavía necesitamos distinguir la transformación de una identificación de la continuidad de las partes que estaban relacionadas con ella.

Que una persona deje de definirse exclusivamente por su antigua profesión, sus posesiones o su lugar en la familia no implica necesariamente que desaparezcan todas las experiencias interiores vinculadas con esas funciones.

La transformación puede consistir en una relación más libre con lo que antes organizaba la identidad.

Y esta posibilidad se conecta directamente con nuestra pregunta sobre la evolución del alma.

La ayuda que una parte puede recibir

En el capítulo anterior conocimos la explicación de Gerod sobre los estados del yo que rechazan la Luz después de la muerte. Según su concepción, algunos permanecen latentes porque temen volver a experimentar el sufrimiento que llevan consigo.

Pero Gerod también describe cómo pueden recibir ayuda para transformar esa situación.

En las enseñanzas recogidas por Thomas Zinser, el *Higher Self* desempeña una función fundamental. Conoce la historia del alma y puede relacionarse con los estados del yo que necesitan acompañamiento.

Lo especialmente interesante es que el *Higher Self* adapta la forma en que se presenta la Luz a las necesidades de cada identidad.

La Luz puede llegar como un juguete, como un ángel o como una luz suave.

La transformación comienza entonces con una experiencia adecuada a quien necesita recibirla.

La Luz adquiere la forma que la parte puede aceptar.

Esta descripción tiene una resonancia extraordinaria con nuestra manera de acompañar desde IFS.

Cuando conocemos a una parte, nos interesamos por aquello que necesita para sentirse segura. Algunas requieren tiempo, otras necesitan comprobar que las circunstancias han cambiado y otras desean recibir una forma muy concreta de acompañamiento.

Desde Self podemos escuchar esas necesidades y ofrecer una presencia que la parte pueda reconocer como segura.

A veces, una parte infantil necesita jugar. Otra puede necesitar un abrazo, una figura protectora o la posibilidad de abandonar un lugar donde continúa experimentando sufrimiento.

Lo importante es que la experiencia responda a sus necesidades y que la parte pueda aceptarla.

En el modelo de Gerod, el *Higher Self* pertenece a una concepción espiritual del alma distinta de la definición de Self en IFS. Pero ambos modelos coinciden en atribuir importancia a una relación que reconoce la perspectiva de quien sufre y adapta la ayuda a sus posibilidades.

Después de recibir acompañamiento y liberar su sufrimiento, el estado del yo puede ser escoltado por el *Higher Self* hacia su lugar de integración.

La transformación incluye así varios movimientos: encontrar seguridad, recibir ayuda, liberar aquello que mantenía a la identidad atrapada y establecer una relación diferente con la totalidad a la que pertenece.

El proceso descrito por Gerod permite reconocer algo especialmente valioso: una identidad puede conservar su individualidad y transformar profundamente su experiencia.

Y esa posibilidad nos acerca a una comprensión de la integración en la que la parte encuentra un nuevo lugar sin perder necesariamente aquello que la hace singular.

La multiplicidad más allá de una vida

Cuando la transformación necesita otra vida

Michael Newton describe, en sus relatos de Vida Entre Vidas, procesos de reflexión y preparación relacionados con existencias futuras.

El alma puede examinar aprendizajes anteriores y considerar las circunstancias que podrían ofrecer nuevas oportunidades de desarrollo.

La existencia física adquiere así un valor particular.

Representa un ámbito donde ciertas capacidades, decisiones y relaciones pueden experimentarse directamente.

También en las comunicaciones mediúmnicas atribuidas a Erik Medhus aparece una concepción según la cual comprender una experiencia desde el plano espiritual y atravesarla nuevamente bajo condiciones físicas son procesos diferentes.

Desde esa perspectiva, algunas comprensiones necesitan convertirse en experiencias vividas para transformarse profundamente.

Esta idea permite introducir una distinción especialmente interesante.

Comprender algo y haber desarrollado la capacidad de vivir de otra manera pueden representar niveles diferentes de aprendizaje.

Durante la vida conocemos esta diferencia.

Una persona puede comprender que su valor no depende de agradar a los demás y descubrir que ciertas partes siguen sintiendo terror ante el rechazo.

Puede saber que tiene derecho a establecer límites y encontrar protectores que temen profundamente las consecuencias de hacerlo.

El conocimiento puede estar disponible mientras las relaciones internas continúan organizadas alrededor de experiencias anteriores.

Desde IFS, el cambio suele necesitar algo más que una nueva explicación.

Las partes pueden requerir seguridad, acompañamiento, actualización y experiencias que les permitan confiar en otras posibilidades.

La concepción de nuevas encarnaciones como oportunidades de aprendizaje tiene una resonancia con esta diferencia entre comprensión y experiencia.

Pero también introduce preguntas adicionales.

¿Una nueva existencia permite transformar una carga que permanecía pendiente?

¿El alma conserva el aprendizaje de una vida anterior y desarrolla nuevas capacidades?

¿Una parte específica vuelve a manifestarse para encontrar finalmente resolución?

¿O la nueva personalidad se enfrenta a situaciones semejantes porque la historia del alma todavía contiene determinadas tendencias?

Newton y Gerod ofrecen respuestas diferentes.

En Newton, la continuidad se organiza principalmente alrededor del alma y sus aprendizajes.

La multiplicidad más allá de una vida

En Gerod, determinados estados del yo pueden reactivarse como identidades diferenciadas que conservan experiencias anteriores.

La posibilidad de continuar aprendiendo mediante otra existencia forma parte de ambas perspectivas, pero aquello que se considera portador de la experiencia no recibe la misma explicación.

El lugar de integración

Entre las enseñanzas de Gerod recogidas por Zinser encontramos otra propuesta especialmente relevante.

Se trata del *Lugar de Integración*, un ámbito espiritual en el que los estados del yo pueden encontrar una forma diferente de relación con la conciencia a la que pertenecen.

Ya examinamos este concepto en el capítulo 5.

Aquí nos interesa recuperar una imagen utilizada por Gerod durante la sesión 98, porque expresa algo fundamental acerca de la naturaleza de la transformación.

Al hablar de la integración de un estado del yo, explica:

«Es como si en lugar de disolver algo dentro, lo adhirieras o acoplaras».

La imagen merece atención.

Aquello que se integra conserva su aportación y enriquece al conjunto.

La transformación permite que una identidad encuentre una relación diferente con la totalidad a la que pertenece.

Gerod distingue además entre los estados del yo correspondientes a la vida presente y aquellos que atribuye a existencias anteriores.

Estos últimos encontrarían integración en el nivel del alma relacionado con la existencia en la que se originaron, acompañados por el *Higher Self*.

Para nuestra investigación, lo importante es que la integración se comprende como una reorganización que conserva algo valioso de la individualidad.

Esta concepción tiene resonancias con IFS.

Cuando una parte libera sus cargas puede transformar profundamente su función y continuar participando en el sistema desde sus cualidades naturales.

La transformación de la relación permite que el conjunto se enriquezca.

Las explicaciones espirituales de Gerod y el modelo de IFS pertenecen a marcos diferentes, pero ambos invitan a considerar que una identidad puede dejar de estar atrapada en su sufrimiento y conservar su singularidad.

Esto prepara una pregunta que retomaremos en el capítulo 12.

¿Qué significa integrarse cuando aquello que se integra conserva una identidad propia?

La reconciliación de las partes

El material canalizado que Robert Falconer recoge bajo el nombre de *Spirit* introduce una perspectiva que complementa estas preguntas.

Como vimos en el capítulo anterior, *Spirit* presenta a las partes como expresiones de conciencia que continuarían después de la muerte y plantea la posibilidad de su dispersión.

Dentro de esa concepción, la reconciliación de las partes adquiere un significado que excede el bienestar durante la vida.

Reunirlas, atender sus conflictos y favorecer relaciones más cooperativas podría tener importancia para la continuidad del sistema después del fallecimiento.

Esto nos permite reconocer otra clase de transformación.

Hasta ahora hemos examinado cambios que pueden afectar a una carga, una identidad o una personalidad.

La reconciliación modifica las relaciones entre diferentes integrantes de un conjunto.

Desde IFS sabemos que una parte puede encontrarse profundamente polarizada con otra.

Algunas estrategias protectoras se mantienen activas precisamente porque otras partes continúan sintiéndose vulnerables.

Cuando las relaciones cambian, el sistema puede desarrollar una organización diferente.

Spirit traslada esa posibilidad hacia una concepción espiritual de la muerte.

La continuidad de las partes se relacionaría entonces con la manera en que permanecen vinculadas entre sí.

Es una propuesta canalizada que añade otra dimensión al problema de la transformación.

También podemos encontrar una resonancia con las experiencias de Richard Schwartz y Derek Scott, distinguiendo sus respectivas fuentes.

Schwartz relató una sesión realizada con Scott durante su preparación para morir. En ese encuentro lo invitó a buscar las partes que temían partir y a acceder a sus guías espirituales.

Por otra parte, en su propio testimonio de despedida, Scott describió el trabajo interior que realizó con sus protectores, especialmente la negación y la incredulidad, a los que llamó los «gemelos».

Después pudo aproximarse a otras partes que experimentaban tristeza, protesta y arrepentimiento, hasta encontrar una experiencia de gratitud y paz.

Ambos relatos muestran la importancia que Scott concedió a su preparación interior ante la muerte.

La propuesta de *Spirit* añade una explicación diferente: la reunión y reconciliación de las partes podría tener consecuencias para lo que ocurre después del fallecimiento.

Esta última afirmación pertenece a su concepción canalizada y va más allá de lo que Schwartz ha establecido.

Pero el encuentro entre esas voces resulta fértil.

La transformación puede involucrar tanto a las partes individuales como a las relaciones que mantienen entre sí.

Una parte puede liberar sus cargas y encontrar nuevas posibilidades.

Dos partes polarizadas pueden reconciliarse.

Y el sistema puede desarrollar una organización más cooperativa sin perder necesariamente la riqueza de su multiplicidad.

La propuesta de *Spirit* invita a considerar que esas relaciones podrían tener significado también más allá de la muerte.

Cuando la transformación deja de ser una secuencia

Hasta aquí hemos examinado procesos que parecen desarrollarse a lo largo del tiempo.

La persona muere, puede recibir ayuda, revisar su vida, atravesar experiencias de restauración y continuar aprendiendo.

Algunas identidades permanecen en estados intermedios.

Otras entrarían en latencia y podrían reactivarse durante nuevas existencias.

Estos relatos presentan una organización temporal reconocible.

Hay un antes y un después.

Algo permanece pendiente.

Posteriormente ocurre una experiencia que permite transformarlo.

Pero las concepciones espirituales que hemos reunido no comparten necesariamente esa estructura.

En el material atribuido a Seth, transmitido por Jane Roberts, encontramos una comprensión diferente del tiempo y de la conciencia.

Las personalidades relacionadas con distintas existencias formarían parte de una organización más amplia en la que el pasado, el presente y el futuro no funcionarían como una sucesión absoluta.

Seth utiliza la noción de *Presente Espacioso* para describir esa dimensión.

Dentro de su concepción, el desarrollo de la conciencia podría comprenderse como una relación entre diferentes experiencias e identidades que coexisten, aunque desde nuestra perspectiva física las percibamos como sucesivas.

La diferencia es profunda.

En Newton y Gerod, los relatos suelen organizarse alrededor de existencias que se suceden, estados intermedios y procesos de transformación que pueden desarrollarse entre una encarnación y otra.

En Seth, la temporalidad adquiere una organización distinta.

Por eso, la idea de que un alma necesita atravesar primero una etapa y después otra podría representar una manera limitada de comprender el proceso.

La propuesta de Seth merece un análisis propio, que desarrollaremos en el siguiente capítulo.

Aquí nos ayuda a reconocer algo fundamental: **los modelos también difieren en la manera de comprender el tiempo en el que ocurre la transformación**.

Aquello que se describe como un proceso sucesivo en una tradición puede pertenecer a una organización simultánea en otra.

Esta tensión merece permanecer abierta.

El interés está en conocer qué puede aportarnos cada concepción sin convertir sus diferencias en una única explicación.

¿Qué significa que el alma mejore?

Al comenzar este capítulo recordé mi convicción de que el trauma sobrevive a la muerte.

También señalé una pregunta que continúa siendo central para mí.

Una persona puede conservar apegos, temores y actitudes egoicas después de morir.

¿Cómo se transforman esos aspectos?

Estimo que el alma puede atravesar un proceso de mejora.

Pero la palabra *mejora* necesita ser explorada.

Durante la vida, una persona puede experimentar cambios profundos sin abandonar su identidad.

Puede comprender mejor sus relaciones.

Puede liberarse de sentimientos de culpa o vergüenza.

Puede reconocer responsabilidades que antes desconocía.

Puede desarrollar mayor capacidad de amar, de elegir y de relacionarse con su sufrimiento.

También puede descubrir que ciertas estrategias protectoras dejaron de ser necesarias.

Desde IFS, sabemos que la transformación de las partes permite que aparezcan cualidades que estaban limitadas por las cargas y las funciones extremas.

Podemos reconocer algo semejante en las posibilidades que describen las tradiciones transpersonales.

La revisión de vida podría ampliar la comprensión de lo ocurrido.

La restauración permitiría recuperarse de experiencias intensas.

La ayuda de guías o seres queridos podría proporcionar seguridad y orientación.

La liberación de una experiencia traumática permitiría abandonar una fijación dolorosa.

La integración podría modificar la relación entre una identidad y una totalidad mayor.

Y nuevas experiencias ofrecerían oportunidades para desarrollar capacidades que todavía necesitan madurar.

La multiplicidad más allá de una vida

Estas propuestas describen aspectos diferentes de una transformación que podría ser mucho más amplia de lo que acostumbramos imaginar.

Pero hay algo especialmente importante desde nuestra perspectiva de IFS.

Una parte no necesita convertirse en otra identidad para dejar de estar atrapada en una estrategia extrema.

Puede conservar sus cualidades y transformar la relación con aquello que antes consideraba peligroso.

Esto permite imaginar que la evolución de una conciencia podría involucrar una creciente libertad en la manera de relacionarse con sus experiencias.

Una identidad puede conservar su historia y dejar de estar determinada por ella.

Una parte puede liberar sus cargas mientras permanece el aprendizaje.

Una relación puede reconciliarse sin que desaparezcan sus protagonistas.

Y una conciencia más amplia podría integrar diferentes experiencias sin perder necesariamente la riqueza de sus individualidades.

Estas son posibilidades que surgen al poner en diálogo los modelos que hemos estudiado.

Nos ayudan a pensar la mejora del alma como una transformación de su capacidad de comprender, relacionarse y elegir.

Lo que cambia y lo que permanece

Después de recorrer los procesos descritos por diferentes autores, podemos reconocer varias dimensiones de transformación.

Una conciencia puede recibir orientación para reconocer su nueva situación.

Puede experimentar una ampliación de perspectiva que modifica la comprensión de su existencia.

Puede encontrar descanso y restauración después del sufrimiento.

También puede permanecer relacionada con acontecimientos que todavía necesita resolver.

Algunas identidades podrían abandonar situaciones en las que permanecían atrapadas.

Otras conservarían su organización durante períodos de latencia, hasta encontrar nuevas condiciones para cambiar.

Y ciertos modelos proponen que la integración permite conservar la experiencia individual dentro de una conciencia mayor.

Estas posibilidades deben ser comprendidas dentro de las fuentes que las describen.

Los testimonios de experiencias cercanas a la muerte ofrecen información sobre lo vivido por personas que regresaron a la vida.

Las regresiones permiten conocer experiencias que los consultantes interpretan como relacionadas con estados anteriores o posteriores a la existencia física.

La multiplicidad más allá de una vida

Las comunicaciones atribuidas a Gerod, Seth y *Spirit*, así como las comunicaciones mediúmnicas recogidas por Elisa Medhus, presentan explicaciones espirituales sobre la naturaleza de esas experiencias.

La diferencia entre las fuentes importa para comprender qué sostiene cada afirmación.

Pero la comparación también revela encuentros significativos.

En numerosos relatos, la transformación involucra una relación diferente con aquello que produjo sufrimiento.

La conciencia puede comprender algo que antes desconocía.

Una identidad puede reconocer que el peligro terminó.

Una experiencia de culpa puede encontrar reconciliación.

Una parte puede abandonar una responsabilidad que ya no necesita sostener.

Y un conjunto de identidades puede desarrollar relaciones más cooperativas.

Estos encuentros nos ofrecen una manera de explorar el posible desarrollo del alma desde nuestra comprensión de la multiplicidad.

La transformación podría afectar a las cargas, a las funciones, a las identidades y a las relaciones entre ellas.

Y esas dimensiones pueden cambiar de maneras diferentes.

Una conciencia puede ampliar su comprensión mientras algunas de sus experiencias todavía necesitan transformarse.

Esta posibilidad ayuda a comprender por qué los relatos de la vida después de la muerte incluyen tanto experiencias de expansión como procesos de aprendizaje y resolución.

Una transformación que tal vez no tenga final

Hay una última pregunta que comienza a tomar forma.

Durante este capítulo hemos hablado de heridas que necesitan resolución, identidades que permanecen atrapadas y conciencias que pueden ampliar su comprensión.

Pero ¿qué sucede cuando una experiencia finalmente encuentra paz?

¿Termina allí su desarrollo?

¿O la conciencia continúa desplegando nuevas posibilidades?

IFS nos enseña que la multiplicidad es una característica natural de nuestra experiencia interior.

Las partes existen también más allá de sus cargas.

Pueden expresar creatividad, curiosidad, vitalidad, sensibilidad y capacidades que enriquecen nuestra vida.

La liberación del sufrimiento permite que esas cualidades encuentren mayores posibilidades de expresión.

La multiplicidad más allá de una vida

Esta comprensión introduce un cambio importante en nuestra pregunta sobre la vida después de la muerte.

Si la conciencia continúa, su transformación podría abarcar mucho más que la resolución de experiencias traumáticas.

Podría incluir nuevas formas de relación, conocimiento y expresión.

Algunas tradiciones espirituales describen ese desarrollo como aprendizaje del alma.

Otras hablan de expansión de conciencia.

Y algunas proponen que la individualidad misma puede desplegarse dentro de organizaciones cada vez más amplias.

Desde nuestra investigación, estas ideas abren un territorio especialmente interesante.

Hasta ahora hemos examinado principalmente aquello que permanece porque necesita resolver una herida.

Pero la continuidad de la conciencia también podría incluir expresiones de multiplicidad que existen por razones diferentes del sufrimiento.

Identidades que exploran.

Aspectos que crean.

Conciencias que establecen relaciones y desarrollan nuevas posibilidades.

Esta perspectiva modifica profundamente la manera de comprender la multiplicidad más allá de una vida.

Y nos conduce hacia una propuesta que apenas hemos comenzado a explorar.

Seth describe una conciencia que contiene numerosas identidades, algunas de las cuales mantienen su individualidad dentro de una totalidad mayor.

En su concepción, la multiplicidad participa de la naturaleza creativa de la conciencia.

La transformación, entonces, adquiere un significado que excede la sanación de heridas anteriores.

Puede convertirse en una forma continua de desarrollo y expresión.

Hemos explorado lo que podría permanecer después de la muerte.

También hemos conocido diferentes procesos mediante los cuales las experiencias y las identidades podrían transformarse.

Ahora necesitamos dar un paso más.

¿Y si la multiplicidad fuera mucho más que una respuesta al sufrimiento y formara parte de la naturaleza misma de la conciencia?

Esa será la pregunta del siguiente capítulo.

Parte III. Más allá de la muerte

Capítulo 10. Seth: una conciencia que contiene muchas identidades

¿Y si la conciencia fuera naturalmente múltiple?

Hasta ahora hemos explorado una posibilidad que ha acompañado toda nuestra investigación: que determinadas experiencias, cargas e identidades puedan extenderse más allá de una sola vida.

Hemos conocido relatos de personas que encuentran, durante regresiones, protagonistas interiores con historias anteriores a su nacimiento.

También hemos examinado modelos que describen la continuidad del alma después de la muerte, estados del yo que permanecen latentes y procesos mediante los cuales ciertas experiencias encuentran transformación.

Pero existe otra manera de aproximarnos a la multiplicidad.

Una perspectiva en la que las identidades diferenciadas forman parte de la naturaleza misma de la conciencia.

En lugar de comenzar por una experiencia traumática que produce una fragmentación, podemos imaginar una conciencia cuya capacidad creadora incluye la posibilidad de expresarse mediante numerosos centros de experiencia.

Algunos compartirían una misma existencia física.

Otros podrían manifestarse como personalidades pertenecientes a diferentes vidas.

Y otros representarían posibilidades de desarrollo que permanecen fuera de nuestra percepción cotidiana.

Esta es una de las propuestas centrales del material atribuido a Seth, transmitido por Jane Roberts.

Su interés para nuestro libro va mucho más allá de la reencarnación.

Seth propone que nuestra identidad consciente habitual constituye una expresión limitada de una realidad interior mucho más amplia.

Aquello que llamamos «yo» sería una forma particular de experimentar la existencia dentro de una organización que contiene otras identidades.

La multiplicidad dejaría de aparecer solamente como un fenómeno psicológico para convertirse en una característica fundamental de la conciencia.

Esta concepción merece una exploración cuidadosa.

En IFS ya reconocemos que la multiplicidad es natural y que el trauma puede cargar a las partes y llevarlas a desempeñar funciones extremas.

Pero Seth amplía esa idea hacia dimensiones que exceden la personalidad de una sola existencia.

La multiplicidad más allá de una vida

Su propuesta nos invita a formular una pregunta diferente.

¿Y si aquello que conocemos como multiplicidad interior fuera una expresión de una multiplicidad de conciencia mucho más extensa?

Una voz que decía ser alguien más

Jane Roberts era escritora y estaba interesada en explorar los límites de la experiencia humana cuando comenzó a registrar comunicaciones que atribuía a una identidad llamada Seth.

Su esposo, Robert Butts, participó activamente en aquel proceso y documentó numerosas sesiones.

A partir de 1963, ambos desarrollaron un trabajo que terminaría convirtiéndose en una extensa colección de materiales sobre conciencia, personalidad, sueños, reencarnación y naturaleza de la realidad.

Jane describió sus experiencias desde una posición inicialmente marcada por interrogantes.

¿Quién era Seth?

¿De dónde procedían aquellas comunicaciones?

¿Estaba expresando una dimensión desconocida de su propia personalidad?

¿O se encontraba en contacto con una conciencia diferenciada?

Estas preguntas formaron parte de su propio recorrido.

La aparición de una identidad que parecía disponer de conocimientos, perspectivas y una voz reconocible planteaba un problema que hoy podemos examinar desde nuestra comprensión de la multiplicidad.

Jane tenía una personalidad cotidiana, con su historia, sus intereses y sus preocupaciones.

En las sesiones aparecía una voz que se identificaba como Seth y que se presentaba como una conciencia con existencia propia.

El material también utilizaba el nombre Ruburt para referirse a Jane desde una perspectiva que pretendía abarcar más que su identidad habitual.

Seth sostenía que sus comunicaciones se expresaban a través del sistema psíquico de Ruburt, pero afirmaba que esa mediación no significaba que él fuera simplemente una parte de su subconsciente personal.

Para explicar la distinción recurría a una comparación: el pez se mueve en el agua, pero el pez y el agua son realidades diferentes.

La imagen expresaba la diferencia entre el medio por el que se transmite una experiencia y la identidad que afirma originarla.

Desde nuestra perspectiva, la situación presenta diferentes niveles.

Jane vivió y documentó una experiencia de comunicación con una identidad diferenciada.

Seth ofreció una explicación espiritual acerca de su propia naturaleza.

Y nosotros podemos examinar las ideas transmitidas sin necesitar resolver definitivamente el origen de la comunicación.

Esta distinción es importante porque el fenómeno de una identidad que habla a través de una persona puede recibir explicaciones psicológicas, disociativas, culturales o espirituales.

La experiencia de Jane constituye un testimonio autobiográfico acompañado por una obra canalizada.

Su valor particular para esta investigación reside en el modelo de conciencia que desarrolla.

Porque Seth no se limitó a afirmar que era una identidad diferente.

Propuso una concepción en la que la existencia de numerosas identidades diferenciadas forma parte de una organización mucho más amplia.

El yo que conoce solamente una parte de sí mismo

En la concepción de Seth, la personalidad consciente cumple una función de especialización.

Nuestra atención está orientada hacia una realidad determinada.

Percibimos el cuerpo, las relaciones y los acontecimientos que forman parte de nuestra existencia cotidiana.

Organizamos recuerdos, tomamos decisiones y desarrollamos una historia personal.

Esta concentración permite vivir una experiencia coherente dentro del mundo físico.

Pero también limita aquello que percibimos.

Seth describe al ego como una organización especializada que mantiene la atención enfocada en determinados aspectos de la realidad.

El ego cotidiano puede identificarse tan profundamente con su campo de experiencia que llega a considerar que constituye la totalidad de la persona.

Sin embargo, otras dimensiones de conciencia continuarían activas fuera de ese foco habitual.

Los sueños, las intuiciones, las experiencias creativas y determinados estados de conciencia ofrecerían oportunidades para acceder parcialmente a esos otros niveles.

Seth describe un *Ego Interior* que organiza niveles de conciencia que el ego cotidiano desconoce: el yo consciente atiende a un solo canal de experiencia, mientras el Ego Interior coordina los demás.

La imagen ayuda a comprender cómo una identidad puede mantener su experiencia cotidiana relativamente estable mientras otras dimensiones de conciencia permanecen activas fuera de su atención habitual.

Aquí conviene conservar una distinción respecto de IFS.

El ego de Seth es una función especializada de atención y organización de la experiencia física.

En IFS podemos encontrar partes que desempeñan funciones relacionadas con el control, la planificación y la identidad personal, pero el concepto de ego de Seth no equivale automáticamente a un protector gerente.

Tampoco su Ego Interior puede identificarse directamente con Self.

Estamos comparando modelos que utilizan categorías diferentes para describir la relación entre conciencia y personalidad.

Lo interesante es que ambos permiten cuestionar una identificación habitual.

La experiencia consciente que tenemos de nosotros mismos no agota necesariamente nuestro mundo interior.

Desde IFS conocemos esta realidad cuando una persona descubre partes que desconocía.

Puede encontrar sentimientos, perspectivas y recuerdos que permanecían fuera de su atención cotidiana.

La experiencia de conocerse se amplía al entrar en relación con esos aspectos.

Seth desarrolla una posibilidad mucho más extensa.

Aquello que permanece fuera de nuestra conciencia habitual podría incluir otras expresiones de identidad vinculadas con una organización espiritual más amplia.

La Entidad: una totalidad que contiene individualidades

Uno de los conceptos centrales del material de Seth es la *Entidad*.

Podemos comprenderla, de manera aproximada, como una totalidad de conciencia que contiene diferentes expresiones de identidad.

Nuestra personalidad actual sería una de ellas.

Pero la Entidad incluiría también otras personalidades y posibilidades de experiencia.

En esta concepción, una personalidad humana posee una realidad individual.

Tiene su propia perspectiva, desarrolla relaciones, toma decisiones y participa de una historia particular.

Al mismo tiempo, forma parte de una organización que la excede.

Esto introduce una manera singular de comprender la relación entre unidad y multiplicidad.

Una totalidad puede contener numerosas individualidades sin que cada una de ellas pierda necesariamente sus características propias.

La Entidad no aparece simplemente como una personalidad más grande que sustituye a las demás.

Se presenta como una organización capaz de sostener y relacionar múltiples experiencias.

Seth atribuye a esas individualidades cierto grado de independencia en sus decisiones y desarrollo.

Cada personalidad enriquece a la totalidad mediante sus experiencias.

Y la totalidad dispone de una perspectiva que excede la experiencia particular de cualquiera de ellas.

Podemos imaginar una relación de intercambio.

La multiplicidad más allá de una vida

La personalidad desarrolla conocimientos, vínculos y capacidades dentro de su campo de experiencia.

La Entidad incorpora la riqueza de esas experiencias en una organización más amplia.

Pero la personalidad también podría continuar desarrollándose como expresión individual.

Esta idea adquiere especial importancia después de los capítulos anteriores.

En el modelo de Michael Newton, el alma atraviesa diferentes existencias y conserva sus aprendizajes.

En el de Gerod, ciertos estados del yo pueden permanecer vinculados con la memoria del alma y encontrar posteriormente integración.

En Seth, las personalidades aparecen como expresiones de una conciencia multidimensional cuya organización no depende necesariamente de una sucesión de vidas.

La diferencia se encuentra en la naturaleza de la identidad que continúa.

Para Newton, el alma es el sujeto principal que atraviesa distintas encarnaciones.

Para Seth, la Entidad contiene identidades que poseen una individualidad propia dentro de una organización más amplia.

Esta diferencia abre una pregunta que retomaremos más adelante.

¿Podemos formar parte de una conciencia mayor sin dejar de ser quienes somos?

Las personalidades de otras existencias

Seth describe las personalidades reencarnacionales como expresiones diferenciadas de una misma Entidad.

Cada una desarrolla una experiencia dentro de determinadas condiciones.

Puede pertenecer a otra época, vivir en una cultura diferente y desarrollar características que resultan desconocidas para nuestra personalidad actual.

Estas individualidades participarían de una relación que excede la biografía de cada una.

Pero hay un elemento especialmente importante.

En la concepción de Seth, las personalidades de otras existencias conservan su significado y su individualidad.

La muerte física no implicaría que toda aquella experiencia desaparezca dentro de una conciencia indiferenciada.

La Entidad conserva la riqueza de las personalidades que la integran.

Desde esta perspectiva, las existencias anteriores representan experiencias que continúan teniendo realidad dentro de una organización mayor.

Esto permite formular una distinción respecto de los relatos regresivos que hemos estudiado.

En una regresión, una persona puede experimentar una escena atribuida a otra vida.

Puede reconocer un protagonista, sus emociones y su historia.

Pero la experiencia regresiva deja abierta la pregunta acerca de la naturaleza de esa identidad.

¿Estamos accediendo a una memoria?

¿A una configuración interior que conserva la experiencia?

¿O a una personalidad que continúa existiendo como expresión diferenciada de una conciencia más amplia?

Seth desarrolla esta última posibilidad.

El recuerdo de una existencia anterior podría representar una forma de contacto con otra identidad vinculada con nuestra Entidad.

Esto no convierte automáticamente a los protagonistas de las regresiones en personalidades reencarnacionales autónomas.

Pero permite considerar un modelo en el que algunas experiencias atribuidas al pasado podrían involucrar algo más que información conservada en la memoria.

También podrían expresar relaciones entre identidades.

Y aquí encontramos una diferencia fundamental con la idea de que las experiencias transpersonales aparecen únicamente porque algo quedó traumáticamente incompleto.

Dentro de la propuesta de Seth, las identidades pueden relacionarse por razones mucho más amplias.

Pueden compartir aprendizajes, capacidades, intereses y posibilidades creativas.

La multiplicidad participa de una organización de conciencia que incluye numerosas formas de expresión.

Los fragmentos de personalidad

Seth utiliza también la expresión *fragmentos de personalidad*.

Pero este concepto exige especial cuidado porque en sus materiales aparece asociado a fenómenos diferentes.

En algunas situaciones, un fragmento se presenta como una proyección de aspectos emocionales o psicológicos de una personalidad.

En otras, puede representar una diferenciación de conciencia que adquiere una organización propia.

También encontramos la idea de que una personalidad humana constituye, desde una perspectiva más amplia, un fragmento de su Entidad.

La misma palabra puede referirse, por tanto, a niveles diferentes de individualidad.

En las primeras sesiones de Seth aparece una explicación según la cual los fragmentos de personalidad pueden poseer características de la conciencia de la que proceden y desarrollar cierto grado de autonomía.

Algunos funcionarían principalmente como expresiones limitadas de una personalidad mayor.

Otros podrían adquirir una existencia más independiente.

La multiplicidad más allá de una vida

En *El material Seth* se desarrolla incluso la posibilidad de que determinados fragmentos evolucionen hasta formar nuevas Entidades.

Esta concepción presenta la conciencia como una realidad capaz de producir nuevas expresiones de sí misma.

La diferenciación no representa necesariamente una pérdida.

Puede formar parte de su actividad creadora.

Pero necesitamos distinguir cuidadosamente esta propuesta de nuestra comprensión de las partes en IFS.

Una parte de IFS puede tener deseos, temores, recuerdos y una perspectiva propia.

Puede desempeñar una función protectora o conservar experiencias vulnerables.

También puede transformar sus relaciones y liberar sus cargas.

Seth utiliza el término fragmento para describir fenómenos que pueden incluir esos aspectos psicológicos, pero también procesos de diferenciación de conciencia que exceden completamente el ámbito de una personalidad humana.

Un fragmento de Seth no es necesariamente un exiliado de IFS.

Y tampoco podemos afirmar que toda parte que encontramos durante una sesión constituya una conciencia independiente en el sentido espiritual que propone Seth.

Las semejanzas entre ambos modelos son interesantes precisamente porque sus explicaciones son diferentes.

IFS nos permite conocer las relaciones entre las partes y acompañar su transformación.

Seth propone una interpretación mucho más amplia acerca de la naturaleza de algunas identidades diferenciadas.

Una experiencia en la vida de Jane

Entre los primeros materiales recogidos por Jane Roberts encontramos un episodio que Seth interpretó como una manifestación de fragmentos de personalidad.

Jane y Robert Butts habían observado a una pareja durante una visita a York Beach.

Se encontraban en un local de baile cuando Jane descubrió a un hombre y una mujer mayores que se parecían extraordinariamente a ellos mismos.

El parecido resultaba inquietante.

Jane percibió en aquella pareja una versión envejecida, distante y amargada de ambos, como si estuviera contemplando una posibilidad de lo que podrían llegar a ser.

Robert atravesaba entonces un período de dolores de espalda que limitaban sus movimientos. Sin embargo, después de observar a la pareja, se levantó inesperadamente, invitó a Jane a bailar y ambos permanecieron bailando durante buena parte de la noche.

Posteriormente, Seth interpretó a aquella pareja como una proyección de aspectos negativos y agresivos de sus propias personalidades.

Según su explicación, las figuras representaban tendencias interiores que habían adquirido una expresión aparentemente independiente.

El baile habría constituido una respuesta que les permitió apartarse de esas posibilidades destructivas.

La escena adquirió así un significado particular dentro de la explicación de Seth sobre los fragmentos de personalidad.

Jane y Robert habían vivido una experiencia desconcertante. Seth ofrecía una interpretación según la cual determinados aspectos psicológicos podían proyectarse y adquirir una apariencia diferenciada.

La experiencia documentada y su explicación espiritual pertenecen a niveles distintos, pero juntas muestran cómo comenzó a desarrollarse una de las ideas fundamentales de su modelo.

Pero también sostenía que ese fenómeno representaba solamente una de las modalidades de la multiplicidad.

Y aquí comienza a aparecer una diferencia esencial.

Una identidad puede estar relacionada con una experiencia emocional intensa.

Otra puede surgir como expresión de las posibilidades creativas de una conciencia.

Ambas pueden manifestar cierta autonomía, pero su origen y su función serían diferentes.

La multiplicidad más allá del trauma

Esta distinción constituye una de las aportaciones más interesantes del material de Seth.

Hasta ahora hemos examinado numerosas experiencias en las que una identidad parece conservar una herida.

En los relatos de Woolger y Tomlinson encontramos fragmentos relacionados con acontecimientos traumáticos.

En el modelo de Gerod aparecen estados del yo que pueden quedar atrapados en el sufrimiento y continuar durante otras existencias.

En IFS, conocemos partes que asumen funciones extremas para proteger experiencias vulnerables.

Todos estos fenómenos muestran cómo el sufrimiento puede modificar profundamente la organización de la experiencia interior.

Pero IFS también nos enseña algo fundamental: las partes forman parte de la multiplicidad natural de la mente.

El trauma puede cargar a las partes, llevarlas a desempeñar funciones extremas y alterar sus relaciones.

Su existencia no necesita explicarse exclusivamente como resultado de una herida.

Seth propone una ampliación espiritual de esa comprensión.

La conciencia sería capaz de diferenciarse en múltiples expresiones porque esa capacidad forma parte de su propia naturaleza.

La multiplicidad más allá de una vida

Las identidades podrían desarrollar experiencias diferentes, explorar posibilidades y contribuir al conocimiento de una totalidad mayor.

La multiplicidad aparece entonces vinculada con la creatividad.

Desde esta perspectiva, una conciencia no necesita estar fragmentada por el sufrimiento para contener diferentes identidades.

Puede expresarse naturalmente mediante ellas.

La comparación con IFS es especialmente fértil porque ambos modelos permiten separar la multiplicidad de la patología.

La diferencia aparece en el alcance de la afirmación.

IFS describe y acompaña la multiplicidad dentro de la experiencia humana.

Seth propone que la conciencia misma posee una organización múltiple que puede extenderse a diferentes existencias y dimensiones.

Esto permite formular una pregunta nueva.

Si la multiplicidad es natural durante nuestra vida, ¿podría seguir siendo natural cuando consideramos la conciencia más allá de una existencia física?

El material de Seth responde afirmativamente dentro de su propia concepción espiritual.

Y nos ofrece un marco para explorar esa posibilidad sin convertir todas las identidades transpersonales en residuos de experiencias traumáticas.

Los yoes probables

Entre las propuestas de Seth encontramos otra que amplía todavía más nuestra comprensión de la identidad.

Se trata de los *yoes probables*.

Nuestra vida está llena de decisiones y posibilidades.

Elegimos determinados caminos profesionales, establecemos relaciones, abandonamos proyectos y desarrollamos capacidades.

Algunas posibilidades llegan a formar parte de nuestra experiencia concreta.

Otras permanecen fuera de la vida que reconocemos como propia.

Habitualmente pensamos que las alternativas descartadas simplemente dejaron de existir como posibilidades reales.

Seth propone una concepción diferente.

Según su modelo, ciertas posibilidades pueden adquirir expresión dentro de sistemas de realidad probables.

Existirían identidades relacionadas con nosotros que desarrollan experiencias diferentes de aquellas que conocemos durante nuestra vida física.

Estas identidades formarían parte de la organización multidimensional de la conciencia.

La multiplicidad más allá de una vida

La propuesta resulta extraordinaria porque introduce una multiplicidad que excede tanto la biografía presente como la sucesión de existencias anteriores.

Una identidad probable no equivale a una personalidad que vivió siglos atrás.

Representa una posibilidad de experiencia vinculada con otros desarrollos de la conciencia.

En la sesión 309, Seth aborda la relación entre el yo consciente, los yoes probables, las identidades reencarnacionales y una organización multidimensional más amplia.

La conciencia habitual aparecería como uno de los focos posibles dentro de ese conjunto.

Desde IFS, podríamos encontrar una resonancia muy limitada en las diferentes aspiraciones y posibilidades que sostienen nuestras partes.

Una parte quiere desarrollar una profesión.

Otra desea una vida más tranquila.

Una tercera imagina relaciones y experiencias diferentes.

Durante nuestra existencia cotidiana podemos reconocer esas distintas orientaciones sin que todas lleguen a expresarse como acontecimientos.

Pero esa experiencia psicológica no constituye una demostración de los sistemas probables descritos por Seth.

La comparación sirve para comprender cómo una identidad puede contener numerosas posibilidades de expresión.

Seth lleva esa idea hacia una concepción espiritual en la que algunas de esas posibilidades tendrían una realidad propia.

Y esta propuesta modifica también nuestra manera de pensar el tiempo.

El Presente Espacioso

Nuestra comprensión habitual del tiempo se organiza alrededor de una secuencia.

Nacemos, vivimos y morimos.

Si aceptamos la reencarnación, podemos imaginar que el alma atraviesa diferentes existencias, una después de otra.

Esta organización aparece claramente en los relatos de Michael Newton.

El alma abandona una vida, atraviesa experiencias en el mundo espiritual y posteriormente puede preparar otra encarnación.

También encontramos una estructura secuencial en el modelo de Gerod.

Determinados estados del yo quedan relacionados con experiencias anteriores, permanecen latentes entre existencias y pueden reactivarse durante una nueva vida.

Pero Seth propone una concepción diferente.

En lugar de considerar el pasado, el presente y el futuro como divisiones absolutas de la realidad, describe una dimensión que denomina *Presente Espacioso*.

La multiplicidad más allá de una vida

En las sesiones dedicadas a este concepto, especialmente la 256, aparece la idea de que nuestra percepción lineal del tiempo corresponde a las condiciones de la experiencia física.

Desde una perspectiva más amplia, la conciencia podría relacionarse con acontecimientos e identidades que nosotros percibimos como pertenecientes a diferentes momentos.

Las personalidades reencarnacionales existirían dentro de esa organización más extensa.

La palabra «anterior» describiría entonces nuestra manera de ordenar las experiencias desde el tiempo físico.

Desde la perspectiva de la Entidad, la relación entre esas identidades podría ser simultánea.

Esto representa un cambio profundo.

Imaginemos una personalidad que experimenta una existencia que nosotros situaríamos en el siglo XVII.

Otra vive en nuestra época.

Y una tercera pertenece a una existencia que, desde nuestra perspectiva, todavía no ocurrió.

En la concepción de Seth, esas identidades podrían formar parte de una misma organización de conciencia sin depender completamente de una sucesión temporal.

Lo que para una personalidad constituye el pasado podría mantener una realidad activa dentro de un presente más amplio.

La idea resulta difícil de imaginar porque nuestra experiencia cotidiana está organizada alrededor de una secuencia.

Pero su significado para nuestro libro es muy importante.

Si determinadas identidades coexisten, la continuidad de una experiencia no tendría que comprenderse exclusivamente como la transmisión de algo desde una vida terminada hacia otra que comienza.

Podríamos estar considerando relaciones entre identidades que participan de una organización de conciencia más amplia.

Y esto cambia radicalmente la pregunta acerca de las partes que parecen proceder de otras vidas.

Newton y Seth: dos concepciones del tiempo

El contraste entre Newton y Seth merece permanecer claramente formulado.

En el modelo de Newton, el alma atraviesa diferentes encarnaciones.

La secuencia de existencias permite comprender el aprendizaje, la revisión de vida y la preparación de nuevas experiencias.

Una vida anterior puede dejar aprendizajes y experiencias no resueltas que influyen en las decisiones relacionadas con una existencia posterior.

En Seth, las diferentes personalidades forman parte de un conjunto multidimensional que trasciende nuestra comprensión lineal del tiempo.

La multiplicidad más allá de una vida

La relación entre ellas no depende necesariamente de que una haya terminado para que otra comience.

Estamos ante dos maneras diferentes de organizar la experiencia.

La primera privilegia la sucesión.

La segunda introduce la simultaneidad.

Y esa diferencia adquiere especial importancia cuando preguntamos qué sucede con un trauma que permanece sin resolver.

En los materiales atribuidos a Seth encontramos una respuesta propia.

Una personalidad que conserva conflictos de su existencia continúa explorándolos y buscando su resolución dentro de su propio marco de realidad.

Ese proceso no representa un castigo que deba cumplirse durante otra encarnación.

La personalidad conserva su individualidad y sus posibilidades de desarrollo.

Al mismo tiempo, sus experiencias pueden influir en otras personalidades vinculadas con la misma Entidad.

Seth describe relaciones entre identidades reencarnacionales en las que determinadas experiencias y tendencias pueden manifestarse como influencias subyacentes en otras existencias.

Esta concepción permite comprender que una herida pueda tener efectos más allá de la biografía en la que se originó mientras la personalidad que la vivió continúa existiendo.

La diferencia con los modelos anteriores es profunda.

En Newton, una experiencia traumática no resuelta puede dejar una impronta en la memoria del alma. Esa memoria conserva la historia y permite que el aprendizaje pendiente tenga significado durante otra existencia.

En Gerod, determinados estados del yo pueden permanecer latentes en la capa kármica y reactivarse cuando las circunstancias de una nueva vida despiertan sus antiguas respuestas.

En Seth, el conflicto permanece relacionado con la personalidad que lo vivió. Esa personalidad continúa su desarrollo dentro de su propia realidad y puede influir en otras identidades que coexisten con ella en una organización más amplia.

En Newton, el alma conserva la huella. En Gerod, continúa el estado del yo. En Seth, la personalidad que vivió la experiencia sigue existiendo y elaborándola.

Las tres concepciones permiten imaginar una continuidad del sufrimiento más allá de una existencia, pero proponen relaciones diferentes entre memoria, identidad y tiempo.

Los modelos secuenciales necesitan explicar cómo una experiencia permanece disponible entre una vida y la siguiente.

Newton sitúa esa continuidad en la memoria del alma.

Gerod describe la capa kármica como el ámbito en el que pueden permanecer los estados del yo no resueltos.

La multiplicidad más allá de una vida

En la concepción simultánea de Seth, la explicación fundamental no depende de que una carga atraviese un intervalo temporal para llegar a otra existencia.

Las personalidades continúan formando parte de una organización multidimensional, y las relaciones entre ellas permiten que determinadas experiencias ejerzan influencia más allá de la historia individual.

El trauma puede trascender una biografía sin necesidad de abandonar a la identidad que lo vivió.

Esta es una de las consecuencias más interesantes del modelo de Seth para nuestra investigación.

Desde IFS conocemos la posibilidad de que una parte conserve una experiencia dolorosa mientras otros aspectos del sistema se ven afectados por sus temores, creencias o estrategias protectoras.

La influencia puede extenderse a todo el sistema, aunque la experiencia permanezca vinculada con una parte específica.

Seth propone una organización mucho más amplia, en la que diferentes personalidades podrían mantener relaciones semejantes de influencia mutua.

La comparación es conceptual: una personalidad reencarnacional de Seth constituye una identidad de alcance diferente del de una parte de IFS.

Pero ambas perspectivas permiten imaginar que una experiencia puede influir en otras identidades sin perder su relación con quien la vivió.

Esto modifica también nuestra pregunta acerca de las regresiones.

Cuando una persona experimenta una historia atribuida a otra existencia, podemos preguntarnos si está accediendo a una memoria conservada por el alma, a un estado del yo que se ha reactivado o a una personalidad que continúa existiendo dentro de una conciencia multidimensional.

Cada interpretación propone un sujeto diferente para la experiencia.

Y cada una ofrece una manera distinta de comprender cómo podría producirse su transformación.

El interés de nuestra comparación está en reconocer esas diferencias y explorar lo que pueden aportar a nuestra comprensión de las partes.

Porque una pregunta permanece abierta incluso si aceptamos la continuidad de la conciencia y del trauma:

¿Qué relación existe entre la identidad que vivió una herida y las otras identidades que pueden experimentar sus efectos?

¿Puede una identidad conocer a las otras?

Si una conciencia contiene numerosas identidades, aparece una pregunta natural.

¿Qué relaciones mantienen entre sí?

La multiplicidad más allá de una vida

Durante nuestra vida cotidiana conocemos solamente una parte de nuestra experiencia interior.

Podemos descubrir otras partes a través de la introspección, los sueños, la meditación o el acompañamiento terapéutico.

Pero en la concepción de Seth existirían además identidades vinculadas con otras existencias y sistemas probables.

¿Pueden conocerse?

¿Comparten recuerdos?

¿Se influyen mutuamente?

¿Una experiencia transformadora en una de ellas puede tener significado para las demás?

En sus materiales, Seth describe comunicaciones y relaciones entre distintos niveles de la personalidad multidimensional.

La conciencia ordinaria tendría un acceso limitado a esas relaciones.

Otras dimensiones de la identidad podrían disponer de una perspectiva más amplia.

En la sesión 309 aparece una explicación sobre la relación entre los diferentes yoes que forman parte de una personalidad multidimensional.

La integración de conocimientos y experiencias no implica necesariamente que las individualidades pierdan sus características propias.

Esto nos permite volver a una pregunta que apareció en los capítulos anteriores.

¿Qué significa que una experiencia se integre en una conciencia mayor?

Desde IFS, conocemos la posibilidad de que diferentes partes comiencen a relacionarse de manera más cooperativa.

Una parte puede descubrir que otra estaba intentando protegerla.

Dos partes polarizadas pueden comprender sus respectivas necesidades.

La relación entre ellas cambia cuando encuentran una presencia que permite conocerlas sin imponerles una solución.

En Seth, la relación entre identidades se desarrolla dentro de una concepción mucho más amplia.

No estamos hablando necesariamente de partes de una sola personalidad humana, sino de expresiones de conciencia que podrían pertenecer a diferentes existencias.

La semejanza se encuentra en la posibilidad de que la unidad incluya relaciones entre identidades diferenciadas.

Y la pregunta que surge es especialmente fértil.

¿Puede una conciencia ser una totalidad precisamente porque contiene y relaciona numerosas individualidades?

La multiplicidad más allá de una vida

Una identidad dentro de otra identidad

El material de Seth introduce todavía otra dimensión.

La relación entre una personalidad y una Entidad no representa necesariamente el nivel más amplio posible de organización de la conciencia.

En algunas sesiones posteriores aparece una identidad presentada como una expresión de conciencia más extensa que el propio Seth.

El material la relaciona con lo que posteriormente se conocería como Seth Dos.

La experiencia fue presentada como una comunicación procedente de un nivel mayor de conciencia.

Seth, que hasta entonces aparecía como una identidad diferenciada respecto de Jane, quedaba situado dentro de una organización que también lo excedía.

El interés de esta descripción se encuentra en su estructura.

Jane representa una personalidad humana desde cuya experiencia se registran las comunicaciones.

Seth aparece como una identidad que afirma poseer una existencia diferenciada.

Y otra expresión de conciencia es presentada como más amplia que el propio Seth.

De esta manera, la multiplicidad puede imaginarse en diferentes niveles.

Una identidad forma parte de una totalidad.

Esa totalidad puede participar de una organización todavía mayor.

Y las relaciones entre los diferentes niveles pueden continuar ampliándose.

La propuesta tiene cierta resonancia con las experiencias de subpartes que conocemos en IFS.

Una parte puede contener otras partes que expresan diferentes necesidades o perspectivas.

Pero la comparación tiene límites importantes.

En IFS, las subpartes forman parte de nuestra comprensión de la organización de la experiencia interior.

En Seth, las relaciones entre identidades se desarrollan dentro de una cosmología de conciencia multidimensional.

La semejanza estructural puede ayudarnos a formular preguntas, pero no establece que ambas describan el mismo fenómeno.

Lo interesante es la posibilidad de que la conciencia posea diferentes niveles de organización sin que cada nivel necesite eliminar a los anteriores.

La unidad podría ser una realidad cada vez más amplia.

Integrarse sin desaparecer

Durante los capítulos anteriores hemos encontrado diferentes concepciones de la integración.

La multiplicidad más allá de una vida

En IFS, una parte puede liberar sus cargas, transformar sus funciones y desarrollar relaciones más saludables con el sistema.

En el modelo de Gerod, ciertos estados del yo encuentran un Lugar de Integración donde su experiencia enriquece a una conciencia mayor.

En Seth, la integración adquiere otro significado.

Las personalidades diferenciadas participarían de una Entidad que conserva y relaciona sus experiencias.

La totalidad se enriquece mediante las individualidades que la integran.

La integración puede incluir una ampliación de conocimiento, comprensión y comunicación entre diferentes expresiones de conciencia.

Pero aquí aparece una distinción fundamental.

En Seth, una personalidad no necesita perder su individualidad para formar parte de una organización mayor.

La unidad no exige uniformidad.

Podemos comprender esta propuesta mediante una comparación sencilla.

En una conversación profunda, varias personas pueden compartir experiencias y llegar a comprender algo que ninguna había reconocido por separado.

El conocimiento colectivo se enriquece.

Pero cada participante conserva su perspectiva.

La relación permite que aparezca algo mayor sin que sea necesario borrar las individualidades.

La comparación sirve para imaginar una forma de unidad basada en la participación.

En la concepción de Seth, esa posibilidad se extiende hacia organizaciones multidimensionales de conciencia.

Esto plantea una pregunta de gran importancia para nuestra comprensión de las partes.

Cuando una parte libera sus cargas, ¿qué sucede con aquello que la hace singular?

Desde IFS sabemos que la parte puede conservar capacidades, intereses y cualidades propias.

La transformación de sus funciones permite que esas cualidades encuentren mayor libertad de expresión.

Seth propone que las identidades diferenciadas pueden enriquecer una totalidad mayor y continuar desarrollándose dentro de ella.

Los dos modelos utilizan niveles de explicación diferentes.

Pero ambos permiten imaginar una integración que conserva la riqueza de la multiplicidad.

Integrarse podría significar participar de una unidad más amplia sin dejar de ser una expresión singular de la conciencia.

Esta posibilidad adquiere especial importancia cuando pensamos en el destino de las identidades que parecen continuar después de la muerte.

Las partes de IFS y las identidades de Seth

Llegados a este punto, necesitamos reunir las semejanzas y las diferencias que hemos encontrado.

IFS parte de la experiencia humana de multiplicidad.

Las partes pueden relacionarse, polarizarse, asumir funciones protectoras y conservar cargas que limitan su libertad.

El acompañamiento desde Self permite conocerlas y facilitar procesos de transformación.

En la concepción de Seth encontramos múltiples expresiones de identidad que pueden participar de diferentes existencias, sistemas probables y organizaciones de conciencia.

Estas identidades podrían mantener relaciones entre sí y formar parte de una Entidad mayor.

Las dos perspectivas cuestionan la idea de que nuestra identidad consciente cotidiana represente toda nuestra realidad interior.

Pero sus conceptos cumplen funciones distintas.

Una parte de IFS constituye un interlocutor dentro de la experiencia psicológica y relacional de una persona.

Una personalidad reencarnacional de Seth representa una identidad que habría desarrollado una existencia completa dentro de determinadas condiciones.

Un fragmento de personalidad puede referirse a una proyección psicológica o a una diferenciación de conciencia con diversos grados de autonomía.

Y la Entidad representa una totalidad espiritual que contiene numerosas expresiones de identidad.

El Self de IFS tampoco puede identificarse directamente con la Entidad o con el Ego Interior de Seth.

Estas distinciones son necesarias para conservar la riqueza de ambos modelos.

Podemos reconocer semejanzas sin convertir sus categorías en equivalencias automáticas.

Y precisamente allí aparece una posibilidad especialmente interesante.

Nuestra comprensión de IFS puede ayudarnos a explorar las relaciones entre identidades que surgen durante experiencias transpersonales.

Al mismo tiempo, el material de Seth nos invita a considerar que la multiplicidad puede extenderse más allá de la organización psicológica de una sola vida.

El diálogo entre ambas perspectivas amplía nuestras preguntas acerca de la naturaleza de las partes.

¿Algunas podrían estar relacionadas con historias que exceden la biografía presente?

¿Podrían expresar aspectos de una conciencia mayor?

La multiplicidad más allá de una vida

¿Existen formas de multiplicidad que pertenecen a diferentes niveles de organización?

¿Y cómo podríamos reconocer las diferencias entre una parte psicológica, una identidad regresiva y una experiencia espiritual?

Estas preguntas necesitan ser exploradas desde la experiencia concreta, conservando el respeto por aquello que la persona encuentra y por los límites de nuestros conocimientos.

El problema del origen

El origen del material de Seth merece una consideración propia.

Jane Roberts describió sus comunicaciones como experiencias en las que una identidad diferenciada transmitía información a través de ella.

Seth afirmaba poseer una existencia independiente y ofrecía explicaciones acerca de la naturaleza de esa relación.

Su obra pertenece al campo de las comunicaciones canalizadas.

Eso la diferencia de una investigación basada en casos documentados mediante entrevistas, observaciones clínicas o procedimientos de verificación externa.

También la diferencia de una sesión terapéutica en la que una persona trabaja con una parte de su propio sistema.

El hecho de que Jane experimentara una identidad diferenciada constituye parte de su testimonio.

La explicación acerca de quién era Seth pertenece al contenido de la comunicación.

Y el modelo de conciencia que surge de esas sesiones constituye una propuesta filosófica y espiritual que podemos examinar por su coherencia, sus implicaciones y sus relaciones con otras fuentes.

Para mí, esta distinción permite trabajar con libertad.

Podemos reconocer el interés de una idea sin convertir la procedencia de la comunicación en una garantía de verdad.

También podemos explorarla sin reducirla de antemano a una explicación psicológica única.

El material de Seth presenta una concepción extraordinariamente amplia de la identidad.

Pero esa amplitud requiere que formulemos preguntas precisas.

Cuando habla de una personalidad, ¿se refiere a una identidad con historia propia?

Cuando describe un fragmento, ¿qué grado de autonomía le atribuye?

Cuando presenta una Entidad, ¿qué relaciones establece entre la totalidad y sus expresiones individuales?

Y cuando habla del Presente Espacioso, ¿qué cambia respecto de nuestra comprensión habitual de la continuidad?

Estas preguntas permiten estudiar el modelo desde sus propios términos.

También nos ayudan a mantener separados tres niveles: la experiencia relatada por Jane, la explicación atribuida a Seth y las conexiones que estamos elaborando con IFS.

La riqueza de esta exploración depende de conservar esas diferencias.

Lo que esta perspectiva aporta a nuestra investigación

Mi interés por Seth se encuentra principalmente en la amplitud de su concepción de la conciencia.

A lo largo de este libro hemos explorado experiencias que parecen extender las historias de las partes más allá de una sola existencia.

En numerosas ocasiones, esas experiencias aparecen relacionadas con traumas, cargas y funciones protectoras.

Pero Seth propone una mirada diferente.

La multiplicidad puede formar parte de una actividad creadora mucho más amplia que la resolución del sufrimiento.

Esta idea permite reconocer una posibilidad que considero especialmente fértil.

Una conciencia podría expresarse mediante diferentes identidades porque la diferenciación constituye una de sus maneras naturales de experimentar y desarrollarse.

Algunas de esas identidades podrían conservar experiencias dolorosas.

Otras podrían encontrarse explorando capacidades, relaciones y posibilidades de existencia.

La conciencia mayor podría enriquecerse mediante todas ellas.

Desde esta perspectiva, sanar una experiencia traumática representaría una dimensión del desarrollo de la conciencia.

Pero la multiplicidad continuaría teniendo significado incluso cuando una identidad hubiera liberado sus cargas.

Esta posibilidad encuentra una resonancia profunda con IFS.

Las partes existen más allá de sus funciones extremas.

Pueden expresar cualidades que enriquecen la vida interior cuando dejan de estar limitadas por el miedo y las experiencias vulnerables que intentan proteger.

Seth amplía esa comprensión hacia una concepción espiritual en la que las individualidades contribuyen a una totalidad multidimensional.

Pero hay otra cuestión que considero igualmente importante.

Su propuesta cambia nuestra manera de pensar la continuidad.

Hasta ahora hemos imaginado principalmente experiencias que atraviesan distintas vidas.

En Seth aparece la posibilidad de identidades que coexisten dentro de una organización temporal más amplia.

Esto transforma la pregunta sobre las partes de otras existencias.

La multiplicidad más allá de una vida

Ya no estaríamos explorando únicamente lo que quedó pendiente en una historia anterior.

También podríamos preguntarnos por las relaciones entre distintas expresiones de una misma conciencia.

Es una posibilidad que merece ser examinada cuidadosamente.

Y una de las razones por las que considero valioso incluir a Seth en nuestro recorrido es precisamente que sus ideas nos obligan a ampliar las preguntas que veníamos formulando.

La unidad como relación

Después de explorar la concepción de Seth, encuentro una idea que merece especial atención.

La unidad de la conciencia puede comprenderse de una manera diferente de la uniformidad.

Estamos acostumbrados a imaginar que aquello que forma parte de un todo pierde, en alguna medida, su individualidad.

Pero los modelos que hemos estudiado ofrecen otras posibilidades.

En IFS, las partes pueden desarrollar relaciones armoniosas y continuar siendo diferentes.

En Gerod, la integración permite que la experiencia de un estado del yo enriquezca a una conciencia mayor.

En Seth, las personalidades y fragmentos pueden mantener una relación con la Entidad mientras conservan diferentes grados de individualidad.

Estos modelos hablan desde niveles y supuestos distintos.

Pero permiten considerar una idea común.

La unidad puede construirse mediante relaciones entre identidades diferenciadas.

En lugar de imaginar una conciencia que necesita borrar sus diferencias para alcanzar totalidad, podemos considerar una organización que se enriquece precisamente por la diversidad de sus expresiones.

Cada identidad aporta una perspectiva.

Cada experiencia amplía las posibilidades de comprensión.

Y las relaciones entre ellas permiten que aparezcan formas de organización que exceden lo que una identidad podría desarrollar por separado.

Esta concepción tiene consecuencias importantes para nuestra pregunta sobre la integración.

La transformación de una parte podría consistir en liberar sus cargas y encontrar un lugar más libre dentro de una relación.

La transformación de una personalidad podría incluir una comprensión más amplia de su participación en una totalidad mayor.

Y la evolución de una conciencia podría involucrar la ampliación de sus relaciones entre diferentes expresiones de identidad.

Estas posibilidades requieren seguir siendo investigadas.

Pero ya podemos reconocer que la pregunta sobre la multiplicidad se ha transformado.

Comenzamos examinando partes que parecían conservar heridas de otras existencias.

Ahora estamos considerando la posibilidad de que la propia conciencia posea una organización naturalmente múltiple.

Esta ampliación cambia también nuestra manera de mirar las cargas.

Si las partes pueden existir por razones diferentes del trauma, necesitamos comprender mejor cómo llegan a sostener determinadas experiencias dolorosas.

Y si algunas historias parecen extenderse más allá de la biografía presente, necesitamos examinar las diferentes procedencias que pueden atribuirse a esas cargas.

Esta será una de las preguntas centrales de la última parte del libro.

Más allá de una sola identidad

Nuestro recorrido por Seth nos deja ante una perspectiva extraordinariamente amplia.

La personalidad que reconocemos durante la vida podría formar parte de una conciencia capaz de contener otras identidades.

Algunas representarían existencias diferentes.

Otras expresarían posibilidades que permanecen fuera de nuestra experiencia cotidiana.

Y determinados fragmentos podrían desarrollar grados de autonomía que exceden nuestra manera habitual de comprender la personalidad.

En esta concepción, la muerte no representa necesariamente el final de una individualidad.

Tampoco implica que todas las experiencias deban reunirse en una identidad uniforme.

La conciencia podría conservar sus diferentes expresiones dentro de una organización más amplia.

Y la relación entre esas identidades podría desarrollarse en una dimensión temporal diferente de la que conocemos durante la vida física.

El modelo de Seth plantea interrogantes que exceden las respuestas disponibles.

Pero su aportación a nuestra investigación resulta especialmente significativa.

Nos permite considerar que la multiplicidad natural de la mente podría formar parte de una multiplicidad de conciencia más extensa.

También nos invita a pensar que la integración puede implicar relaciones cada vez más amplias entre identidades que conservan su singularidad.

Esta posibilidad transforma el horizonte de nuestro libro.

Si la conciencia es naturalmente múltiple, las cargas que encontramos durante una sesión representan solamente una dimensión de su experiencia.

Algunas estarán vinculadas con acontecimientos de la vida actual.

Otras pueden expresar historias familiares y culturales.

La multiplicidad más allá de una vida

También encontramos experiencias que las personas comprenden como procedentes de otras existencias.

Y habrá contenidos cuyo origen permanezca abierto, aunque su significado y su necesidad de acompañamiento resulten profundamente reales para quien los experimenta.

Nuestra comprensión de IFS puede ayudarnos a conocer esas experiencias sin necesitar imponerles una explicación anticipada.

Y las tradiciones transpersonales pueden ampliar nuestra comprensión de las historias que las partes parecen conservar.

Hemos llegado así a una pregunta que reúne los dos territorios de nuestra investigación.

Si las partes pertenecen a una conciencia naturalmente múltiple, ¿de dónde pueden proceder las cargas que llevan consigo?

Para responderla necesitaremos volver a IFS, a las experiencias de los consultantes y a los relatos que hemos encontrado durante todo este recorrido.

Ya contamos con una mirada más amplia sobre la continuidad de la conciencia.

Ahora podemos preguntarnos qué significa esa amplitud para nuestra comprensión de las partes y de las historias que necesitan acompañamiento.

Parte IV. El aporte de El Caldero a IFS

Capítulo 11. Repensar el origen y la continuidad de las cargas

Una pregunta que cambia de dirección

Una persona descubre una parte que siente un miedo profundo al abandono.

La conoce, escucha su historia y comienza a comprender por qué ha estado tan preocupada por conservar determinadas relaciones.

Pero cuando intenta conocer el origen de aquel miedo, sucede algo inesperado.

La parte presenta una experiencia que no parece corresponder a ningún acontecimiento conocido de su infancia.

Quizá aparece una mujer que espera desesperadamente el regreso de alguien.

O un niño que acaba de perder a su familia.

O una figura que pertenece a otra época y expresa una convicción que todavía condiciona la vida presente.

La persona puede experimentar aquella escena con una intensidad emocional extraordinaria.

Y entonces surge una pregunta.

¿De dónde procede esta experiencia?

Durante los primeros capítulos de nuestro recorrido examinamos cómo diferentes terapias de partes y tradiciones regresivas han encontrado identidades, recuerdos y experiencias que parecen extenderse más allá de la biografía actual.

Después exploramos qué podría continuar después de la muerte, cómo se transforman las cargas y de qué maneras una conciencia puede conservar diferentes identidades.

Ahora necesitamos regresar al territorio donde comenzó nuestra investigación.

El encuentro con una parte.

Porque todas aquellas preguntas adquieren un significado particular cuando una persona se encuentra frente a una experiencia que necesita atención.

Desde IFS sabemos que las partes pueden llevar cargas que condicionan profundamente sus sentimientos, creencias y funciones.

Algunas permanecen relacionadas con experiencias dolorosas de la infancia.

Otras sostienen responsabilidades que asumieron para proteger al sistema.

También conocemos cargas vinculadas con la historia familiar, las relaciones y los contextos culturales.

Pero nuestro recorrido ha incorporado otras posibilidades.

Los relatos regresivos describen experiencias atribuidas a existencias anteriores.

La multiplicidad más allá de una vida

Algunos modelos espirituales proponen que determinadas cargas permanecen en la memoria del alma.

Otros hablan de estados del yo que conservan su organización entre encarnaciones.

Y Seth describe identidades que continúan existiendo e influyéndose mutuamente dentro de una conciencia multidimensional.

Estas perspectivas amplían la pregunta sobre el origen de las cargas.

Y nos invitan a reconocer algo fundamental.

La historia que una parte presenta, la carga que lleva consigo y la identidad que la sostiene son dimensiones relacionadas, pero diferentes.

Comprender esa distinción puede ayudarnos a escuchar con mayor profundidad lo que aparece durante el acompañamiento.

La carga y la parte que la sostiene

En IFS, una carga no es lo mismo que una parte.

Las partes forman parte de la multiplicidad natural de nuestra experiencia interior.

Pueden tener sentimientos, deseos, necesidades, perspectivas y capacidades propias.

También mantienen relaciones entre sí y desempeñan diferentes funciones dentro del sistema.

Las cargas son emociones, creencias y otros contenidos que las partes han asumido a partir de determinadas experiencias y que pueden limitar su libertad.

Una parte que originalmente era espontánea y curiosa puede llegar a sentirse profundamente avergonzada.

Otra puede convencerse de que nunca debe confiar en nadie.

Una tercera puede asumir la responsabilidad de controlar permanentemente las circunstancias para evitar que algo terrible vuelva a suceder.

Estas creencias y responsabilidades pueden convertirse en cargas que condicionan su funcionamiento.

La parte continúa existiendo más allá de aquello que ha tenido que llevar consigo.

Esta distinción tiene una consecuencia fundamental para nuestra investigación.

Cuando una experiencia traumática permanece activa, necesitamos preguntarnos qué está continuando.

Puede persistir una emoción.

Una creencia acerca del mundo.

Una respuesta corporal.

Una estrategia protectora.

También puede conservarse una historia organizada alrededor de una identidad diferenciada.

Y estas posibilidades no son equivalentes.

Imaginemos a una parte que afirma que separarse de la familia es peligroso.

Podemos reconocer la creencia que sostiene.

También podemos conocer el temor que aparece cuando contempla la posibilidad de alejarse.

Pero todavía necesitamos descubrir qué experiencia le dio sentido a esa convicción.

La parte podría relacionarla con un acontecimiento de la infancia.

Podría expresar una responsabilidad transmitida dentro de la familia.

O podría presentar una historia atribuida a otra existencia.

En cada caso, la carga puede manifestarse de manera semejante mientras el relato sobre su origen resulta muy diferente.

Esto nos permite formular una pregunta que acompañará todo el capítulo.

¿Conocer la carga significa que ya conocemos su origen?

Nuestra investigación sugiere que son dos descubrimientos diferentes.

Y los casos que hemos reunido permiten comprenderlo con mayor claridad.

Las cargas desde la perspectiva de IFS

IFS ya dispone de una comprensión de las cargas que va más allá de las experiencias individuales de la infancia.

Richard Schwartz distingue las cargas personales, las cargas de legado y las llamadas cargas no adheridas.

Las **cargas personales** son aquellas que las partes adquieren a partir de las experiencias de la propia vida.

Las **cargas de legado** están relacionadas con historias familiares, ancestrales y culturales. Pueden expresar creencias, responsabilidades y sufrimientos que una persona ha recibido de generaciones anteriores o de los grupos a los que pertenece.

Las **cargas no adheridas** constituyen una categoría diferente. Se trata de experiencias que parecen presentarse dentro del mundo interior sin pertenecer a las partes del propio sistema. Schwartz y Robert Falconer han explorado estos fenómenos, que algunas personas interpretan como presencias o influencias ajenas.

Estas distinciones muestran que IFS ya reconoce diferentes procedencias para aquello que encontramos durante el trabajo interior.

Pero hay otro elemento especialmente significativo para nuestra investigación.

En su seminario sobre la espiritualidad de IFS, Schwartz relata que algunas partes presentan escenas que las personas comprenden como pertenecientes a otras vidas.

Menciona experiencias relacionadas con guerras y hambrunas.

Según explica, estos contenidos aparecen con poca frecuencia en su práctica, pero puede acompañarlos mediante una secuencia semejante a la que utiliza con las cargas personales y ancestrales: atestiguamiento, rescate y liberación de cargas.

Esto significa que el encuentro con historias atribuidas a otras existencias ya tiene un antecedente dentro de la experiencia clínica que describe el propio creador de IFS.

Schwartz no necesita establecer la realidad histórica de cada escena para acompañar a la parte que la presenta.

Puede reconocer su experiencia, escuchar lo que necesita y facilitar su transformación.

Este punto constituye un apoyo fundamental para nuestro recorrido.

Las tradiciones regresivas que hemos estudiado ofrecen diferentes explicaciones sobre la procedencia y continuidad de esas historias.

IFS nos ofrece una manera de relacionarnos con las partes que las experimentan.

El aporte de El Caldero consiste en profundizar las posibilidades de origen y continuidad de las cargas, conservando la relación respetuosa con las partes que propone IFS.

A partir de esta base podemos ampliar nuestra investigación sin abandonar el modelo que nos sirve de punto de partida.

Una carga nacida durante la vida presente

Comencemos por una experiencia que pertenece claramente al territorio de la biografía actual.

Paul Aurand describe el caso de Melanie, una mujer que había desarrollado una relación muy difícil con la alimentación.

Durante el trabajo apareció una parte a la que llamó «Comedulces».

Según el relato, cuando Melanie tenía seis años había sufrido abusos sexuales por parte de su padre.

La parte había desarrollado una estrategia protectora relacionada con el aumento de peso.

Su lógica era sencilla y profundamente significativa desde su propia perspectiva.

Estar gorda la mantendría a salvo de nuevas agresiones.

La estrategia había surgido en circunstancias donde la niña carecía de recursos para protegerse.

Pero muchos años después continuaba activa.

Melanie tenía alrededor de sesenta años y su padre había fallecido.

Las circunstancias habían cambiado radicalmente.

Sin embargo, la parte seguía organizada alrededor de la antigua necesidad de protección.

Durante el acompañamiento, Aurand exploró aquella función y procuró ayudar a la parte a reconocer que el peligro original había terminado.

También la invitó a considerar las consecuencias que su estrategia estaba teniendo en la salud presente de Melanie.

El relato describe un cambio en la creencia protectora y una modificación de su relación con los dulces.

Aquí podemos distinguir con bastante claridad las dimensiones que venimos investigando.

Hay una parte que desempeña una función protectora.

Existe una experiencia biográfica relacionada con el origen de esa función.

Y encontramos una creencia que permanece activa mucho después de que las circunstancias hayan cambiado.

Desde IFS podemos reconocer la importancia de conocer la intención protectora antes de intentar modificar la conducta.

La parte había desarrollado una estrategia para mantener a salvo a Melanie.

Comprender esa intención permite relacionarse con ella de manera diferente.

También podemos reconocer que la actualización de las circunstancias resulta importante, aunque no sustituye por sí sola todo el trabajo que una parte vulnerable pueda necesitar.

El caso muestra cómo una carga puede organizar una estrategia protectora durante décadas.

Pero también nos ofrece un punto de comparación.

¿Qué sucede cuando una parte expresa una creencia igualmente intensa y la historia que presenta parece pertenecer a una vida diferente?

Antes de explorar esa posibilidad, necesitamos detenernos en otro territorio: las cargas que parecen llegar a través de la familia.

Las cargas que recibimos de quienes nos precedieron

Nuestra experiencia interior se desarrolla dentro de una historia familiar.

Nacemos en un mundo donde otras personas ya han vivido acontecimientos que influyen en las relaciones, las expectativas y las condiciones que encontramos.

Podemos recibir amor, conocimientos, recursos y capacidades.

También podemos crecer rodeados de temores, secretos, mandatos y estrategias protectoras que se desarrollaron mucho antes de nuestro nacimiento.

Una familia que atravesó situaciones de pobreza puede transmitir una preocupación intensa por la seguridad económica.

Otra, marcada por experiencias de violencia, puede organizar sus relaciones alrededor de la desconfianza.

También encontramos historias familiares donde determinadas emociones, como la vergüenza o la culpa, atraviesan diferentes generaciones.

En IFS se utiliza el concepto de *cargas de legado* para comprender ciertos contenidos que las partes llevan y que se relacionan con experiencias familiares o ancestrales.

La persona puede sentir esas cargas como profundamente propias, aunque su historia se extienda más allá de los acontecimientos que ha vivido directamente.

Estas cargas pueden transmitirse de diferentes maneras.

A través de las relaciones familiares, las conductas aprendidas, los mensajes explícitos o implícitos y las expectativas que acompañan el desarrollo de una persona.

También encontramos interpretaciones que atribuyen a esas experiencias una dimensión energética o espiritual.

Conviene distinguir ambos niveles.

Reconocer que una persona lleva una carga relacionada con la historia de su familia no establece automáticamente el mecanismo mediante el cual llegó a sostenerla.

Pero sí permite comprender que las experiencias anteriores al nacimiento pueden tener una presencia significativa en el mundo interior.

Y que una parte puede asumir una responsabilidad relacionada con acontecimientos que no vivió personalmente.

Esta posibilidad encuentra un paralelo en algunos modelos transpersonales que hemos estudiado.

Frank: una culpa que parecía pertenecer al bisabuelo

Paul Aurand y Sophia Kramer presentan el caso de Frank, un hombre que experimentaba dificultades económicas recurrentes.

Según el relato, era una persona profesionalmente competente, pero sus negocios terminaban atravesando situaciones de fracaso.

Durante el proceso apareció una historia relacionada con su bisabuelo.

Aquel antepasado habría tenido un negocio en Europa y, después de una crisis económica, se habría apropiado de dinero perteneciente a sus empleados antes de huir a Estados Unidos.

La experiencia quedó vinculada con sentimientos de culpa y vergüenza.

Dentro de la interpretación de Aurand y Kramer, Frank llevaba una carga relacionada con la historia del bisabuelo.

El fracaso económico aparecía asociado a una forma de autocastigo.

Como si una parte de su mundo interior necesitara responder por una deuda que pertenecía a otra generación.

La intervención fue descrita como una devolución del equipaje ancestral.

Frank habría podido diferenciar su propia vida de la historia de su antepasado y abandonar una responsabilidad que no necesitaba continuar sosteniendo.

Los autores informan una modificación posterior de su relación con el trabajo y una mejora de sus resultados económicos.

Ese desenlace forma parte del relato, aunque no permite establecer por sí solo que la historia ancestral fuera la causa de sus dificultades financieras.

La multiplicidad más allá de una vida

Lo que nos interesa es la organización de la experiencia.

Una persona puede sentirse responsable de algo que no hizo.

Puede sostener una culpa cuya explicación no encuentra fácilmente en su propia biografía.

Y puede experimentar alivio al reconocer que determinada responsabilidad pertenece a otra historia.

Desde IFS, podemos investigar qué partes están relacionadas con ese sentimiento.

Tal vez una parte considera indispensable reparar una injusticia.

Otra puede temer que prosperar signifique traicionar a quienes sufrieron antes.

También podemos encontrar una parte que confunde la lealtad familiar con la necesidad de repetir determinados destinos.

Estas son posibilidades de exploración, no afirmaciones documentadas sobre partes específicas de Frank.

El relato de Aurand y Kramer no describe necesariamente las mismas unidades de experiencia que IFS.

Pero ofrece una pregunta importante.

¿Puede una parte llevar una responsabilidad relacionada con una historia anterior al nacimiento de la persona?

Las cargas de legado nos invitan a responder que sí, aunque el modo de comprender su transmisión dependa del modelo que utilicemos.

E.: el dolor de una línea de mujeres

Encontramos otra experiencia significativa en el trabajo de Ana María Aguirre.

En el caso de una persona identificada como E., una exploración mediante respiración transpersonal dio lugar a una experiencia relacionada con las mujeres de su linaje.

Durante el proceso apareció una sucesión de antepasadas.

La experiencia incluía sentimientos y acontecimientos vinculados con violencia, abusos, pérdidas, secretos y sufrimientos que parecían haberse acumulado a lo largo de generaciones.

El proceso permitió que E. entrara en contacto con aquel dolor y experimentara una transformación emocional.

En el relato se describe una sensación de paz que fue interpretada como significativa para integrantes vivos y fallecidos de la familia.

Esta experiencia pertenece a un marco distinto del utilizado por Aurand.

No estamos ante una parte protectora que explica verbalmente su función.

Tampoco ante una historia regresiva atribuida a una existencia personal anterior.

La experiencia se organiza alrededor del encuentro con un linaje.

Para nuestra investigación, esta diferencia es fundamental.

La multiplicidad más allá de una vida

El sufrimiento puede presentarse como una experiencia individual.

Pero también puede adquirir una forma relacional, donde el dolor parece pertenecer a numerosas personas vinculadas entre sí.

La intensidad de una experiencia de este tipo no establece que cada acontecimiento atribuido a las antepasadas haya ocurrido históricamente tal como apareció.

Pero permite reconocer cómo una persona puede experimentar su mundo interior profundamente relacionado con la historia de quienes la precedieron.

Desde IFS, podemos interesarnos por las partes que sostienen sentimientos de lealtad, culpa, vergüenza o responsabilidad frente a la familia.

También podemos explorar cómo se relacionan con la historia que aparece.

¿Una parte teme abandonar a las mujeres que sufrieron?

¿Otra considera que sentirse libre implica desentenderse de ellas?

¿Hay una parte que necesita reconocimiento por aquello que ha tenido que sostener?

Las respuestas pueden ser muy diferentes.

Lo importante es que el trabajo con partes permite conocer la relación particular que cada persona mantiene con esas historias.

Y eso nos conduce hacia una dimensión que se extiende más allá de los vínculos familiares.

Las cargas que pertenecen a un mundo compartido

No todas las cargas que llevamos proceden exclusivamente de experiencias individuales o familiares.

Las partes también se desarrollan dentro de contextos sociales y culturales.

Una persona puede crecer recibiendo mensajes sobre lo que significa ser valiosa, fuerte, exitosa, respetable o digna de amor.

Puede aprender que determinadas emociones son peligrosas.

Que mostrar vulnerabilidad representa una debilidad.

Que el valor personal depende de la productividad.

O que ciertas características propias deben mantenerse ocultas para conservar la aceptación de los demás.

Estos mensajes pueden adquirir una presencia profunda en el mundo interior.

Algunas partes se esfuerzan por cumplirlos.

Otras se rebelan frente a ellos.

Y algunas permanecen cargadas de vergüenza por no conseguir ajustarse a esas expectativas.

En IFS, las cargas de legado cultural permiten reconocer cómo los sistemas interiores pueden quedar afectados por creencias y condiciones que pertenecen a un contexto social más amplio.

Estas experiencias no necesitan proceder de un acontecimiento traumático único.

Pueden desarrollarse mediante una exposición prolongada a expectativas, desigualdades, amenazas o mensajes repetidos.

También pueden reforzarse dentro de la familia y de las relaciones cotidianas.

Por eso, las cargas personales, familiares y culturales pueden encontrarse profundamente entrelazadas.

Imaginemos a una persona que siente vergüenza cada vez que necesita pedir ayuda.

Una parte puede relacionar ese sentimiento con una experiencia concreta de humillación durante la infancia.

Otra puede expresar el mandato familiar de resolver siempre los problemas sin depender de nadie.

Y el conjunto puede estar influido por una cultura que considera la autosuficiencia como una condición indispensable del valor personal.

Las tres dimensiones pueden participar de una misma experiencia.

Reconocerlas permite evitar que toda la explicación recaiga sobre la biografía individual.

También nos recuerda que las partes pueden estar respondiendo a condiciones reales del entorno, y no solamente a interpretaciones interiores que necesitan modificarse.

Esta distinción tiene consecuencias importantes para el acompañamiento.

Una parte que desconfía puede haber aprendido esa actitud porque vivió circunstancias en las que confiar resultaba peligroso.

Escucharla incluye comprender su historia y las condiciones en las que surgió su protección.

La ampliación de nuestra mirada sobre las cargas permite reconocer que algunas experiencias personales están profundamente relacionadas con el mundo compartido.

Cuando aparece una historia anterior al nacimiento

Regresemos ahora al territorio transpersonal.

A lo largo de este libro hemos conocido relatos donde determinados temores, creencias y respuestas emocionales aparecen vinculados con historias que las personas experimentan como pertenecientes a otras existencias.

En algunas regresiones, la persona reconoce una identidad diferente de la actual.

Puede experimentar sus circunstancias, comprender sus decisiones y sentir emociones que parecen continuar teniendo significado en el presente.

A veces encuentra una relación muy clara entre aquella historia y una dificultad de su vida actual.

En otras ocasiones, la experiencia adquiere sentido durante el propio proceso, sin que la persona hubiera anticipado su contenido.

Los regresionistas que hemos estudiado ofrecen explicaciones diferentes acerca de estos fenómenos.

Roger Woolger describe experiencias traumáticas que permanecen asociadas con pensamientos, emociones y respuestas corporales.

Andy Tomlinson encuentra patrones que relaciona con historias atribuidas a otras vidas y con estados de conciencia que pueden permanecer atrapados.

Thomas Zinser desarrolló, a partir de sus experiencias clínicas y las enseñanzas atribuidas a Gerod, una concepción de estados del yo que pueden conservar su organización más allá de una existencia.

También hemos conocido los modelos de Michael Newton, Dolores Cannon y Seth, que presentan explicaciones distintas sobre la relación entre memoria, alma y personalidad.

Estas fuentes amplían nuestra comprensión de los posibles orígenes de una experiencia interior.

Pero también nos obligan a distinguir cuidadosamente qué aparece durante una sesión.

Una escena regresiva puede contener una historia completa.

Puede acompañarse de emociones y sensaciones corporales intensas.

También puede incluir un protagonista con el que la persona se identifica profundamente.

Sin embargo, todavía necesitamos conocer si ese protagonista se manifiesta como un interlocutor interior diferenciado.

La presencia de una historia no establece automáticamente que exista una parte que conserve esa identidad.

Y aquí encontramos un caso especialmente ilustrativo.

Wendy: una promesa que parecía venir de otra vida

Roger Woolger describe el caso de Wendy, una mujer que experimentaba una ansiedad intensa cuando necesitaba alejarse de su hogar y de su familia.

Aquella dificultad había estado presente desde su infancia.

Durante una regresión apareció una historia en la que Wendy se experimentó como un niño indígena norteamericano.

El niño había salido a cazar con su padre.

Cuando regresaron al campamento, encontraron que hombres blancos habían atacado a su familia.

Su madre y sus hermanos habían sido asesinados.

El niño intentó defenderlos y también murió durante el ataque.

El relato incluía un pensamiento final cargado de culpa:

«Nunca debí haberlos dejado solos».

La multiplicidad más allá de una vida

Woolger relacionó aquella convicción con la dificultad de Wendy para separarse de sus seres queridos durante la vida presente.

Desde esa interpretación, la ansiedad aparecía vinculada con una experiencia de responsabilidad que había permanecido sin resolver.

El niño había salido del campamento.

Cuando regresó, su familia estaba muerta.

Y la conclusión que había extraído de aquella experiencia era que nunca debería haberlos abandonado.

Esta historia nos permite reconocer una carga particularmente significativa.

La creencia de que separarse de los seres queridos puede tener consecuencias terribles.

Pero todavía necesitamos preguntarnos quién sostiene esa creencia durante la vida actual.

¿Wendy conserva una memoria emocional vinculada con aquella historia?

¿Una parte de su sistema asumió la responsabilidad de evitar nuevas separaciones?

¿La identidad del niño continúa existiendo de alguna manera?

¿O la experiencia regresiva permite acceder a una historia que representa y organiza un temor presente?

Estas posibilidades no reciben la misma respuesta del relato disponible.

Woolger presenta la experiencia como una historia de vida anterior relacionada con la dificultad actual.

La existencia de una parte diferenciada que dialogue desde una identidad propia no queda establecida en el resumen que hemos reunido.

Esta distinción nos permite apreciar el valor del caso sin atribuirle características que no documenta.

Desde IFS podemos explorar directamente la relación de Wendy con las partes que temen separarse.

Podemos conocer qué creen que sucederá si se aleja de sus seres queridos.

También podemos acompañar las emociones y experiencias que aparezcan.

Y si surge una historia como la descrita durante la regresión, podemos recibirla y explorarla sin necesidad de anticipar la explicación acerca de su procedencia.

El caso muestra cómo una experiencia atribuida a otra vida puede adquirir un significado profundo dentro de un proceso de transformación.

Y nos invita a mantener diferenciadas la carga, la historia y la identidad que eventualmente la sostiene.

Marasena: cuando una identidad trae su propia historia

El trabajo de Thomas Zinser ofrece otro tipo de material.

La multiplicidad más allá de una vida

Recordemos el caso de Candace y una identidad llamada Marasena.

Durante el proceso apareció un estado del yo atribuido a otra existencia.

Marasena conservaba una historia relacionada con situaciones de coerción, conflicto y necesidad de mantener el poder y la seguridad.

La identidad seguía atrapada en una lucha de voluntades con un hombre que la dominaba.

Su relación con el entorno continuaba organizada alrededor de aquel conflicto, que consideraba vigente.

En este caso encontramos algo diferente de lo que observamos en el resumen de Wendy.

Marasena aparece como un interlocutor con perspectiva e intenciones propias.

Su lucha puede explorarse relacionalmente.

Y el proceso se orienta hacia la posibilidad de que reconozca circunstancias diferentes de aquellas en las que quedó atrapada.

En la sesión 103 de las comunicaciones atribuidas a Gerod, se propone ofrecerle una experiencia consciente del presente de Candace.

La finalidad es permitir que la identidad compruebe que ya no se encuentra en las condiciones que originaron su temor y su necesidad de control.

La transformación comienza cuando la parte puede reconocer una realidad diferente.

Este caso aporta una dimensión fundamental a nuestra pregunta sobre el origen.

La historia regresiva aparece organizada alrededor de una identidad que expresa necesidades y sostiene una relación propia con lo sucedido.

Pero todavía necesitamos distinguir la experiencia clínica de la explicación acerca de su naturaleza.

Zinser describe el encuentro con un estado del yo.

Gerod ofrece una concepción espiritual según la cual esa identidad pertenece a otra existencia y conserva su organización dentro de la memoria del alma.

Desde nuestra investigación, podemos reconocer el valor relacional del proceso y estudiar la explicación transpersonal que lo acompaña.

La semejanza con IFS aparece especialmente en la necesidad de conocer la perspectiva de la identidad antes de intentar transformarla.

Marasena necesita comprender que las circunstancias han cambiado.

Pero también necesita sentirse suficientemente segura para aceptar esa posibilidad.

Una identidad puede permanecer relacionada con una historia anterior y necesitar una experiencia presente para dejar de reaccionar desde ella.

Esta idea reúne aspectos del trabajo con partes y de las regresiones que hemos estudiado.

La multiplicidad más allá de una vida

El juez que también tenía un niño interior

David Furlong aporta un caso que introduce una complejidad adicional.

En su artículo sobre el trabajo con el Self transpersonal, presenta una experiencia relacionada con la identidad de un juez severo atribuida a otra existencia.

Durante la exploración apareció que aquel juez también contenía una parte infantil.

Se trataba de un niño de nueve años profundamente afectado por su relación con el padre.

El relato describe cómo aquella experiencia infantil influía en la organización emocional del juez y en su manera de relacionarse con los demás.

Cuando la parte vulnerable recibió acompañamiento, el juez pudo revisar sentimientos de resentimiento y avanzar hacia una relación diferente con su historia.

Este caso resulta especialmente interesante porque presenta multiplicidad dentro de una identidad regresiva.

No encontramos solamente una personalidad atribuida a otra existencia.

Esa personalidad aparece, a su vez, organizada alrededor de una experiencia infantil y de una parte que necesita atención.

Aquí la pregunta sobre el origen se amplía.

Una parte de la personalidad presente podría relacionarse con una identidad regresiva.

Esa identidad regresiva podría contener sus propias partes vulnerables y protectoras.

Y las cargas de esas partes podrían tener significado para la experiencia actual.

Esta es una posibilidad que surge del relato y de la concepción transpersonal utilizada por Furlong.

No establece por sí sola que el juez haya existido históricamente ni que todas las identidades regresivas posean una organización idéntica a la de IFS.

Pero permite explorar una cuestión que resulta fundamental para nuestro libro.

Si encontramos una identidad atribuida a otra vida, ¿podría esa identidad tener también su propio sistema de partes?

Como vimos en el capítulo 6, el juez no solamente reconoce a su parte infantil: también entra en contacto con su propio *Transpersonal Self*. Dentro del modelo de Furlong, encontramos así una organización que incluye partes y un centro de conciencia capaz de relacionarse con ellas, con una estructura semejante a la que describe IFS, aunque no debamos identificar ambos conceptos automáticamente.

La experiencia descrita por Furlong permite considerar esta posibilidad.

Y nos recuerda que la relación entre una parte, una identidad y una personalidad puede adquirir diferentes niveles de complejidad.

También nos conduce hacia una pregunta que desarrollaremos en el capítulo siguiente: qué significa integrar una identidad cuando esa identidad contiene, a su vez, otras partes.

Aurand: diferentes capas de una misma experiencia

Paul Aurand ofrece una aproximación que puede ayudarnos a organizar esta diversidad.

En el modelo de nueve capas que describe en su trabajo sobre sanación esencial, diferencia niveles relacionados con el niño interior, las partes y el equipaje ancestral.

En los materiales que hemos reunido, estas dimensiones corresponden respectivamente a las capas cuarta, quinta y sexta.

Cada una representa un territorio de exploración.

El niño interior permite acceder a experiencias relacionadas con la infancia, las necesidades vulnerables y las historias tempranas.

El trabajo con partes reconoce configuraciones interiores que desarrollan funciones, relaciones y estrategias protectoras.

El equipaje ancestral introduce experiencias atribuidas a generaciones anteriores y responsabilidades que pueden mantenerse activas en la vida presente.

Aurand no presenta estas categorías como equivalentes exactos de los conceptos de IFS.

Su modelo utiliza una organización propia y diferentes procedimientos de acompañamiento.

Pero la distinción tiene valor para nuestra investigación.

Una experiencia puede involucrar simultáneamente a una parte protectora, una herida infantil y una carga relacionada con la historia familiar.

Cada dimensión requiere ser conocida en sus propios términos.

Esto nos permite comprender que clasificar una experiencia por su origen puede resultar insuficiente.

Una parte puede sostener una carga de legado.

Esa carga puede reactivar una herida personal.

Y ambas pueden estar relacionadas con una estrategia protectora que continúa operando en el presente.

El sistema interior reúne experiencias de procedencias diferentes.

Por eso necesitamos una manera de ordenar nuestras preguntas que conserve esa complejidad.

Tres modelos para la continuidad de una herida

Los capítulos anteriores nos permitieron reconocer tres explicaciones especialmente relevantes acerca de la continuidad del trauma más allá de una existencia.

En Michael Newton, el alma conserva la memoria de sus experiencias.

Una herida no resuelta puede dejar una impronta que continúa teniendo significado para su desarrollo posterior.

En Gerod, determinados estados del yo pueden permanecer relacionados con experiencias anteriores, conservar su organización y reactivarse durante otra existencia.

La multiplicidad más allá de una vida

En Seth, una personalidad continúa existiendo dentro de su propio marco de realidad y puede influir en otras expresiones de la misma Entidad.

Estas concepciones proponen maneras diferentes de comprender la relación entre identidad y continuidad.

Pero todas permiten considerar que una experiencia traumática puede tener significado más allá de la biografía donde se originó.

Desde nuestra pregunta actual, cada una conduce hacia una exploración diferente.

Si adoptamos la perspectiva de Newton, podemos investigar una carga como expresión de una experiencia conservada en la memoria del alma.

Desde Gerod, podemos interesarnos por la posibilidad de que una identidad diferenciada conserve la historia y vuelva a manifestarse.

En Seth, podemos imaginar relaciones entre personalidades que continúan existiendo dentro de una conciencia multidimensional.

El origen aparente de una carga puede ser semejante mientras la explicación sobre su continuidad resulta profundamente distinta.

Esto nos recuerda algo importante.

Cuando una parte presenta una experiencia atribuida a otra existencia, todavía necesitamos conocer qué relación mantiene con esa historia.

Puede experimentarla como propia.

Puede reconocerla como una memoria que aparece ante ella.

Puede expresar la convicción de ser la identidad que la vivió.

O puede experimentar emociones relacionadas con otra conciencia, sin identificarse completamente con ella.

Estas diferencias merecen atención porque permiten conocer mejor la experiencia presente.

Y también nos preparan para considerar posibilidades que no dependen necesariamente de una continuidad reencarnacional.

Una historia que puede ser verdadera de otra manera

Durante una exploración interior pueden aparecer imágenes y escenas muy intensas.

Algunas personas experimentan recuerdos que identifican con acontecimientos de su propia biografía.

Otras encuentran historias familiares.

También pueden surgir escenas atribuidas a vidas anteriores.

Pero existen experiencias cuyo origen no resulta posible determinar.

Una parte puede presentarse como un niño encerrado en una habitación desconocida.

Otra puede expresar su sufrimiento mediante la imagen de una prisión.

La multiplicidad más allá de una vida

Una tercera puede aparecer como una figura histórica o mitológica.

Estas experiencias pueden tener un significado profundo para la persona.

Su contenido simbólico puede permitir que una parte exprese algo que resulta difícil comunicar mediante palabras.

También es posible que una escena reúna recuerdos, emociones, conocimientos culturales e imágenes que la persona no identifica conscientemente.

La intensidad emocional de una experiencia no establece por sí sola su procedencia histórica.

Pero tampoco determina que deba ser reducida a una fantasía irrelevante.

En IFS, podemos escuchar a una parte y conocer su experiencia sin imponer anticipadamente una explicación acerca de su origen.

Esta disposición resulta especialmente valiosa cuando el contenido pertenece al territorio transpersonal.

Dolores Cannon introduce una posibilidad adicional mediante su concepción de las improntas.

En algunos de sus relatos, una conciencia puede acceder a registros de experiencias que no necesariamente vivió personalmente.

Dentro de esa explicación, el encuentro con una historia atribuida a otra existencia no implica siempre continuidad directa de la identidad que la experimenta.

Esto introduce una alternativa a las explicaciones reencarnacionales habituales.

La persona podría acceder a una experiencia significativa sin que esa historia forme parte de una biografía anterior propia.

Y también podemos considerar la posibilidad de que determinadas imágenes se organicen simbólicamente alrededor de necesidades y emociones presentes.

Estas explicaciones no son equivalentes.

La impronta de Cannon pertenece a su modelo espiritual.

La experiencia simbólica puede comprenderse desde diferentes tradiciones psicológicas y contemplativas.

Pero ambas nos recuerdan que el contenido de una escena y su procedencia son asuntos diferentes.

Una historia puede resultar profundamente significativa aunque todavía desconozcamos la naturaleza de la experiencia que la hizo aparecer.

Diana: cuando la historia parece pertenecer a alguien más

Lucy Aspra describe el caso de Diana, una mujer que experimentaba irritación persistente en la garganta y temor a expresar sus opiniones.

Durante una regresión apareció una escena situada en el antiguo Egipto.

Diana experimentó la historia de un tallador de piedra que había sido ejecutado mediante un corte en el cuello.

La multiplicidad más allá de una vida

La relación entre aquella muerte y sus dificultades actuales parecía ofrecer una explicación semejante a la que encontramos en otros relatos de regresión.

Podría tratarse de una experiencia traumática de otra existencia que continuaba manifestándose mediante sensaciones corporales y temores durante la vida presente.

Sin embargo, el proceso adquirió un significado diferente.

Dentro de la interpretación espiritual presentada por Aspra, aquella historia no pertenecía a una existencia anterior de Diana.

Se atribuyó a un espíritu que habría quedado vinculado a ella cuando tenía trece años.

Desde esa perspectiva, Diana estaba experimentando el sufrimiento de otra identidad, cuya historia no formaba parte de su propio recorrido reencarnacional.

La intervención también cambió.

En lugar de trabajar la escena como una carga que una parte de Diana necesitaba liberar, se acompañó a la presencia interpretada como ajena hacia la Luz.

El relato informa que posteriormente desapareció la irritación de garganta.

La experiencia merece atención porque permite reconocer algo fundamental para nuestra investigación.

Una misma escena regresiva puede recibir explicaciones muy diferentes acerca de su origen.

El tallador egipcio podría ser interpretado como una identidad perteneciente a otra existencia de Diana.

También podría representar una experiencia simbólica relacionada con el temor a expresarse.

Aspra propone una tercera explicación: una identidad ajena al sistema cuya experiencia se manifiesta en Diana.

Cada interpretación modifica nuestra comprensión de aquello que necesita acompañamiento.

En IFS, las cargas no adheridas ofrecen un antecedente para explorar experiencias que parecen no pertenecer al sistema personal.

Pero aquí resulta indispensable conservar una precaución.

Una parte protectora puede presentarse de forma amenazante, hostil o extraña. Su apariencia no establece que se trate de una presencia externa.

Si confundimos a un protector con algo ajeno y procuramos expulsarlo, podemos rechazar precisamente a una parte que necesita ser conocida y acompañada.

Por eso, antes de decidir qué estamos encontrando, necesitamos explorar su relación con la persona y con el sistema.

El caso de Diana documenta una experiencia regresiva y la interpretación espiritual que ofreció su facilitadora. El alivio informado no demuestra por sí solo la existencia independiente del supuesto espíritu ni la causa del síntoma.

Su aporte para nuestro recorrido reside en otra cuestión.

La multiplicidad más allá de una vida

Nos muestra que la historia que aparece, su protagonista y la procedencia atribuida a esa identidad pueden constituir preguntas diferentes.

Y que una interpretación prematura del origen puede modificar profundamente la dirección del acompañamiento.

De las categorías de IFS a los cinco territorios de El Caldero

Después de recorrer los diferentes modelos y casos, podemos proponer una organización que amplíe nuestra mirada sobre el origen de las cargas.

Esta propuesta parte de las distinciones que ya encontramos en IFS.

Schwartz reconoce cargas personales, cargas de legado y cargas no adheridas. También ha acompañado partes que presentan escenas atribuidas a otras vidas.

Nuestro recorrido permite ampliar y organizar esas posibilidades mediante cinco territorios de exploración.

No se trata de sustituir las categorías de IFS ni de construir una clasificación cerrada.

El mapa de El Caldero busca distinguir de dónde parece proceder una experiencia, cómo continúa manifestándose y qué relación mantiene con la parte o identidad que la sostiene.

El territorio personal

Corresponde a las cargas que las partes adquieren durante la vida presente.

Incluye experiencias infantiles, pérdidas, conflictos, acontecimientos traumáticos y circunstancias que llevan a las partes a desarrollar funciones protectoras extremas.

El caso de Melanie permite reconocer esta dimensión.

La parte «Comedulces» había desarrollado una estrategia durante la infancia y continuaba sosteniéndola décadas después.

Este territorio encuentra su correspondencia en las cargas personales de IFS.

El territorio familiar e intergeneracional

Incluye experiencias relacionadas con el linaje, las historias familiares, los mandatos, los secretos y las responsabilidades transmitidas entre generaciones.

Los casos de Frank y E. muestran diferentes formas de experimentar esas conexiones.

Aquí encontramos una correspondencia con las cargas de legado de IFS.

Las explicaciones sobre su transmisión pueden variar entre los modelos psicológicos, relacionales y espirituales que hemos estudiado.

El territorio transbiográfico

Comprende experiencias que las personas atribuyen a existencias anteriores o a identidades cuyas historias parecen extenderse más allá de su biografía actual.

Wendy presenta una historia regresiva relacionada con una creencia cargada de culpa.

Marasena aparece como una identidad diferenciada que conserva una historia propia y necesita actualizar su relación con el presente.

Los modelos de Newton, Gerod y Seth ofrecen explicaciones diferentes sobre la continuidad de estas experiencias.

Este territorio constituye uno de los principales campos de profundización de El Caldero.

Pero no representa una incorporación completamente ajena a IFS: Schwartz también ha descrito partes que presentan escenas interpretadas como procedentes de otras vidas y ha explicado cómo las acompaña.

Nuestro aporte consiste en explorar con mayor profundidad qué podría estar continuando: una memoria, una carga, un estado del yo o una personalidad diferenciada.

El territorio relacional, cultural y colectivo

Incluye cargas relacionadas con las creencias, expectativas, amenazas y condiciones compartidas por comunidades y grupos sociales.

Una parte puede sostener vergüenza, temor o responsabilidades vinculadas con los mensajes culturales que ha recibido.

En IFS, estas experiencias encuentran correspondencia con las cargas de legado cultural.

Las distinguimos como territorio propio para reconocer la importancia de los sistemas sociales y culturales más allá de la historia particular de una familia.

Este territorio puede superponerse con los anteriores.

El territorio simbólico o de procedencia indeterminada

Incluye imágenes, escenas, historias y experiencias cuyo origen no podemos establecer con claridad.

Pueden expresar contenidos psicológicos, recuerdos, experiencias espirituales o configuraciones simbólicas que adquieren significado durante el acompañamiento.

En ocasiones, una escena puede resultar profundamente transformadora sin que conozcamos su procedencia.

Este quinto territorio constituye una aportación metodológica de El Caldero.

Permite reconocer que algunas experiencias necesitan ser acompañadas sin que dispongamos de elementos suficientes para clasificarlas dentro de un origen determinado.

Cuando algo parece ajeno al sistema

Las cargas no adheridas requieren una consideración adicional.

En los relatos de Schwartz y Falconer, algunas experiencias parecen proceder de algo que no pertenece a las partes personales ni a la historia familiar.

El caso de Diana presenta una interpretación espiritual de este tipo.

Lo distinguimos de los cinco territorios anteriores porque aquí no estamos preguntando solamente de dónde procede una carga, sino también si aquello que aparece pertenece al sistema o se experimenta como una presencia ajena.

Esta diferencia tiene consecuencias importantes para el acompañamiento.

Una identidad que parece extraña puede ser una parte protectora del sistema.

También puede presentarse como una experiencia que la persona interpreta de otra manera.

El discernimiento requiere conocer lo que aparece antes de imponerle una identidad o una procedencia.

El mapa queda así organizado a partir de las categorías de IFS, ampliado mediante las experiencias transpersonales y abierto a situaciones cuyo origen todavía desconocemos.

Su utilidad no depende de clasificar todas las experiencias.

Depende de ayudarnos a formular preguntas más precisas sin perder de vista a la persona y a las partes que necesitan acompañamiento.

Cuando diferentes historias se encuentran en una misma parte

Imaginemos una persona que siente una necesidad intensa de hacerse cargo de los demás.

Una parte considera que nunca debe abandonar a quienes dependen de ella.

La persona puede reconocer esta actitud en diferentes situaciones.

Le cuesta descansar.

Siente culpa cuando establece límites.

Y experimenta ansiedad si alguien cercano atraviesa dificultades que ella no puede resolver.

Al explorar la historia de la parte, podría aparecer una experiencia infantil donde tuvo que asumir responsabilidades demasiado grandes para su edad.

También podría descubrir un mandato familiar: en su casa, cuidar a los demás siempre había sido más importante que atender las propias necesidades.

El contexto cultural podría haber reforzado esa expectativa.

Y durante una experiencia regresiva podría surgir una historia semejante a la de Wendy, donde separarse de la familia aparece vinculado con consecuencias terribles.

Todas estas dimensiones podrían relacionarse con una misma convicción protectora.

Pero eso no significa que todas deban estar presentes en cada caso.

Tampoco que necesitemos buscar activamente una historia de otra vida cuando la parte está mostrando una experiencia biográfica que necesita atención.

Lo importante es reconocer que las cargas pueden tener una organización compleja.

Una parte puede asumir una responsabilidad en respuesta a diferentes experiencias.

También puede llevar cargas que se refuerzan mutuamente.

La intervención no consiste en encontrar la explicación más amplia posible.

Consiste en conocer la experiencia que la parte necesita mostrar y acompañarla de manera adecuada.

Esto modifica nuestra relación con la pregunta acerca del origen.

La multiplicidad más allá de una vida

Podemos interesarnos por la historia de una parte sin exigirle que presente una narración completa.

Podemos reconocer una carga aunque todavía desconozcamos todos los acontecimientos relacionados con ella.

Y podemos continuar explorando cuando aparecen nuevas dimensiones.

La comprensión puede desarrollarse gradualmente, a medida que la parte encuentra condiciones para mostrar aquello que lleva consigo.

Una historia no es necesariamente una parte

Aquí necesitamos recuperar una distinción que apareció durante nuestra comparación de casos.

No todas las experiencias transpersonales muestran partes diferenciadas.

En el caso de Wendy, encontramos una historia regresiva que permite comprender una creencia relacionada con la culpa y la separación.

Pero el resumen disponible no documenta que el niño indígena se manifieste como una parte autónoma que dialogue durante el proceso.

En Marasena encontramos una identidad que expresa voluntad y una perspectiva propia.

En el caso del juez descrito por Furlong, aparece incluso una parte infantil dentro de la identidad regresiva.

Estos fenómenos comparten algunas características, pero no describen exactamente lo mismo.

La presencia de una imagen o de un recuerdo no equivale automáticamente a la presencia de una parte.

Una parte puede expresar su historia mediante imágenes.

También puede comunicarse a través de sensaciones, emociones o pensamientos.

Pero reconocer a una parte implica explorar una organización interior que puede incluir necesidades, intenciones, relaciones y una perspectiva propia.

Esta distinción es importante porque evita convertir todos los contenidos regresivos en identidades independientes.

También permite comprender por qué algunas experiencias necesitan procedimientos diferentes.

Una persona puede beneficiarse de comprender el significado de una escena.

Otra puede necesitar acompañar una emoción corporal intensa.

Y una parte diferenciada puede requerir una relación de confianza antes de aceptar cualquier transformación.

Desde IFS, la presencia de una parte nos invita a conocerla.

¿Cómo se siente?

¿Qué intenta conseguir?

¿Qué teme que ocurra?

¿Qué necesita que comprendamos?

Y cuando aparecen otras partes relacionadas con ella, también necesitamos conocer sus perspectivas.

La riqueza de IFS está en ofrecer una manera respetuosa de explorar esas relaciones.

Nuestro recorrido transpersonal amplía las historias que pueden aparecer durante esa exploración.

Pero la ampliación no exige abandonar las distinciones que permiten comprender qué estamos acompañando.

El riesgo de decidir demasiado pronto

Cuando una experiencia resulta extraordinaria, puede despertar un interés igualmente intenso en quien acompaña.

Una parte que presenta una historia atribuida a otra vida puede generar entusiasmo.

Una escena relacionada con un antepasado puede despertar la convicción de que hemos encontrado el origen de una dificultad.

También puede ocurrir lo contrario.

El facilitador puede sentirse incómodo ante una experiencia transpersonal e intentar explicarla inmediatamente como una fantasía o una representación simbólica.

En ambos casos aparece el mismo problema.

Una interpretación comienza a organizar el encuentro antes de que hayamos conocido suficientemente la experiencia.

Desde IFS, sabemos que nuestras propias partes pueden intervenir durante el acompañamiento.

Una parte entusiasmada puede querer descubrir algo extraordinario.

Otra puede sentirse obligada a encontrar una explicación coherente.

También puede aparecer una parte que desconfía de todo aquello que no encaja en sus conocimientos previos.

Reconocer estas respuestas nos permite recuperar una actitud de mayor apertura.

El trabajo no requiere que la persona acompañada adopte nuestras creencias.

Tampoco que nosotros neguemos nuestras convicciones personales.

Necesitamos distinguir nuestra comprensión del fenómeno de la experiencia particular que la persona está viviendo.

Esto resulta especialmente importante en los procedimientos que utilizan hipnosis y estados modificados de conciencia.

Las expectativas del facilitador y la manera de formular las preguntas pueden influir en el contenido que aparece.

Por eso es fundamental evitar sugerir acontecimientos, identidades o explicaciones como si constituyeran respuestas que la persona debería encontrar.

También necesitamos reconocer que una transformación emocional significativa no establece por sí sola la exactitud histórica de una escena.

La persona puede experimentar alivio, encontrar sentido y modificar profundamente su relación con una carga.

Esos cambios merecen ser reconocidos.

La interpretación sobre el origen de la experiencia constituye una cuestión adicional.

Esta distinción permite que la investigación conserve libertad y profundidad.

Y protege algo que considero fundamental: el derecho de cada persona a descubrir el significado de su experiencia sin quedar sometida a las expectativas de quien la acompaña.

Escuchar antes de explicar

Después de todo este recorrido, encuentro que una de las consecuencias más valiosas para IFS es la importancia de mantener abierta la pregunta sobre el origen mientras conocemos a la parte.

Durante una sesión, una persona puede encontrar una identidad que afirma proceder de otra existencia.

También puede experimentar una carga que atribuye a su familia o a un antepasado.

O puede aparecer una imagen cuyo significado todavía desconoce.

Nuestra actitud inicial puede conservar algo esencial.

Interesarnos por lo que está ocurriendo.

Si hay una parte presente, podemos explorar cómo se siente la persona hacia ella.

Podemos ayudarla a tomar distancia de las partes que estén reaccionando, cuando sea necesario.

Y podemos conocer a la identidad o al aspecto que necesita atención.

¿Qué siente?

¿Qué intenta hacer?

¿Qué teme?

¿Desde cuándo considera que necesita sostener esa responsabilidad?

¿Hay algo que quisiera que comprendiéramos?

Estas preguntas nos permiten aproximarnos a la experiencia sin necesidad de definir anticipadamente su procedencia.

La parte puede presentar recuerdos.

La multiplicidad más allá de una vida

Puede mostrar imágenes.

También puede expresar una convicción que necesita ser comprendida.

En ocasiones, conocer su historia permitirá reconocer claramente una experiencia de la infancia.

En otras aparecerán vínculos familiares o acontecimientos que la persona no había relacionado con aquella carga.

Y también pueden surgir historias atribuidas a otras existencias.

El recorrido puede desarrollarse desde la experiencia de la parte, sin necesidad de orientar el proceso hacia un origen determinado.

Esto no significa que las diferencias entre los modelos carezcan de importancia.

Nuestro libro ha dedicado numerosos capítulos a comprenderlas.

Pero durante el acompañamiento, el encuentro con la parte puede preceder a la explicación sobre su naturaleza.

Podemos acompañar lo que una parte experimenta antes de decidir de dónde procede su historia.

Esta disposición permite conservar la curiosidad y el respeto mientras seguimos ampliando nuestra comprensión de la conciencia.

Lo que este recorrido ha cambiado en mi mirada

A lo largo de mi trayectoria he conocido experiencias regresivas en las que las personas encuentran historias atribuidas a otras existencias y trabajan traumas relacionados con ellas.

Esas experiencias forman parte de mi convicción de que el trauma sobrevive a la muerte.

El recorrido de este libro ha ampliado las preguntas que surgen de esa certeza.

Porque la continuidad del trauma no resuelve automáticamente la naturaleza de la identidad que lo sostiene.

Hemos conocido modelos que sitúan la experiencia en la memoria del alma.

Otros describen estados del yo que conservan su organización y pueden reactivarse durante otra existencia.

Y Seth ofrece una concepción donde las personalidades continúan existiendo e influyendo en otras expresiones de una misma conciencia multidimensional.

También hemos encontrado cargas familiares, culturales y experiencias simbólicas que muestran cómo una historia puede tener significado más allá de la biografía personal.

Todo ello ha enriquecido mi comprensión de las partes.

Me interesa especialmente que podamos conservar la profundidad de IFS mientras ampliamos nuestra mirada sobre las historias que aparecen.

El modelo nos enseña a reconocer la multiplicidad natural, comprender las funciones protectoras y acompañar a las partes para que puedan liberar sus cargas.

La multiplicidad más allá de una vida

Las fuentes transpersonales nos invitan a considerar que algunas de esas cargas pueden tener relaciones con experiencias que exceden una sola existencia.

Pero también nos recuerdan que memoria, carga, parte e identidad no designan necesariamente la misma realidad.

Esta distinción permite explorar las experiencias transpersonales con mayor precisión.

Una parte puede mostrar una historia de otra vida.

Pero todavía necesitamos conocer qué relación mantiene con ella.

Puede llevar una carga asociada a esa historia.

También puede experimentarse como la identidad que vivió aquellos acontecimientos.

Y esas posibilidades pueden requerir formas de acompañamiento diferentes.

Para mí, este es uno de los aportes más importantes que surge del diálogo entre IFS y las tradiciones regresivas.

Ampliar nuestra comprensión del origen de las cargas también requiere ampliar nuestra capacidad para distinguir qué estamos encontrando.

No necesitamos elegir entre una mirada psicológica y una espiritual como si fueran necesariamente excluyentes.

Podemos investigar sus relaciones, reconocer sus diferencias y seguir aprendiendo de las experiencias concretas.

Una parte puede ser mucho más que su historia

Hay algo que necesito destacar antes de cerrar este capítulo.

Durante nuestro recorrido hemos hablado extensamente de cargas, traumas y experiencias que permanecen sin resolver.

Pero las partes no se reducen a las historias dolorosas que llevan consigo.

IFS nos enseña que las partes poseen cualidades y capacidades que pueden expresarse con mayor libertad cuando dejan de sostener funciones extremas.

Una parte crítica puede descubrir otras maneras de contribuir al bienestar del sistema.

Una parte temerosa puede recuperar curiosidad y confianza.

Otra, profundamente avergonzada, puede encontrar una relación diferente consigo misma y con los demás.

Estas transformaciones no requieren que la parte desaparezca.

La carga puede liberarse mientras la identidad conserva su capacidad de participar en el conjunto.

Esta distinción adquiere un significado todavía más amplio cuando consideramos las experiencias transpersonales.

La multiplicidad más allá de una vida

Una identidad relacionada con una historia atribuida a otra vida podría conservar características propias más allá del trauma que presenta.

También puede tener capacidades, intereses y una perspectiva que exceden los acontecimientos dolorosos que la llevaron a manifestarse.

El caso del juez descrito por Furlong nos recuerda que una identidad regresiva puede contener otras experiencias interiores que necesitan ser conocidas.

La concepción de Gerod permite imaginar estados del yo que conservan su individualidad después de liberar su sufrimiento.

Y Seth presenta personalidades que participan de una conciencia mayor sin que toda su existencia esté organizada alrededor de una herida.

Estas perspectivas nos invitan a reconocer que el origen de una carga representa solamente una dimensión de la historia de una parte.

La transformación puede permitir que esa parte descubra otras posibilidades.

Por eso, después de investigar de dónde proceden las cargas, necesitamos formular una nueva pregunta.

¿Qué queda de una parte cuando ha dejado de llevar aquello que la mantenía atrapada?

La respuesta tiene consecuencias profundas para nuestra comprensión de la identidad, la integración y la multiplicidad.

Y será el centro de nuestro siguiente capítulo.

Parte IV. El aporte de El Caldero a IFS

Capítulo 12. Identidad, integración y multiplicidad

¿Qué queda cuando una parte deja de sufrir?

Una parte ha pasado muchos años intentando evitar que algo terrible vuelva a suceder.

Ha vigilado las relaciones, anticipado peligros y mantenido a la persona en un estado permanente de preocupación. Su trabajo ha resultado agotador, pero está convencida de que abandonar aquella responsabilidad sería peligroso.

Durante el acompañamiento, comienza a comprender que las circunstancias han cambiado. Puede reconocer el sufrimiento que la llevó a asumir esa tarea, recibir ayuda y liberar las cargas que llevaba consigo.

Entonces sucede algo extraordinario.

La parte descubre que ya no necesita continuar haciendo aquello que ha hecho durante tantos años.

Pero ¿qué ocurre con ella?

¿Deja de existir? ¿Se transforma en otra parte? ¿Abandona su función y permanece dentro del sistema? ¿O encuentra una nueva manera de relacionarse con la totalidad a la que pertenece?

Estas preguntas adquieren especial importancia después del recorrido que hemos realizado.

En los primeros capítulos conocimos la multiplicidad natural de la mente y las funciones que las partes pueden desarrollar para protegernos. Después exploramos relatos de regresión en los que aparecían identidades atribuidas a otras existencias.

También examinamos modelos espirituales que describen la continuidad de determinadas experiencias después de la muerte.

Y en el capítulo anterior distinguimos la historia que una parte presenta, la carga que lleva consigo y la identidad que la sostiene.

Ahora podemos dar un paso más.

Si una parte puede liberar sus cargas, necesitamos comprender qué sucede con su identidad.

Esta pregunta nos permite reunir algunos de los aportes más interesantes de IFS y de las tradiciones transpersonales que hemos estudiado.

También nos enfrenta a una distinción fundamental.

La transformación de una experiencia y el destino posterior de quien la vivió son dos cuestiones diferentes.

La parte permanece cuando libera su carga

IFS nos ofrece un punto de partida especialmente valioso.

La multiplicidad forma parte de nuestra naturaleza. Las partes pueden desarrollar funciones, establecer relaciones y expresar capacidades propias.

La multiplicidad más allá de una vida

Las experiencias dolorosas pueden llevarlas a asumir cargas y responsabilidades que limitan su libertad.

Pero esas cargas constituyen solamente una dimensión de su experiencia.

Imaginemos una parte que se ha convertido en una crítica implacable. Durante años ha señalado errores, anticipado fracasos y exigido un rendimiento cada vez mayor.

Desde fuera, su comportamiento puede parecer destructivo. La persona puede sentir que estaría mucho mejor si aquella voz desapareciera.

Sin embargo, cuando comenzamos a conocerla, podemos descubrir que intenta evitar algo que considera todavía más doloroso.

Quizá teme que la persona vuelva a experimentar una humillación, pierda el amor de alguien importante o fracase en aquello de lo que depende su seguridad.

La dureza de su comportamiento está relacionada con una responsabilidad que asumió para proteger al sistema.

Desde IFS, podemos interesarnos por esa intención y por la historia que llevó a la parte a desarrollar semejante estrategia.

Cuando encuentra suficiente seguridad y puede liberar sus cargas, descubre que existen otras maneras de contribuir al bienestar de la persona.

Su atención a los detalles puede expresarse como discernimiento. Su perseverancia puede convertirse en constancia. Y su interés por la seguridad puede encontrar formas de cuidado que ya no dependan de la crítica.

La parte sigue formando parte del sistema.

Lo que cambia es su relación con aquello que antes la mantenía atrapada.

Al liberar una carga, el sistema conserva a la parte que la llevaba.

Esta distinción atraviesa IFS y constituye una de las claves para comprender las diferentes nociones de integración que encontraremos en este capítulo.

Seis transformaciones que conviene distinguir

Durante nuestro recorrido encontramos diferentes procesos que suelen describirse mediante palabras semejantes.

A veces se habla de sanar una parte. Otras veces, de liberarla, actualizarla, rescatarla, reconciliarla o integrarla.

En algunos modelos espirituales también aparece la idea de que una identidad regresa a una conciencia mayor.

Estas expresiones pueden referirse a cambios diferentes.

Una parte puede **liberar una carga** cuando deja de sostener emociones, creencias o responsabilidades extremas que había asumido a partir de determinadas experiencias.

También puede **actualizar su percepción** cuando reconoce que las circunstancias actuales son distintas de aquellas en las que quedó atrapada.

La multiplicidad más allá de una vida

Puede **cambiar de función**, abandonando una estrategia protectora extrema para desarrollar otra manera de contribuir al bienestar del sistema.

Dos partes pueden **reconciliarse** cuando comprenden sus respectivas necesidades y encuentran una relación más cooperativa.

Una identidad puede **integrarse**, aunque el significado de ese proceso depende del modelo que utilicemos.

Y finalmente aparece la posibilidad de que una parte **desaparezca**, sea absorbida o deje de manifestarse en la experiencia de la persona.

Estas transformaciones pueden relacionarse, pero cada una plantea una pregunta diferente.

Una parte puede actualizar su percepción y continuar sosteniendo una carga. Puede modificar su función sin haber resuelto todavía todo el sufrimiento relacionado con su historia.

También puede reconciliarse con otra parte y conservar sus propias características.

Y una identidad puede formar parte de una organización mayor sin perder su individualidad.

Transformarse, integrarse y desaparecer nombran destinos distintos.

La riqueza de nuestra investigación depende de reconocer esas diferencias.

Ned y Melanie: cuando cambia la función

Recordemos dos casos de Paul Aurand que examinamos anteriormente.

Ned convivía con un Crítico Interno que atacaba continuamente su desempeño en el fisicoculturismo. Aquella faceta creía que la exigencia y el maltrato podían protegerlo de la vergüenza del fracaso.

Durante el proceso, se propuso que el crítico se convirtiera en un entrenador positivo.

La parte podía continuar interesándose por el rendimiento de Ned, pero ayudándolo mediante estímulos y orientaciones constructivas.

Permanecía el interés por el desempeño. Se transformaba la estrategia de protección.

Algo semejante ocurrió con Melanie.

Su parte «Comedulces» había desarrollado la convicción de que aumentar de peso podía mantenerla a salvo de las agresiones que había sufrido durante la infancia.

Décadas después, aquella estrategia continuaba activa.

Aurand ayudó a la parte a reconocer que las circunstancias habían cambiado y le propuso asumir una nueva función relacionada con el cuidado de la alimentación y la salud de Melanie.

La intención de proteger continuaba presente.

Lo que cambiaba era la manera de hacerlo.

Desde IFS, esta transformación nos invita a considerar también a la niña de seis años que aquella parte había intentado proteger.

La multiplicidad más allá de una vida

La actualización de una estrategia puede abrir el camino para conocer a las partes vulnerables que motivaron su aparición y acompañarlas en la liberación de sus propias cargas.

La transformación del protector y el trabajo con el exiliado forman parte de una relación que merece atención.

Estos dos casos muestran que la identidad de una parte contiene mucho más que la función extrema que ha desempeñado.

Tom Holmes describe transformaciones semejantes en su trabajo con partes: un crítico puede encontrar una función de consejero y una parte preocupada puede expresar una vigilancia sensata.

Robert Falconer también destaca que, al liberar sus cargas, las partes pueden recuperar capacidades naturales, entre ellas una vigilancia saludable.

En todos estos ejemplos encontramos una comprensión compartida.

La parte conserva cualidades que pueden contribuir al bienestar del sistema.

La transformación permite que esas capacidades se expresen de manera más libre.

La multiplicidad como una riqueza que merece conservarse

Robert Falconer utiliza una imagen provocadora para explicar esta idea.

El objetivo de IFS no consiste en introducir todas las partes en una licuadora para obtener un puré homogéneo.

La comparación resulta especialmente expresiva.

Si eliminásemos las diferencias entre las partes, perderíamos también las capacidades particulares que cada una puede aportar.

Falconer propone pensar en una banda de música o en un equipo donde distintos integrantes cumplen funciones complementarias.

La riqueza del conjunto depende de esa diversidad.

Una parte puede aportar creatividad.

Otra, discernimiento.

Otra puede expresar sensibilidad, perseverancia o capacidad de juego.

El liderazgo de Self permite que esas cualidades encuentren una organización más cooperativa.

La unidad del sistema adquiere así un significado diferente.

Podemos sentirnos más integrados cuando nuestras partes dejan de luchar entre sí, aunque continúen siendo distintas.

Una persona puede experimentar mayor armonía interior precisamente porque sus diferentes capacidades comienzan a colaborar.

Desde esta perspectiva, la integración transforma las relaciones.

El sistema se enriquece cuando cada parte puede participar con mayor libertad.

Y esta idea será importante cuando examinemos los modelos que describen identidades atribuidas a otras existencias.

Porque algunos autores transpersonales también rechazan la desaparición de las individualidades, aunque lo hacen por razones diferentes.

Falconer destaca la riqueza funcional de la multiplicidad.

Gerod, como veremos, fundamenta la continuidad de los estados del yo en su naturaleza consciente y en su pertenencia al alma.

Ambas perspectivas permiten imaginar una unidad que conserva la diversidad.

La transformación de las relaciones

Una parte puede estar profundamente polarizada con otra.

Un protector considera indispensable mantener el control, mientras otra parte necesita descansar y abandonar responsabilidades.

Una quiere acercarse a los demás. Otra está convencida de que las relaciones representan una amenaza.

Estas posiciones pueden experimentar sus necesidades como incompatibles.

Cada parte considera que su estrategia es necesaria para proteger algo importante. Y los intentos de una pueden activar las defensas de la otra.

Desde IFS comprendemos que estas polarizaciones pueden mantener al sistema atrapado en conflictos prolongados.

La transformación requiere conocer las necesidades y los temores de las partes involucradas.

Cuando encuentran suficiente seguridad, pueden comenzar a comprender las intenciones de las demás.

La reconciliación permite transformar esa relación.

Una parte puede conservar su deseo de seguridad y otra continuar valorando la libertad.

Lo que cambia es la manera de relacionarse con esas necesidades.

Pueden comenzar a colaborar.

Y el sistema puede encontrar posibilidades que antes permanecían inaccesibles porque las partes estaban demasiado ocupadas defendiéndose unas de otras.

Esta transformación es distinta de la descarga de una carga individual.

La descarga permite liberar aquello que una parte llevaba consigo.

La reconciliación modifica la organización de las relaciones entre diferentes partes.

Ambos procesos pueden facilitarse mutuamente.

Una parte puede estar más dispuesta a liberar una carga cuando reconoce que otras partes ya no representan una amenaza.

Y la liberación de una carga puede permitir que una polarización pierda su intensidad.

La transformación adquiere entonces una dimensión relacional.

La unidad del sistema se desarrolla mediante la cooperación entre partes diferenciadas, bajo el liderazgo de Self.

Pero nuestro recorrido ha encontrado una concepción espiritual que atribuye a esta reconciliación un significado todavía más amplio.

Spirit: reconciliar las partes antes de morir

En el capítulo 8 conocimos las comunicaciones que Robert Falconer atribuye a una presencia denominada *Spirit*.

Entre las enseñanzas recogidas aparece una afirmación especialmente relevante para nuestra investigación: las partes podrían dispersarse después de la muerte del cuerpo físico.

Spirit relaciona esta posibilidad con determinadas enseñanzas tibetanas y de Gurdjieff.

Y ofrece una orientación que encuentra una resonancia profunda con IFS:

«Reconcilia y reúne a tus partes».

Dentro de esta concepción espiritual, las partes poseen una continuidad que excede la vida física.

La dispersión representaría una posibilidad relacionada con la falta de integración del sistema.

La reconciliación durante la vida permitiría desarrollar una organización interior más unida.

Esta explicación convierte el trabajo con partes en algo que adquiere significado también ante la muerte.

La transformación de las relaciones interiores podría influir en la manera en que la conciencia atraviesa esa transición.

En el capítulo 8 también conocimos el testimonio de Derek Scott, practicante de IFS que trabajó conscientemente con sus partes mientras se preparaba para morir.

Scott describió cómo reconocía a dos protectores que llamaba «los gemelos»: la negación y la incredulidad.

Después pudo acercarse a otras partes que expresaban tristeza, protesta ante la sensación de que era «demasiado pronto» y arrepentimiento por experiencias que quedaban pendientes.

Su proceso muestra una forma profundamente humana de aplicar IFS en el final de la vida.

Spirit ofrece una explicación espiritual sobre el posible destino de las partes.

Scott comparte una experiencia personal de reconciliación mientras todavía estaba vivo.

La relación entre ambos materiales resulta especialmente significativa.

La reconciliación puede transformar nuestra manera de vivir.

Y, dentro de la concepción transmitida por Spirit, también podría tener importancia para la continuidad de las partes después de la muerte.

Esto nos permite recuperar una pregunta que formulamos anteriormente.

La multiplicidad más allá de una vida

Si nuestras partes continúan más allá de esta vida, ¿qué significado puede tener que hayan encontrado paz entre ellas antes de morir?

La respuesta de Spirit es que esa reconciliación ayuda a reunir lo que podría dispersarse.

IFS nos ofrece una manera de cultivar esa relación durante la vida presente.

Una identidad puede contener otras identidades

En capítulos anteriores encontramos una cuestión que amplía considerablemente nuestra comprensión de la multiplicidad.

Algunas identidades parecen contener otras identidades diferenciadas.

Richard Schwartz ha descrito experiencias de trabajo donde una parte presenta subpartes y puede acceder a Self.

Esta organización introduce la posibilidad de diferentes niveles de multiplicidad dentro de la experiencia interior.

Algo semejante aparece en el caso de Fred, descrito por Dolores Cannon.

Recordemos que durante el proceso surgió una voz infantil que expresaba enojo por la manera en que Fred la trataba.

Aquella voz pedía reconocimiento y una relación menos confrontativa.

Pero hay un detalle especialmente interesante en su manera de hablar.

En algunos momentos utiliza el plural.

«Nos sentimos muy negativos».

«Nos grita mucho».

Ese «nosotros» abre una pregunta acerca de la organización del interlocutor que se expresa.

¿Está hablando por otras partes?

¿Se refiere a diferentes aspectos de la experiencia interior de Fred?

¿O utiliza el plural para describir una relación más amplia con su personalidad consciente?

El relato permite reconocer esa multiplicidad en el lenguaje, aunque no desarrolla un mapa completo de las identidades a las que podría referirse.

Y esta cuestión adquiere una profundidad todavía mayor en el caso de Furlong.

El juez y el niño: dos identidades, dos caminos

En su artículo sobre el trabajo con el *Transpersonal Self*, David Furlong describe una experiencia en la que apareció la identidad de un juez severo atribuida a una existencia anterior.

El juez expresaba ira, odio y agresividad.

Al establecer contacto con su *Transpersonal Self*, se exploró qué lo mantenía atrapado en aquel estado.

La multiplicidad más allá de una vida

Entonces apareció una parte infantil.

Era un niño de nueve años que había sufrido violencia por parte de su padre.

Según el relato, antes de que el niño pudiera recibir la ayuda necesaria se trabajó con varias presencias que Furlong interpretó como entidades oscuras vinculadas a su experiencia.

Después de ese proceso, el niño fue acompañado de regreso al plano espiritual.

Pero la historia del juez todavía necesitaba continuar.

Una vez que estuvo dispuesto a relacionarse con su propio *Transpersonal Self*, pudo avanzar hacia una experiencia de reconciliación.

Furlong describe que el juez llegó a pedir perdón a las personas a quienes había castigado injustamente.

Finalmente, también él fue acompañado de regreso al plano espiritual.

Desde la perspectiva de la consultante, aquella identidad dejó de representar un problema.

Este relato merece una atención especial porque describe dos recorridos diferenciados.

Primero, el niño encuentra ayuda y continúa su propio camino.

Después, el juez realiza otro proceso y también regresa al plano espiritual.

Furlong presenta ambas transformaciones como relacionadas, pero atribuye al juez un proceso propio de reconciliación, que incluye su relación con el *Transpersonal Self* y con las personas a quienes había perjudicado.

La secuencia nos permite considerar una posibilidad extraordinariamente interesante.

Una identidad puede contener otra identidad y, sin embargo, ambas pueden continuar caminos diferentes después de su transformación.

Dentro del modelo de Furlong, el niño encuentra su propio camino, y el juez puede continuar posteriormente el suyo.

Cada uno posee una relación particular con la totalidad espiritual a la que pertenece.

Este aspecto adquiere mayor significado cuando conocemos una de las afirmaciones centrales de Furlong: cada parte contiene un fragmento del alma que le proporciona vida, libre albedrío y capacidad de cambiar.

Desde esa perspectiva, incluso una parte que aparece dentro de otra personalidad puede poseer un recorrido propio.

La experiencia introduce una multiplicidad de relaciones que excede la organización habitual de una sola personalidad humana.

En el modelo de Seth encontramos una concepción que amplía todavía más esta posibilidad.

Una personalidad forma parte de una Entidad. Los fragmentos pueden desarrollar autonomía. Y las totalidades pueden participar de organizaciones de conciencia más amplias.

La diferenciación puede aparecer en distintos niveles y conservar su significado dentro de cada uno de ellos.

Esto nos permite formular una pregunta de gran alcance.

¿Puede una identidad formar parte de una totalidad mayor y contener, a su vez, otras identidades?

El caso del juez nos invita a considerar que esa organización puede incluir relaciones entre identidades que conservan recorridos propios.

Y nos lleva hacia otra pregunta fundamental.

¿Quién o qué determina hacia dónde continúa cada parte después de su transformación?

Furlong ofrece una respuesta que merece un lugar propio en nuestra comparación.

Furlong: el destino se orienta según las necesidades de cada identidad

En el capítulo 6 conocimos el *Transpersonal Self* de David Furlong y su importancia dentro del acompañamiento.

El autor también distingue un *Conscious Self*, relacionado con la experiencia consciente de la persona encarnada.

Dentro de su modelo, el *Conscious Self* participa de la vida física, mientras el *Transpersonal Self* posee una perspectiva espiritual más amplia del desarrollo del alma.

Este último tendría conocimiento de las necesidades y del recorrido de las diferentes identidades.

La distinción resulta especialmente importante cuando consideramos el destino de las partes después de una intervención.

Furlong describe una orientación general.

Las partes atribuidas a existencias anteriores suelen ser acompañadas hacia el plano espiritual.

Las partes de la vida presente suelen recibir ayuda para liberar sus cargas y reintegrarse en el sistema actual.

Pero también describe excepciones.

Algunas partes profundamente traumatizadas de la vida presente pueden necesitar regresar a la Luz.

Y determinadas partes atribuidas a otras existencias pueden encontrar integración dentro de la encarnación actual.

La procedencia de la parte constituye una referencia importante, pero su destino depende de una consideración más particular.

Dentro del modelo de Furlong, el *Transpersonal Self* orienta el proceso según aquello que cada identidad necesita.

Esta es una diferencia fundamental respecto de la cartografía de Gerod que examinaremos a continuación.

En Gerod, la existencia donde se originó un estado del yo determina el nivel del alma en que encuentra integración.

La multiplicidad más allá de una vida

En Furlong, el origen establece una tendencia, pero existen diferentes posibilidades de destino.

El criterio decisivo se encuentra en la orientación del *Transpersonal Self* para cada situación.

La respuesta se vuelve entonces más individualizada.

Una parte puede necesitar continuar su relación con el sistema actual.

Otra puede encontrar paz regresando al plano espiritual.

Y una identidad atribuida a otra existencia puede permanecer vinculada con la encarnación presente cuando eso forma parte del proceso que se considera adecuado para ella.

En la concepción de Furlong, el destino depende también de las necesidades particulares de la identidad que vivió la experiencia.

La procedencia ayuda a comprender a una parte; su necesidad orienta el camino que puede seguir.

Esta distinción constituye una de las contribuciones más fértiles que encontramos al comparar los diferentes modelos.

Porque permite reconocer que dos identidades con un origen semejante pueden encontrar transformaciones y destinos diferentes.

Y que una parte de la vida presente puede seguir un recorrido distinto del que habitualmente esperaríamos dentro del trabajo con IFS.

Gerod: integrar sin disolver

En las enseñanzas de Gerod transmitidas por Thomas Zinser encontramos una explicación especialmente elaborada sobre el destino de los estados del yo después de su transformación.

Recordemos que, dentro de este modelo, ciertos estados del yo pueden conservar su organización más allá de la experiencia que los originó.

Algunos permanecen relacionados con acontecimientos de la vida presente.

Otros son interpretados como identidades que proceden de existencias anteriores.

Gerod describe un *Lugar de Integración* donde estos estados del yo pueden establecer una relación diferente con la totalidad a la que pertenecen.

En la sesión 98, del 7 de julio de 1989, ofrece una explicación especialmente significativa:

Hay quienes creen que estos estados del yo no son la persona real, que deben ser absorbidos tan fuertemente que dejen de ser... pero en esencia, son parte del todo y lo que han hecho es hacer el todo más grande... Es como si en lugar de disolver algo dentro, lo adhirieras o acoplaras.

La imagen tiene un significado profundo.

Integrar consiste en incorporar una identidad a una totalidad mayor, conservando aquello que aporta.

La experiencia del estado del yo enriquece al conjunto.

La multiplicidad más allá de una vida

La transformación permite abandonar las cargas que lo mantenían atrapado, mientras su individualidad continúa teniendo significado.

Aquí encontramos una resonancia con IFS, pero también una diferencia importante en los fundamentos.

Falconer rechaza la imagen de una personalidad convertida en un puré homogéneo porque cada parte aporta capacidades diferentes al sistema.

Gerod rechaza la disolución porque concibe los estados del yo como centros de conciencia que forman parte de una totalidad espiritual.

La integración conserva la riqueza de esas identidades.

Y la totalidad se amplía mediante su participación.

Para Gerod, integrar una identidad significa enriquecer el conjunto con aquello que esa identidad ha llegado a ser.

Pero su modelo introduce una diferencia adicional.

Los estados del yo de la vida presente y aquellos atribuidos a otras existencias encuentran destinos distintos.

¿Integrarse en qué totalidad?

Esta es una de las preguntas más importantes de nuestro recorrido.

Cuando hablamos de integración, necesitamos saber en qué totalidad estamos situando ese proceso.

En IFS, la parte liberada permanece dentro del sistema de la persona y puede encontrar una función diferente bajo el liderazgo de Self.

En el modelo de Gerod y Zinser, los estados del yo habitan una realidad psíquica propia.

Los estados del yo correspondientes a la vida presente pueden encontrar un lugar de integración relacionado con la conciencia actual.

Zinser describe ese lugar como un ámbito adyacente al yo consciente, comunicado con él mediante una puerta.

La imagen resulta especialmente significativa.

La identidad encuentra un lugar propio y conserva la posibilidad de relación con la conciencia de la persona.

El proceso describe una integración que incluye cierta diferenciación dentro de la cartografía espiritual del autor.

IFS presenta una organización distinta.

La parte descargada continúa participando del sistema actual y puede elegir nuevas formas de contribuir a su bienestar.

En Gerod, los estados del yo se relacionan con una realidad espiritual que posee lugares y niveles diferenciados.

La multiplicidad más allá de una vida

En IFS, la transformación se desarrolla dentro de un sistema de relaciones entre partes y Self.

Y la diferencia es todavía mayor cuando consideramos los estados del yo atribuidos a otras existencias.

Dentro de la explicación de Gerod, estos estados pertenecen al nivel del alma correspondiente a la vida en que se originaron.

Después de recibir ayuda y liberar sus cargas, el *Higher Self* puede acompañarlos hacia ese nivel.

La personalidad presente puede dejar de experimentar las consecuencias de aquella identidad, mientras esta encuentra su lugar dentro de la organización espiritual a la que pertenece.

En Gerod, el destino de un estado del yo está vinculado con la existencia en la que se formó.

Este criterio permite comprender por qué una identidad de otra vida puede recibir ayuda durante una sesión actual y, sin embargo, encontrar integración en otro nivel del alma.

La vida presente ofrece una oportunidad de transformación.

El destino corresponde a la historia de origen.

Marasena: una identidad que vuelve a encontrar su tiempo

El caso de Marasena permite reconocer concretamente esta diferencia.

Durante el trabajo con Candace apareció una identidad femenina atribuida a otra existencia.

Marasena seguía atrapada en una lucha de voluntades con un hombre que la dominaba.

Su experiencia estaba organizada alrededor de la necesidad de conservar poder y seguridad.

En la sesión 103, Gerod propuso que aquella identidad pudiera conocer el presente de Candace mediante una *experiencia consciente*.

El propósito era permitirle comprobar que las circunstancias habían cambiado.

Marasena podía descubrir que ya no se encontraba bajo el dominio de aquel hombre.

Y que existían condiciones diferentes para comprender su historia.

Desde IFS reconocemos la importancia de ayudar a una parte a actualizar su percepción del tiempo y del peligro.

Pero el desenlace interpretado por Zinser y Gerod introduce una dimensión diferente.

Después de su transformación, Marasena habría sido acompañada por el *Higher Self* hacia su lugar de integración en el nivel del alma correspondiente a su propia existencia.

Este caso permite reconocer dos movimientos.

La identidad deja de permanecer atrapada en las circunstancias traumáticas que seguía experimentando.

Y encuentra un lugar dentro de la organización espiritual a la que Gerod atribuye su continuidad.

La actualización del trauma ocurre mediante una experiencia presente.

La multiplicidad más allá de una vida

La integración pertenece a una cartografía más amplia del alma.

Esta distinción nos ayuda a comprender cómo una sesión durante la vida actual podría facilitar la transformación de una identidad cuya historia se extiende más allá de esa biografía.

Seth: identidades que ya forman parte de una totalidad

La concepción de Seth introduce un contraste todavía más profundo.

En el capítulo 10 exploramos su propuesta acerca de las personalidades reencarnacionales y el *Presente Espacioso*.

Dentro de ese modelo, las diferentes existencias participan de una organización multidimensional de conciencia.

Las personalidades pueden coexistir dentro de una Entidad mayor, aunque nosotros percibamos sus experiencias como pertenecientes a distintos momentos.

Esto transforma el significado de la integración.

En un modelo secuencial, una personalidad termina una existencia y puede atravesar un proceso posterior de aprendizaje y transformación.

En Seth, la personalidad continúa desarrollándose dentro de su propio marco de realidad.

Su relación con la Entidad ya existe dentro de una organización temporal más amplia.

La integración puede comprenderse como una ampliación de las relaciones y del conocimiento compartido entre identidades diferenciadas.

Pero la personalidad conserva su individualidad.

Y si una de ellas mantiene conflictos sin resolver, continúa explorándolos en su propia realidad.

También puede influir en otras expresiones de la Entidad.

Desde esta perspectiva, la pregunta acerca de dónde debe ir una personalidad después de liberar sus cargas adquiere otro significado.

La identidad ya pertenece a una totalidad multidimensional.

Su desarrollo puede continuar mediante relaciones con otras expresiones de esa conciencia.

El criterio fundamental es la simultaneidad.

En Seth, la integración puede ampliar la relación entre identidades que ya coexisten dentro de una misma Entidad.

Esta concepción ofrece otra manera de imaginar la unidad.

Las personalidades continúan desarrollando experiencias propias.

Y la totalidad se enriquece mediante las relaciones entre ellas.

Cuatro criterios para comprender el destino de una parte

Después de examinar estos modelos, podemos reunir una de las comparaciones más importantes de El Caldero.

La multiplicidad más allá de una vida

Todos permiten considerar transformaciones profundas de las identidades.

Pero utilizan criterios diferentes para comprender qué sucede después.

En **IFS**, el criterio fundamental es la pertenencia al sistema.

Una parte propia puede liberar sus cargas y continuar participando de la vida interior con nuevas capacidades y funciones.

Las experiencias interpretadas como cargas no adheridas reciben una consideración diferente porque parecen proceder de algo que no pertenece al sistema.

Schwartz y Falconer describen maneras de acompañar esas presencias hacia una salida o hacia la Luz, conservando una actitud de respeto.

En **Gerod y Zinser**, el criterio principal es la existencia de origen.

Los estados del yo pertenecen a determinados niveles del alma y encuentran integración en el ámbito correspondiente.

En **Furlong**, el criterio decisivo es la orientación particular del *Transpersonal Self*.

El origen de la parte permite establecer una tendencia, pero las necesidades de cada identidad pueden conducir hacia destinos diferentes.

Y en **Seth**, el criterio se transforma mediante una concepción simultánea del tiempo.

Las personalidades ya forman parte de una Entidad multidimensional y continúan desarrollándose dentro de sus propios marcos de realidad.

Podemos reunir estas diferencias de una manera sencilla:

Modelo	**Criterio principal**	**Destino descrito**
IFS	Pertenencia al sistema	La parte propia permanece y puede asumir una nueva función.
Gerod / Zinser	Existencia de origen	El estado del yo encuentra integración en el nivel correspondiente del alma.
Furlong	Necesidades de la identidad, orientadas por el *Transpersonal Self*	Puede permanecer, integrarse en la vida presente o regresar al plano espiritual.
Seth	Coexistencia multidimensional	La personalidad continúa dentro de su propia realidad y de la Entidad.

Esta comparación constituye una aportación importante de nuestro recorrido.

Nos ayuda a reconocer que la transformación de una identidad y su destino posterior pertenecen a preguntas diferentes.

También muestra que las explicaciones sobre la continuidad están profundamente relacionadas con la manera en que cada modelo concibe la conciencia.

En IFS, trabajamos con un sistema de partes relacionado con Self.

En Gerod, encontramos una organización espiritual del alma a través de diferentes existencias.

La multiplicidad más allá de una vida

En Furlong, el *Transpersonal Self* orienta los recorridos individuales.

Y en Seth, las personalidades pertenecen a una totalidad multidimensional que excede el tiempo lineal.

El destino que cada modelo atribuye a una parte depende de cómo comprende la totalidad a la que pertenece.

Esta es una de las conclusiones más interesantes que podemos obtener al comparar las diferentes tradiciones.

¿Qué significa que una parte desaparezca?

A lo largo de nuestro recorrido hemos encontrado relatos donde una voz interior deja de manifestarse después de una intervención.

Una conducta compulsiva pierde intensidad.

Una sensación relacionada con una historia regresiva desaparece.

También encontramos identidades que son acompañadas hacia la Luz o hacia un lugar de integración.

Desde la experiencia de la persona, estos resultados pueden parecer semejantes.

Algo que antes producía sufrimiento deja de hacerlo.

Pero ahora podemos reconocer al menos tres situaciones diferentes.

En la primera, **la carga se libera y la parte permanece**.

Es lo que encontramos en IFS y en las transformaciones descritas en los casos de Ned y Melanie.

La parte encuentra otras maneras de contribuir al bienestar del sistema.

En la segunda, **una identidad continúa hacia otro ámbito de integración**.

Esto aparece en el caso de Marasena, dentro del modelo de Gerod, y en el recorrido del juez y el niño descrito por Furlong.

La identidad deja de influir de la misma manera en la vida presente, mientras su transformación continúa dentro de la organización espiritual propuesta por el autor.

En la tercera situación, **aquello que aparece se interpreta como ajeno al sistema**.

Recordemos el caso de Diana, examinado en el capítulo anterior.

Durante una regresión apareció la historia de un tallador egipcio que inicialmente parecía corresponder a otra existencia de la consultante.

La interpretación de su facilitadora fue que aquella experiencia pertenecía a una presencia ajena.

Dentro de esa explicación, la intervención consistió en acompañarla hacia la Luz.

Estas tres situaciones muestran por qué resulta tan importante conocer qué estamos encontrando.

La multiplicidad más allá de una vida

La desaparición de una manifestación puede corresponder a transformaciones diferentes.

Una parte puede continuar en el sistema.

Una identidad puede seguir otro camino dentro de un modelo transpersonal.

O una experiencia puede ser comprendida como algo que nunca perteneció a las partes personales.

La diferencia tiene consecuencias para el acompañamiento.

Y vuelve especialmente relevante la pregunta que dejamos abierta en el capítulo anterior: si aquello que aparece pertenece al sistema o se experimenta como una presencia ajena.

¿Qué cambia y qué permanece?

Podemos reunir ahora las principales dimensiones de transformación que hemos encontrado.

Dimensión	Lo que puede cambiar	Lo que puede permanecer
Carga	Emociones extremas, creencias dolorosas y responsabilidades asumidas	La parte que llevaba esas cargas
Función	Estrategias de control, crítica o protección extrema	Capacidades e intención de contribuir al bienestar
Relaciones	Polarizaciones, desconfianza y conflictos entre partes	La individualidad de quienes participan
Memoria	La relación emocional con lo ocurrido y su significado actual	El recuerdo o conocimiento de la experiencia
Identidad	La identificación con el sufrimiento o una función determinada	Características, perspectivas y autonomía
Integración	La manera de participar en una totalidad	La singularidad, según el modelo de que se trate
Destino	El lugar o ámbito de participación después de la transformación	La continuidad de la identidad, cuando el modelo la contempla

La tabla reúne dimensiones que adquieren significados particulares dentro de las diferentes fuentes.

Nos permite reconocer que la transformación puede afectar a la carga, la función, las relaciones o la manera de participar en una totalidad.

También introduce una distinción que resulta central para nuestra investigación.

La memoria, la emoción, la identidad y la autonomía pueden seguir recorridos diferentes.

Una experiencia puede dejar de producir sufrimiento y conservar su significado dentro de la historia de una parte.

Una identidad puede abandonar una función y continuar participando del sistema.

La multiplicidad más allá de una vida

Y en algunos modelos transpersonales puede encontrar otro destino sin perder necesariamente su singularidad.

Esta posibilidad nos invita a revisar qué entendemos por autonomía.

La autonomía: algo más que una precaución clínica

Si reconocemos que las partes poseen perspectivas propias, necesitamos respetar su autonomía durante los procesos de transformación.

En IFS, una parte protectora puede considerar que todavía necesita mantener su función.

Quizá teme que una parte vulnerable quede expuesta nuevamente.

Puede desconfiar de Self.

O puede necesitar conocer mejor las condiciones actuales antes de aceptar una nueva organización del sistema.

La transformación se desarrolla dentro de una relación de confianza.

Pero las fuentes transpersonales que hemos estudiado ofrecen una explicación todavía más amplia sobre la importancia de esa autonomía.

Gerod describe los estados del yo como expresiones de conciencia relacionadas con el alma.

Según sus enseñanzas, conservan una capacidad de decisión que les permite aceptar o rechazar la ayuda ofrecida.

La Luz respeta esa voluntad.

Furlong sostiene que cada parte contiene un fragmento del alma que le proporciona vida, libre albedrío y oportunidad de cambiar.

En Seth, los fragmentos de personalidad pueden desarrollar autoconciencia y diferentes grados de autonomía.

Y Schwartz describe las partes como seres internos sagrados, con acceso a Self.

Estas perspectivas pertenecen a modelos distintos, pero permiten reconocer una comprensión compartida.

Las partes son consideradas mucho más que mecanismos automáticos.

Poseen una experiencia propia que merece ser conocida y respetada.

En Zinser encontramos además una observación especialmente significativa.

Algunos estados del yo temían profundamente la terapia porque interpretaban la integración como una forma de muerte o aniquilación.

Desde su perspectiva, aceptar el proceso podía significar dejar de existir.

Esa creencia ayuda a comprender por qué algunas identidades se resistían a recibir ayuda.

Y permite reconocer una dificultad que también podemos encontrar en IFS.

Cuando una parte percibe que queremos eliminarla, su necesidad de protección puede intensificarse.

Puede interpretar el acompañamiento como una amenaza contra su propia existencia.

Pero cuando descubre que nuestra intención es conocerla y ayudarla a liberar aquello que lleva consigo, la relación puede transformarse.

El respeto por su voluntad permite que aparezcan otras posibilidades.

Este aspecto adquiere especial importancia en los modelos que consideran que una parte contiene algo de una conciencia mayor.

Si posee una individualidad real, su integración necesita respetar esa individualidad.

La integración requiere respetar la voluntad y el ritmo de cada parte.

Esta idea reúne una de las enseñanzas centrales de IFS con aportes de los modelos transpersonales.

Y prepara el terreno para las consecuencias prácticas que exploraremos en el siguiente capítulo.

La pregunta que nos acompaña desde la muerte

En el capítulo 8 escribí dos cosas.

No tengo duda alguna de que el trauma sobrevive a la muerte.

Y todavía desconozco durante cuánto tiempo persisten las actitudes egoicas y cómo llegan a resolverse.

En el capítulo 9 agregué que estimo que el alma puede atravesar un proceso de mejora.

Ahora podemos recuperar aquellas preguntas con una comprensión más amplia.

¿Qué continúa después de morir y qué sucede cuando aquello que continúa encuentra transformación?

Los modelos que hemos estudiado ofrecen diferentes respuestas.

En Newton, la continuidad principal corresponde al alma.

Las experiencias traumáticas pueden dejar una impronta en su memoria, y el alma continúa aprendiendo y desarrollándose a través de diferentes existencias.

Esta explicación permite comprender la persistencia de una experiencia, aunque la continuidad del alma y la de cada parte individual representan preguntas diferentes.

En Gerod, determinados estados del yo continúan como identidades diferenciadas.

Los estados no resueltos pueden permanecer latentes dentro de la capa kármica y reactivarse cuando una nueva encarnación ofrece condiciones relacionadas con su historia.

Esto proporciona una respuesta concreta a la pregunta acerca de cuánto tiempo pueden persistir esas experiencias.

Dentro de ese modelo, pueden continuar entre existencias hasta encontrar una oportunidad de transformación.

Marasena representa precisamente esa posibilidad.

La multiplicidad más allá de una vida

Una identidad atribuida a otra vida encuentra ayuda mediante las circunstancias de una encarnación posterior.

En Seth, la personalidad que vivió la experiencia continúa desarrollándose dentro de su propia realidad.

Su conflicto puede permanecer activo y encontrar resolución allí, mientras mantiene relaciones con otras expresiones de la Entidad.

La continuidad depende de una organización simultánea de conciencia.

Y Spirit ofrece otra perspectiva.

Las partes podrían continuar después de la muerte y experimentar dispersión si no han encontrado suficiente reconciliación.

Por eso propone reunirlas y favorecer la paz interior durante la vida.

Estas respuestas permiten reconocer diferentes maneras de comprender la continuidad.

La memoria del alma en Newton.

La identidad diferenciada que permanece latente en Gerod.

La personalidad que continúa activa en su propia realidad en Seth.

Y la posibilidad de dispersión o reunión de las partes en Spirit.

Cada una responde desde una concepción particular de la conciencia y de su organización.

Y todas contribuyen a ampliar la pregunta que impulsó este libro.

El trauma continúa más allá de una existencia. ¿Qué sucede con la identidad que lo lleva?

Ahora podemos reconocer que la respuesta depende, en gran medida, de qué entendemos por identidad, memoria, parte y totalidad.

Y también de cómo concebimos el tiempo y los procesos de transformación.

¿Somos nuestras experiencias?

Durante la vida, nuestra identidad se organiza alrededor de numerosos elementos.

Tenemos recuerdos, relaciones, preferencias, capacidades y maneras particulares de comprender el mundo.

También desarrollamos funciones dentro de la familia, el trabajo y otros ámbitos de nuestra existencia.

Algunas de esas funciones adquieren tanta importancia que terminamos identificándonos profundamente con ellas.

Una persona puede sentirse responsable de cuidar a todos.

Otra puede definirse por su capacidad de trabajar.

Alguien puede construir gran parte de su identidad alrededor de la necesidad de evitar errores.

Estas funciones pueden estar sostenidas por partes que consideran indispensable continuar actuando.

Pero cuando una parte libera sus cargas, puede descubrir que ya no necesita definirse exclusivamente por aquella responsabilidad.

La persona que cuidaba compulsivamente puede continuar siendo sensible a las necesidades de los demás.

Quien se exigía permanentemente puede conservar su capacidad de comprometerse con aquello que considera valioso.

Y una parte que vivía aterrada puede recuperar capacidades que permanecían limitadas por el miedo.

La transformación modifica la relación entre identidad y experiencia.

Desde IFS reconocemos que una parte puede conservar su historia y desarrollar una relación más libre con ella.

El pasado continúa formando parte de lo vivido.

Pero deja de determinar de la misma manera sus respuestas presentes.

Esta diferencia adquiere un significado especial cuando consideramos los relatos transpersonales.

Una identidad atribuida a otra existencia puede estar organizada alrededor de un acontecimiento traumático.

Pero ese acontecimiento constituye solamente una parte de su historia.

Puede haber tenido relaciones, capacidades, deseos y experiencias que exceden el sufrimiento que presenta durante una regresión.

Y si consigue liberar sus cargas, podemos preguntarnos qué otras cualidades quedan disponibles.

El trauma puede ser aquello que la mantiene vinculada con la vida presente.

Pero su identidad contiene muchas otras dimensiones.

Esta distinción nos permite imaginar una continuidad de la conciencia que abarca mucho más que la persistencia de las heridas.

Una totalidad que conserva sus diferencias

Al comparar los modelos encontramos algunas imágenes que permiten comprender la relación entre identidad e integración.

Gerod describe estados del yo cuya incorporación amplía la totalidad a la que pertenecen.

Seth presenta personalidades diferenciadas que enriquecen a una Entidad mayor mediante sus experiencias.

Y Furlong describe partes que poseen individualidad y capacidad de continuar sus propios recorridos espirituales.

La multiplicidad más allá de una vida

Dolores Cannon ofrece otra imagen en el caso de Michelle, que examinamos anteriormente.

En su relato, tres facetas del alma habían asumido el protagonismo durante diferentes períodos de la vida de la consultante.

La reconexión entre ellas fue representada mediante los pétalos de una flor que comparten una misma raíz.

La imagen expresa una forma de unidad que conserva las diferencias.

Cada pétalo participa de la misma flor.

Y la totalidad adquiere su forma precisamente mediante esa diversidad.

Estas concepciones pertenecen a modelos diferentes.

Pero permiten reconocer una resonancia que considero especialmente significativa.

La integración amplía las relaciones y conserva las identidades.

Este es uno de los aprendizajes más importantes que encuentro en nuestro recorrido.

La multiplicidad puede representar una riqueza que se desarrolla mediante las relaciones entre sus diferentes expresiones.

Y la transformación puede permitir que esas relaciones encuentren formas cada vez más amplias de cooperación y participación.

Lo que este capítulo agrega a nuestra comprensión de IFS

Después de examinar las diferentes concepciones de identidad e integración, podemos reconocer algunos aportes especialmente relevantes para nuestra investigación.

El primero consiste en distinguir la transformación de una carga de la continuidad de la parte que la llevaba.

IFS ya ofrece esta comprensión.

La parte puede liberar sus cargas y conservar su individualidad.

Nuestro recorrido transpersonal amplía la pregunta hacia identidades que las personas experimentan como vinculadas con otras existencias.

El segundo aporte se relaciona con las diferentes maneras de comprender la integración.

Hemos conocido modelos donde una identidad encuentra mayor armonía dentro del sistema actual.

Otros describen una integración en el nivel espiritual de la existencia donde se originó.

También encontramos concepciones en las que el destino depende de las necesidades particulares de cada identidad.

Y propuestas de personalidades que continúan dentro de una totalidad multidimensional.

El tercer aporte consiste en reconocer que una identidad puede contener multiplicidad.

El caso del juez de Furlong y las observaciones de Schwartz sobre subpartes permiten explorar sistemas interiores con diferentes niveles de organización.

La propuesta de Seth amplía esta posibilidad hacia una concepción espiritual de totalidades que contienen identidades diferenciadas.

El cuarto aporte se encuentra en la importancia de respetar la autonomía de las partes.

La transformación necesita desarrollarse dentro de una relación que permita a cada identidad reconocer sus propias posibilidades.

Y el quinto aporte, que reúne los anteriores, consiste en distinguir **qué cambia, qué permanece y hacia dónde continúa**.

Esta última pregunta nos permite reconocer una contribución particular de El Caldero.

La comparación entre IFS, Gerod, Furlong y Seth muestra que el destino de una identidad depende de la manera en que cada modelo comprende su pertenencia, su origen, sus necesidades y su relación con el tiempo.

Estas ideas nos permiten regresar a IFS con una comprensión enriquecida de la multiplicidad.

El modelo conserva sus fundamentos.

Pero nuestra investigación abre preguntas acerca de la historia, la continuidad y la naturaleza de algunas identidades que aparecen durante el acompañamiento.

Y esas preguntas pueden ayudarnos a escuchar con mayor profundidad lo que las partes necesitan.

Cuando una parte finalmente puede elegir

Quiero regresar a la imagen con la que comenzamos este capítulo.

Una parte ha pasado muchos años intentando evitar que algo terrible vuelva a suceder.

Ha vigilado, controlado y anticipado peligros.

Consideraba que abandonar aquella responsabilidad representaba un riesgo inaceptable.

Pero ahora conoce algo que antes no podía reconocer.

Las circunstancias han cambiado.

También ha cambiado la relación que mantiene con la persona y con otras partes del sistema.

Puede recibir ayuda.

Puede liberar aquello que llevaba consigo.

Y puede descubrir que existen otras maneras de participar en la vida.

Lo extraordinario es que comienza a disponer de posibilidades que antes no podía considerar.

Puede continuar cuidando, pero sin controlar.

Puede mantenerse atenta, pero sin vivir aterrada.

Puede expresar sus capacidades sin estar determinada por una antigua experiencia de sufrimiento.

La parte conserva su historia.

Pero encuentra una relación más libre con ella.

Desde IFS, esta transformación constituye una de las expresiones más profundas del proceso de sanación.

Y cuando ampliamos nuestra mirada hacia las experiencias transpersonales, podemos imaginar que algo semejante ocurra con identidades cuyas historias se extienden más allá de una sola existencia.

Una identidad puede liberar sus cargas.

Puede recuperar capacidades y establecer relaciones diferentes.

También puede encontrar integración dentro de una conciencia mayor y conservar su singularidad.

Después de doce capítulos, esta posibilidad adquiere para mí un significado especial.

La multiplicidad puede formar parte de nuestra manera natural de existir, aprender y relacionarnos.

Y la integración puede permitir que esa diversidad encuentre una organización más libre.

Pero queda una pregunta fundamental.

¿Cómo acompañamos a una parte o identidad cuando aparece con una historia que excede nuestros conocimientos habituales, respetando su experiencia, su autonomía y el recorrido que necesita?

Nuestro trabajo ha ampliado la comprensión de aquello que podemos encontrar.

Ahora necesitamos examinar las consecuencias de esa ampliación para la práctica.

Ese será el centro del siguiente capítulo.

Parte IV. El aporte de El Caldero a IFS

Capítulo 13. Consecuencias para el acompañamiento

Cuando aparece algo que no esperábamos

Una persona está explorando una parte que siente un miedo intenso a quedarse sola.

Durante el trabajo, aparecen imágenes de una casa desconocida. La persona comienza a describir un lugar que nunca ha visitado y experimenta sentimientos de pérdida y desesperación.

Después surge una figura que parece pertenecer a otra época.

La experiencia adquiere una intensidad emocional extraordinaria.

La persona siente que está reviviendo una historia anterior a su nacimiento.

Quien acompaña se encuentra entonces frente a una decisión.

¿Debe comprender aquella experiencia como un recuerdo de otra vida? ¿Como una imagen simbólica que expresa una herida de la infancia? ¿Como una identidad diferenciada que conserva su propia historia? ¿O simplemente continuar escuchando lo que aparece?

Este ejemplo imaginario reúne situaciones semejantes a las que hemos encontrado en nuestro corpus.

Las tradiciones regresivas han desarrollado diferentes maneras de interpretar y trabajar con estas experiencias.

IFS nos ofrece una perspectiva especialmente valiosa para aproximarnos a ellas.

Porque antes de decidir qué significa una escena, podemos conocer cómo la está viviendo la persona.

Y si aparece una parte diferenciada, podemos interesarnos por su experiencia, sus sentimientos, sus temores y sus necesidades.

La pregunta inicial cambia.

En lugar de comenzar preguntando de dónde procede aquello que aparece, podemos preguntarnos qué necesita para ser acompañado.

La experiencia puede comenzar a transformarse antes de que hayamos resuelto su procedencia.

Esta idea constituye uno de los principales aportes que encuentro en el diálogo entre IFS y las tradiciones transpersonales.

Durante los capítulos anteriores ampliamos nuestra comprensión de las partes, sus posibles orígenes y su continuidad.

Ahora necesitamos explorar qué consecuencias tiene esa ampliación para la práctica.

La relación comienza antes de la interpretación

La multiplicidad más allá de una vida

IFS nos enseña a acercarnos al mundo interior mediante una relación de curiosidad, respeto y comprensión.

Cuando una persona encuentra una parte que experimenta miedo, rabia, vergüenza o cualquier otra emoción intensa, podemos ayudarla a conocerla.

Nos interesa cómo se siente hacia esa parte, dónde la percibe, qué expresa y qué intenta conseguir.

También podemos interesarnos por sus temores y por las responsabilidades que considera necesario sostener.

Una parte que critica constantemente puede estar intentando evitar una humillación. Otra que busca controlar las relaciones puede temer profundamente el abandono. Y una parte que reacciona con hostilidad puede estar defendiendo a alguien que se siente vulnerable.

Desde Self, la persona puede desarrollar una relación diferente con esos aspectos de su experiencia interior.

Las partes pueden sentirse reconocidas, descubrir nuevas posibilidades y, cuando están preparadas, liberar las cargas que llevan consigo.

Estos fundamentos conservan su valor cuando aparecen experiencias transpersonales.

Una parte puede presentar una historia de otra vida. Puede sentirse vinculada con un antepasado. También puede aparecer como una identidad que pertenece a una época desconocida.

En cualquiera de esas circunstancias, podemos interesarnos por su experiencia.

¿Qué necesita que comprendamos? ¿Qué teme? ¿Qué intenta proteger? ¿Qué relación mantiene con la persona?

Las respuestas pueden conducir hacia historias muy diferentes.

Pero el punto de partida continúa siendo la relación.

Esta continuidad es importante porque el acompañamiento ocurre en el presente, aunque la historia que aparece parezca pertenecer a otro tiempo.

Podemos reconocer la emoción que está experimentando la persona, conocer las partes que reaccionan a ella y permitir que la escena encuentre su significado a medida que se desarrolla.

Para ello conviene distinguir tres dimensiones.

La **experiencia** es aquello que la persona siente, percibe o reconoce en el momento.

La **historia** es el relato que aparece: una infancia, una vida anterior, una escena familiar o una identidad desconocida.

La **interpretación** es la explicación que atribuimos a ese relato.

Una persona puede experimentar una presión en el pecho, ver una mujer que ha perdido a su familia y comprender que está recordando otra existencia.

Las tres dimensiones están relacionadas, pero aportan información diferente.

Podemos acompañar la emoción, conocer a la figura y explorar su historia sin anticipar cuál es su naturaleza.

Esto permite que la experiencia se desarrolle con mayor libertad.

También nos ayuda a reconocer la influencia de nuestras preguntas.

Preguntar «¿Qué está ocurriendo en esa escena?» deja abierto el contenido de la experiencia.

Preguntar «¿Cómo moriste en esa vida?» introduce una explicación y un desenlace que la persona quizá todavía no ha presentado.

En el trabajo con recuerdos traumáticos, esta diferencia adquiere especial importancia. Las preguntas sugestivas pueden influir en la construcción de relatos y en la confianza que se deposita en ellos.

La curiosidad permite escuchar lo que aparece y distinguirlo de aquello que esperamos encontrar.

Podemos conocer profundamente una experiencia antes de decidir cómo explicarla.

Los protectores tienen algo que decir

Uno de los aportes fundamentales de IFS consiste en reconocer la función de las partes protectoras.

Cuando una persona comienza a explorar experiencias dolorosas, algunas partes pueden preocuparse por lo que sucederá.

Tal vez temen que aparezcan recuerdos demasiado intensos, que la persona pierda el control o que una parte vulnerable vuelva a experimentar un sufrimiento que permanece sin resolver.

También pueden desconfiar de quien acompaña.

Estas respuestas tienen sentido desde la perspectiva de los protectores.

Su función consiste precisamente en evitar que el sistema experimente algo que consideran peligroso.

Por eso, cuando una parte se opone a continuar, podemos interesarnos por su preocupación.

Su negativa puede comunicar información importante acerca de la seguridad que necesita el sistema.

Y conocer aquello que protege puede ser más útil que conseguir que abandone rápidamente su posición.

Esta comprensión adquiere especial importancia en los trabajos que utilizan hipnosis y regresión.

En determinados procedimientos, una resistencia puede considerarse un obstáculo que necesita superarse para acceder al material inconsciente.

Desde IFS podemos proponer otra aproximación.

La parte que impide avanzar puede ser precisamente aquella con la que necesitamos establecer una relación.

Su temor merece atención.

Su perspectiva puede aportar información esencial acerca de las consecuencias que anticipa.

Y su consentimiento puede abrir posibilidades que antes permanecían cerradas.

Cuando un protector dice que todavía no, está comunicando algo que necesitamos conocer.

El caso de la Sacerdotisa de Thomas Zinser permite comprender esta diferencia.

La Sacerdotisa: una negativa que tenía historia

Recordemos que durante el trabajo con Candace apareció una identidad femenina atribuida a otra existencia.

La Sacerdotisa se negaba a hablar con Zinser porque era hombre. Consideraba que debía proteger los misterios de las mujeres y desconfiaba de él.

Cuando finalmente comenzó a compartir su historia, apareció una experiencia en un templo donde las sacerdotisas habían sufrido violencia después de una traición cometida por un sumo sacerdote.

Su desconfianza adquirió entonces un significado más profundo.

La identidad estaba relacionándose con Zinser desde una experiencia donde un hombre que ocupaba una posición de autoridad había traicionado su confianza.

Su negativa expresaba una necesidad de protección.

Zinser procuró establecer las condiciones que le permitieran sentirse suficientemente segura para hablar.

Desde IFS reconocemos un principio familiar: una parte puede estar respondiendo a circunstancias que considera todavía vigentes.

Necesita descubrir qué ha cambiado y qué posibilidades ofrece la relación actual.

Pero esa confianza se construye mediante el encuentro.

El caso también nos recuerda que las características de quien acompaña pueden activar las preocupaciones de una parte.

La identidad puede reaccionar ante el género, la edad, la voz, la actitud o la posición de autoridad del facilitador.

Estas respuestas forman parte de la relación y merecen ser conocidas.

El acompañamiento puede requerir que reconozcamos cómo nos está experimentando esa parte.

Y que estemos dispuestos a escuchar lo que necesita de nosotros.

El límite también forma parte del proceso

La Sacerdotisa nos mostró una identidad que necesitaba confianza antes de compartir su historia.

Otros dos casos permiten reconocer maneras diferentes de expresar un límite.

La multiplicidad más allá de una vida

En el relato de Mona, Dolores Cannon intentó que una pequeña criatura explorada durante la sesión regresara al lugar que le correspondía.

Mona se opuso inmediatamente.

Consideraba que la facilitadora no estaba comprendiendo lo que ocurría.

Cannon modificó su aproximación y pasó a explorar las preocupaciones que estaban presentes, incluyendo cuestiones relacionadas con el bienestar físico de Mona.

En lugar de imponer el retorno de la criatura, procuró negociar cambios graduales.

La naturaleza de aquella figura pertenece a la interpretación transpersonal de Cannon.

Pero la secuencia nos enseña algo importante.

Una intervención que parece adecuada desde la perspectiva del facilitador puede encontrar una oposición significativa.

Y esa oposición puede revelar necesidades que todavía desconocemos.

Algo diferente ocurrió con Andy, en una sesión de Michael Newton.

Durante una regresión apareció una identidad que Andy rechazaba intensamente.

Su reacción fue contundente: «¡Ese no soy yo!».

La angustia le impedía relacionarse con la escena.

Newton le propuso imaginar que manejaba un proyector cinematográfico. Desde allí podía observar la historia, disminuir su velocidad o avanzar hacia otros momentos.

La imagen le permitió recuperar una sensación de control y observar la experiencia desde una posición menos abrumadora.

Desde IFS podemos reconocer dos dimensiones diferentes.

La primera es la necesidad de tomar distancia de una experiencia intensa para recuperar una relación más segura con ella.

La segunda es la parte que rechaza lo que está apareciendo.

El «¡Ese no soy yo!» de Andy también merece nuestra curiosidad.

Podemos preguntarnos qué teme que suceda si aquella identidad forma parte de su historia.

Quizá le preocupa lo que esa posibilidad significa acerca de sí mismo.

Tal vez anticipa vergüenza, culpa o pérdida de control.

También puede temer que aceptar la escena implique abandonar una comprensión de su identidad que considera importante.

Estas son posibilidades que IFS nos permitiría explorar. El relato de Newton, por su parte, describe una intervención centrada en devolverle control sobre la observación de la escena.

Ambas aproximaciones ofrecen recursos diferentes.

La distancia puede ayudar a disminuir la intensidad.

La relación con la parte que rechaza puede permitir comprender por qué la experiencia resulta amenazante.

Y a veces la decisión adecuada es detenerse.

El acompañamiento necesita reconocer cuándo una parte requiere más tiempo, información o seguridad.

Esto también nos permite comprender la autonomía desde una perspectiva práctica.

Una identidad puede estar dispuesta a mostrar determinada experiencia y necesitar que el proceso avance gradualmente.

Otra puede preferir permanecer en contacto con sus sentimientos actuales antes de profundizar en la historia.

Y un protector puede necesitar comprobar que sus preocupaciones serán escuchadas.

Recuperar la capacidad de elegir forma parte de la transformación.

El consentimiento, el ritmo y la seguridad son condiciones que permiten desarrollar una relación de confianza con las partes.

El general: una misión que pertenece a otro tiempo

Otro caso de Zinser muestra cómo una identidad puede continuar actuando desde circunstancias que ya han cambiado.

Durante el trabajo con Theresa apareció un estado del yo que se identificaba como un general militar de otra época.

Estaba convencido de que necesitaba advertir a sus tropas acerca de una amenaza que podía provocar una masacre.

Su urgencia era tan intensa que intentaba utilizar el cuerpo de Theresa para acudir en su ayuda.

Zinser dialogó con él y le explicó que se encontraba en una época diferente.

Aunque consiguiera utilizar aquel cuerpo, ya no encontraría a sus soldados.

El general necesitaba reconocer que el tiempo había cambiado.

Desde IFS conocemos experiencias semejantes dentro de la biografía presente.

Una parte infantil puede continuar sintiendo que está sola y desprotegida, aunque la persona adulta haya desarrollado recursos y relaciones diferentes.

Otra puede reaccionar ante una situación actual como si todavía estuviera viviendo un acontecimiento traumático.

El trabajo puede ayudarla a actualizar su percepción del presente.

Pero también necesitamos conocer qué intenta proteger.

En el caso del general, su urgencia estaba relacionada con la responsabilidad que sentía hacia sus tropas.

Esa responsabilidad formaba parte de su identidad y de su sufrimiento.

Podríamos preguntarnos qué temía que ocurriera si abandonaba su misión, qué necesitaba comprender y qué sentimientos continuaba sosteniendo.

Estas preguntas representan una lectura desde IFS, distinta del procedimiento utilizado por Zinser.

El caso de Marasena, que examinamos en el capítulo anterior, ofrece otra expresión del mismo principio.

Gerod propuso que aquella identidad conociera el presente de Candace mediante una experiencia consciente.

Ambas experiencias muestran cómo una identidad atribuida a otra existencia puede necesitar reconocer que las circunstancias actuales son diferentes.

Pero comprender que el peligro terminó constituye solamente una parte de la transformación.

Una parte puede actualizar su percepción y continuar llevando cargas relacionadas con lo ocurrido.

Puede reconocer que su responsabilidad ya no es necesaria y seguir preocupada por las consecuencias de abandonarla.

Desde IFS podemos acompañar esas preocupaciones y, cuando la parte esté preparada, ayudarla a liberar aquello que todavía sostiene.

La actualización del tiempo abre posibilidades; la relación con la parte permite conocer qué necesita para aprovecharlas.

Sharon: cuando el alivio todavía deja trabajo pendiente

Uno de los casos más importantes de nuestro corpus es el de Sharon, presentado por Wendie Webber en *La terapia del diablo*.

Recordemos que Sharon experimentaba temor ante una presencia que consideraba demoníaca.

Durante el proceso apareció una voz hostil que se identificó como Satanás.

Webber interpretó aquella manifestación como una subpersonalidad infantil relacionada con experiencias de culpa y temor religioso.

Sharon había crecido bajo la influencia de un predicador bautista y de enseñanzas que vinculaban el pecado con el castigo y el infierno.

En lugar de combatir a la figura amenazante, Webber procuró modificar la relación con ella.

Utilizó una intervención destinada a generar un estado emocional positivo de gran intensidad.

La manifestación hostil terminó retirándose.

Sharon experimentó alivio y, según el seguimiento relatado, continuaba mostrando resultados positivos meses después.

Hasta aquí, podríamos considerar que la intervención había sido satisfactoria.

La multiplicidad más allá de una vida

Pero el caso contiene una enseñanza todavía más importante.

La propia Webber revisó posteriormente lo que había hecho.

Reconoció que había conseguido que aquella parte se apartara mediante un estado emocional positivo muy intenso.

Sin embargo, con lo que aprendió después sobre el trabajo con partes, habría preferido continuar explorando los sentimientos de aquella identidad hasta llegar a la experiencia que los había originado.

Esta reflexión transforma el significado del caso.

Webber había conseguido un resultado favorable para Sharon.

Pero también reconoció una diferencia entre modificar la manifestación de una parte y profundizar en aquello que la mantenía atrapada.

Desde IFS conocemos bien esa distinción.

Una parte puede dejar de expresarse porque cambian las circunstancias.

Puede retirarse cuando otra experiencia emocional ocupa el primer plano.

También puede aceptar disminuir temporalmente su actividad.

Estas transformaciones pueden proporcionar alivio.

Pero una parte puede conservar cargas que todavía necesitan ser conocidas.

IFS nos invita a interesarnos por lo que lleva consigo, por la historia que necesita mostrar y por las partes vulnerables que pueden estar relacionadas con su función.

El testimonio permite acompañar aquello que la parte necesita que Self comprenda.

Y, cuando está preparada, la parte puede liberar las cargas asociadas con esa experiencia.

Este proceso tiene un significado diferente de conseguir que una manifestación desaparezca.

Una parte puede dejar de molestar y continuar necesitando ayuda.

Esta diferencia conecta directamente con el capítulo 12.

Allí distinguimos entre la desaparición de una manifestación y la transformación de la identidad que la producía.

La revisión de Webber muestra las consecuencias prácticas de esa distinción: una intervención puede producir alivio y, al mismo tiempo, dejar abierta la posibilidad de seguir conociendo y ayudando a la parte.

Las apariencias pueden conducirnos a interpretaciones diferentes

El caso de Sharon nos enseñó que una figura amenazante puede ser comprendida como una parte que necesita ayuda.

Pero nuestro corpus también presenta situaciones donde las experiencias reciben otras interpretaciones.

La multiplicidad más allá de una vida

En el caso de Sue, Tom Holmes describe una figura luminosa que parecía actuar como una guía espiritual.

Durante la exploración, la figura mostró características exigentes y controladoras.

Holmes terminó comprendiéndola como una parte interior que desempeñaba una función de intérprete.

Su apariencia luminosa había sugerido inicialmente otra identidad.

En el caso de Diana, que Lucy Aspra presenta en *Seres de luz y entes de la oscuridad*, apareció una historia atribuida a un tallador egipcio.

La experiencia terminó siendo interpretada como relacionada con una presencia ajena a la consultante, que fue acompañada hacia la Luz.

Webber y Aspra ofrecen así interpretaciones diferentes de experiencias que inicialmente podían conducir hacia otras explicaciones.

Y Holmes muestra que incluso una figura aparentemente espiritual puede revelar una función interior vinculada con una parte.

Estas experiencias nos recuerdan que la apariencia de un interlocutor proporciona solamente una dimensión de la información.

Una parte puede mostrarse como una figura amenazante.

También puede adoptar una presentación luminosa, sabia o autoritaria.

Y una experiencia puede ser vivida como la presencia de alguien ajeno al sistema.

Desde IFS podemos comenzar explorando las relaciones que aparecen.

¿Cómo se siente la persona hacia esa presencia?

¿Hay partes que le temen o desean expulsarla?

¿La figura expresa preocupaciones, necesidades o responsabilidades?

¿Qué sucede cuando nos acercamos con curiosidad?

Estas preguntas pueden revelar aspectos de la experiencia que inicialmente permanecían ocultos.

También permiten reconocer las diferencias entre partes personales y fenómenos interpretados como cargas no adheridas.

En el trabajo de Schwartz y Falconer aparecen relatos de presencias que las personas experimentan como externas al sistema.

El acompañamiento de esas experiencias requiere distinguirlas de las partes propias, que conservan su lugar y su valor dentro de la multiplicidad interior.

La decisión de expulsar algo que resulta desagradable puede activar nuevamente el rechazo hacia una parte protectora.

Por eso es importante conocer qué estamos encontrando.

Y cuando la naturaleza de una experiencia permanece abierta, podemos continuar acompañando la relación de la persona con aquello que aparece.

Conocer a quien aparece antes de decidir qué debería sucederle.

Este principio se vuelve especialmente importante cuando llegamos a la pregunta que dejó abierta el capítulo anterior.

Después de conocer su historia, ¿adónde quiere ir?

En el capítulo 12 examinamos cuatro criterios diferentes sobre el destino de las identidades.

IFS reconoce la pertenencia de las partes al sistema.

Gerod organiza los estados del yo según la existencia en que se originaron.

Furlong atribuye al *Transpersonal Self* la orientación sobre las necesidades particulares de cada identidad.

Y Seth propone personalidades que continúan desarrollándose dentro de una Entidad multidimensional.

Estas perspectivas permiten imaginar recorridos diferentes.

Pero ¿qué sucede con esa pregunta durante una sesión?

¿Cómo acompañamos a una parte que presenta una historia atribuida a otra vida y consigue liberar las cargas que la mantenían atrapada?

Aquí encontramos un aporte especialmente importante de IFS.

Richard Schwartz ha mencionado experiencias donde aparecen escenas que los consultantes reconocen como pertenecientes a otras existencias.

Entre ellas se encuentran relatos de guerras, hambrunas y situaciones de sufrimiento que exceden la biografía actual.

Según los materiales recogidos en nuestro corpus, Schwartz utiliza en esas circunstancias una secuencia semejante a la del trabajo con cargas personales y de legado.

El testimonio, el rescate y la descarga.

Estos momentos permiten comprender cómo puede desarrollarse el acompañamiento sin decidir anticipadamente qué destino corresponde a la identidad que aparece.

Testimonio, rescate y descarga

En el trabajo de IFS, el testimonio permite que una parte muestre aquello que necesita que Self conozca de su experiencia.

Puede expresar sentimientos, recuerdos, creencias y acontecimientos que todavía mantienen significado para ella.

La persona se interesa por esa historia desde Self, mientras las partes protectoras conservan la posibilidad de expresar sus preocupaciones.

El objetivo es que la parte se sienta verdaderamente comprendida.

Cuando ha recibido suficiente reconocimiento, puede estar preparada para abandonar las circunstancias en las que permanece atrapada.

Aquí aparece el rescate.

Self puede preguntarle adónde desea ir.

Quizá la parte quiera salir de la escena y trasladarse a un lugar seguro.

Puede desear estar junto a Self, conocer el presente o encontrarse con alguien que represente seguridad.

La respuesta surge de la experiencia de la propia parte.

El rescate permite que deje de permanecer atrapada en las circunstancias que había seguido viviendo.

Después puede desarrollarse la descarga.

La parte recibe la oportunidad de liberar las emociones, creencias o responsabilidades extremas que llevaba consigo.

El proceso puede utilizar imágenes y recursos que tengan significado para ella.

La descarga puede transformar profundamente su relación con lo ocurrido.

Pero el acompañamiento continúa.

Una vez que la parte ha liberado sus cargas, podemos interesarnos por lo que desea hacer ahora.

Quizá quiera descansar.

Puede descubrir capacidades que antes estaban limitadas por el sufrimiento.

También puede elegir una nueva función dentro del sistema o una manera diferente de participar en la vida de la persona.

Cada momento tiene su propio significado.

En el rescate, la parte puede elegir adónde ir. Después de la descarga, puede descubrir qué quiere hacer.

La secuencia ofrece una respuesta práctica a las preguntas que hemos desarrollado sobre la continuidad y la transformación de las identidades.

La parte participa en su propio proceso.

Self la acompaña.

Y el destino inmediato de la experiencia comienza a mostrarse desde sus necesidades.

El destino que la parte muestra

Esta manera de acompañar resulta especialmente interesante cuando una parte presenta una historia atribuida a otra existencia.

Imaginemos que una identidad describe una muerte violenta y continúa experimentando la sensación de que debe proteger a alguien.

La multiplicidad más allá de una vida

Después de recibir testimonio y comprender que aquella experiencia terminó, podría sentirse preparada para abandonar la escena.

¿Adónde quisiera ir?

La respuesta puede ser muy diferente según lo que necesite.

Puede desear encontrarse con un lugar seguro, descansar, reunirse con otras figuras o establecer una relación diferente con Self.

También puede continuar explorando algo que todavía permanece pendiente.

El facilitador puede acompañar ese proceso sin asignarle anticipadamente un destino tomado de una cosmología determinada.

En Gerod, el *Higher Self* acompaña a los estados del yo hacia el nivel de integración correspondiente.

En Furlong, el *Transpersonal Self* orienta el destino de las diferentes identidades según sus necesidades.

En IFS, Self establece una relación con la parte y escucha qué necesita para continuar su proceso.

La diferencia entre los modelos permanece.

Pero encontramos una convergencia importante en la atención a la experiencia interior.

El camino que la parte muestra adquiere prioridad sobre el destino que nosotros habíamos imaginado para ella.

Esto permite conservar la autonomía que exploramos en el capítulo anterior.

Una identidad puede comunicar qué necesita, qué teme y qué posibilidades reconoce.

La respuesta que ofrece durante el proceso es valiosa para el acompañamiento.

Su significado espiritual puede continuar formando parte de la investigación más amplia.

Pero la intervención necesita atender primero a la experiencia que está ocurriendo.

La respuesta de una parte puede coincidir con alguno de los destinos que describen los modelos transpersonales.

En el caso de Furlong, el niño y el juez fueron acompañados, en momentos diferentes, de regreso al plano espiritual. También encontramos en su modelo partes muy traumatizadas de la vida presente que pueden seguir ese camino.

Si durante un rescate una parte expresa que desea ir hacia la Luz, Self puede explorar y acompañar esa elección, respetando lo que la parte necesita y las preocupaciones de los protectores.

Desde IFS, esa experiencia puede formar parte del proceso de rescate. El significado de la Luz y la continuidad posterior de la identidad pueden comprenderse de diferentes maneras según el modelo.

La multiplicidad más allá de una vida

La distinción con las cargas no adheridas se encuentra en la naturaleza y la relación de aquello que aparece con el sistema.

Una parte propia merece ser acompañada como parte, aunque elija una imagen de Luz como destino. Las cargas no adheridas, en cambio, se interpretan dentro de IFS como experiencias ajenas al sistema y reciben otro tipo de acompañamiento.

Por eso, cuando el origen o la pertenencia de una experiencia resulta incierto, adquiere todavía más valor explorar sus relaciones con las partes antes de atribuirle una naturaleza definitiva.

El destino de la parte se explora con ella, en lugar de establecerse de antemano.

El aporte de IFS a quienes trabajan con regresión

Hasta ahora, buena parte de nuestra investigación se ha orientado hacia lo que las tradiciones regresivas pueden aportar a IFS.

Pero el diálogo también puede desarrollarse en sentido contrario.

Los regresionistas han reunido numerosas experiencias de identidades, memorias y cargas atribuidas a otras existencias.

IFS aporta una comprensión especialmente elaborada de las relaciones entre partes protectoras, partes vulnerables y Self.

Esa comprensión puede enriquecer el trabajo regresivo en diferentes momentos.

Antes de una exploración, permite reconocer las partes que desean acceder a determinados contenidos y las que temen sus consecuencias.

Durante una experiencia intensa, ayuda a recuperar una relación más segura con aquello que aparece.

Cuando surge una identidad diferenciada, permite conocer sus necesidades y las responsabilidades que considera indispensables.

Y después de una transformación, ayuda a distinguir entre el alivio inmediato, la liberación de cargas y la nueva organización de las relaciones internas.

La autocrítica de Webber constituye un ejemplo especialmente revelador.

Había conseguido que una manifestación amenazante se retirara y que su consultante experimentara alivio.

Pero posteriormente reconoció el valor de profundizar en el sentimiento que aquella identidad expresaba.

IFS ofrece una manera de desarrollar precisamente ese trabajo.

Escuchar la historia de la parte, conocer sus cargas y acompañarla desde Self.

También podemos considerar las partes que continúan reaccionando después de una experiencia regresiva.

Una persona puede sentir alivio al comprender una escena, mientras otras partes conservan dudas, temores o conflictos relacionados con ella.

La transformación puede necesitar tiempo para encontrar su lugar dentro del sistema.

Y el trabajo relacional puede continuar después de que la escena regresiva haya terminado.

Este aporte distingue el acompañamiento de una exploración destinada exclusivamente a recuperar información.

El acceso a una historia puede ser significativo.

Pero la relación con las partes que participan de ella puede determinar qué transformación resulta posible.

Las tradiciones regresivas amplían las historias que podemos encontrar. IFS profundiza nuestra manera de relacionarnos con quienes las viven.

Esta complementariedad constituye una de las posibilidades más interesantes de El Caldero.

Diferentes procedimientos, una posibilidad de diálogo

Los modelos que hemos examinado utilizan intervenciones diferentes.

Woolger trabaja con experiencias regresivas y expresiones corporales relacionadas con el trauma.

Tomlinson explora relatos de vidas anteriores y experiencias entre vidas.

Newton utiliza la hipnosis para investigar memorias del alma.

Cannon desarrolla procedimientos que incluyen la comunicación con lo que denomina subconsciente o Yo Superior.

Zinser dialoga con estados del yo y recurre a la orientación de Gerod.

Furlong trabaja con identidades y con la guía del *Transpersonal Self*.

IFS se centra en las relaciones entre partes y Self, las funciones protectoras y la liberación de cargas.

Las semejanzas permiten establecer puentes.

Pero los procedimientos conservan diferencias importantes.

Recordemos brevemente el caso de Steve, presentado por Cannon.

Steve experimentaba dificultades para permitir que su mente analítica disminuyera el control durante la hipnosis.

La facilitadora trabajó para que pudiera reducir esa intervención consciente y facilitar la exploración.

Desde IFS, podríamos interesarnos por una posible parte que necesitara mantener el control.

¿Qué teme que suceda si permite que aparezca una experiencia desconocida?

¿Qué necesitaría para confiar?

Estas preguntas representan una intervención diferente.

La multiplicidad más allá de una vida

En determinadas técnicas hipnóticas, disminuir el control analítico constituye una condición buscada para acceder a otros contenidos.

En IFS, el consentimiento de los protectores surge de la relación con esas partes.

Reducir el control analítico y obtener el permiso de un protector son procedimientos distintos.

Reconocer esta diferencia permite aprovechar las aportaciones de otros métodos sin confundir sus fundamentos.

También recuerda la importancia de la formación específica.

Conocer una técnica a través de un caso o de una descripción teórica puede enriquecer nuestra comprensión.

Su aplicación requiere la preparación correspondiente.

El diálogo entre enfoques puede desarrollarse sin que uno de ellos pierda su identidad.

La influencia de quien acompaña

IFS nos ofrece también una posibilidad que considero especialmente importante: examinar nuestra propia participación en el proceso.

Quien acompaña tiene partes.

Y esas partes pueden reaccionar ante las experiencias que presenta la persona.

Imaginemos que durante una sesión aparece una historia atribuida a otra vida.

Una parte del facilitador puede sentir entusiasmo.

Quizá considere que finalmente está encontrando un ejemplo de aquello que ha estudiado durante años.

Otra parte puede experimentar desconcierto o preocupación.

Puede temer que la situación exceda sus conocimientos.

También puede aparecer una parte que necesita explicar rápidamente lo que está sucediendo.

Estas reacciones pueden influir en la manera de formular preguntas, interpretar respuestas y decidir cómo continuar.

Desde IFS podemos interesarnos por ellas.

¿Qué sentimos hacia la experiencia que acaba de aparecer?

¿Hay alguna parte que quiera dirigir el proceso?

¿Otra que necesite demostrar que determinada explicación es correcta?

¿Estamos suficientemente presentes para escuchar algo diferente de lo que esperábamos encontrar?

Estas preguntas adquieren especial importancia en mi propio recorrido.

Parto de una convicción: **el trauma sobrevive a la muerte. No tengo duda alguna.**

Esa convicción forma parte de mi comprensión de la realidad y ha sido uno de los motivos que impulsaron esta investigación.

Pero durante el encuentro con una persona necesito conocer su experiencia particular.

Puede compartir mis creencias.

Puede interpretarla de otra manera.

También puede sentirse confundida y necesitar tiempo para comprender lo que está viviendo.

Y mis partes pueden reaccionar frente a cualquiera de esas posibilidades.

Una parte interesada en la investigación podría entusiasmarse ante una historia que parece confirmar mis convicciones.

Otra podría intentar organizar rápidamente la experiencia dentro de los modelos que conozco.

Desde Self puedo reconocer esas reacciones y recuperar una relación más abierta con lo que está ocurriendo.

Mi tarea consiste en acompañar a la persona respetando su libertad para comprender su experiencia.

La apertura durante una sesión exige reconocer cuándo alguna de nuestras partes intenta dirigir el encuentro para confirmar lo que creemos.

Esta posibilidad representa una aplicación de IFS al propio facilitador.

Las partes pueden aportar conocimientos, sensibilidad e intuición.

Pero el liderazgo de Self permite utilizar esos recursos sin imponerlos sobre la experiencia ajena.

La calidad de la relación depende también de nuestra capacidad para reconocer lo que sucede dentro de nosotros.

Y esa capacidad puede ser especialmente importante cuando acompañamos experiencias que desafían nuestras explicaciones habituales.

La seguridad también forma parte del acompañamiento

Algunas experiencias transpersonales pueden resultar profundamente significativas.

Pero ciertas situaciones requieren una atención adicional.

Una persona puede sentirse desorientada después de una experiencia emocional intensa.

Otra puede presentar síntomas físicos que necesitan evaluación médica.

También podemos encontrar voces, impulsos de autolesión, alteraciones importantes del sueño o dificultades para mantenerse en contacto con la realidad cotidiana.

En estas circunstancias, la comprensión transpersonal necesita convivir con una atención adecuada a la seguridad y al bienestar de la persona.

Nuestro corpus contiene un relato especialmente importante para esta distinción.

La multiplicidad más allá de una vida

Ana María Aguirre presenta el caso de una persona identificada como C., que experimentaba depresión severa, impulsos de autolesión y una voz.

La autora interpretó aquella experiencia desde un modelo espiritual y describió una intervención dirigida a liberar una supuesta presencia ajena.

El relato informa una mejoría posterior.

Pero los síntomas descritos también constituyen indicadores de riesgo que requieren atención clínica.

Las voces y los impulsos suicidas pueden aparecer en diferentes condiciones psicológicas y médicas.

Su presencia necesita una evaluación adecuada del riesgo y de las necesidades de atención.

Una interpretación espiritual puede tener significado para quien vive la experiencia.

Pero la protección de la vida ocupa un lugar prioritario.

Cuando existe riesgo de daño, corresponde facilitar el acceso a profesionales competentes y a los recursos de atención que la situación requiera.

Esto incluye reconocer los límites de nuestra propia formación y experiencia.

Algo semejante ocurre con los síntomas físicos persistentes.

Una historia regresiva puede aportar significado subjetivo a una sensación corporal.

Pero esa experiencia necesita convivir con la evaluación médica correspondiente cuando existan síntomas que la requieran.

La apertura hacia explicaciones transpersonales puede mantenerse junto con el cuidado de la salud.

También conviene atender a las condiciones en las que se exploran recuerdos traumáticos.

Las experiencias de gran intensidad requieren preparación, acompañamiento y atención a las respuestas de las partes protectoras.

La curiosidad por conocer una historia debe convivir con la capacidad para reconocer cuándo la persona necesita detenerse, recuperar estabilidad o recibir otro tipo de atención.

La seguridad forma parte del respeto por la persona y por sus partes.

Preguntas que abren la exploración

Después de todo este recorrido, podemos reunir algunas preguntas que considero especialmente útiles cuando aparece una experiencia transpersonal durante el trabajo con partes.

Son orientaciones para profesionales que conocen el modelo y necesitan adaptarlas al momento, a la persona y al encuadre de acompañamiento.

- **Para comenzar con la experiencia presente:** ¿Qué estás notando ahora? ¿Cómo te sientes hacia eso que aparece? ¿Hay alguna parte de ti que esté reaccionando a esta experiencia?

- **Para conocer a un protector:** ¿Qué está intentando hacer? ¿Qué teme que suceda? ¿Qué necesitaría para sentirse suficientemente seguro?
- **Cuando aparece una identidad diferenciada:** ¿Qué quisiera que comprendiéramos? ¿Qué está experimentando? ¿Hay algo que necesite antes de continuar?
- **Cuando surge una escena:** ¿Qué está ocurriendo? ¿Qué siente quien aparece? ¿Qué necesita que Self conozca de su historia?
- **Cuando la experiencia resulta intensa:** ¿Hay alguna parte que prefiera detenerse? ¿Qué ayudaría a recuperar una relación más segura con lo que está sucediendo?
- **Durante el rescate:** ¿Adónde quisiera ir esa parte? ¿Qué necesita para salir de las circunstancias en las que permanece atrapada?
- **Después de la descarga:** ¿Cómo se siente ahora? ¿Qué le gustaría hacer? ¿Hay alguna nueva función o manera de participar que desee explorar?

Estas preguntas conservan una actitud de curiosidad.

Permiten conocer la experiencia y desarrollar una relación con las partes involucradas.

También ayudan a distinguir diferentes momentos del proceso.

Una parte puede necesitar expresar su historia.

Otra puede requerir información sobre el presente.

Y una tercera puede estar preparada para liberar cargas y encontrar una función diferente.

La intervención puede ajustarse a lo que va apareciendo.

El objetivo consiste en acompañar el proceso que la parte necesita, respetando su autonomía y las condiciones de seguridad del sistema.

Una práctica enriquecida por la investigación

Nuestra investigación ha reunido materiales muy diferentes.

Relatos de regresión, experiencias cercanas a la muerte, observaciones clínicas, estudios sobre la conciencia y concepciones espirituales de la multiplicidad.

Cada fuente ofrece preguntas y posibilidades.

David Furlong realizó una investigación cualitativa exploratoria que comparó experiencias procedentes de cuatro modalidades: hipnoterapia, regresión a vidas pasadas, IFS y sanación centrada en el alma.

El estudio incluyó doce entrevistas y encontró temas comunes relacionados con experiencias de multiplicidad y dimensiones transpersonales.

Este tipo de investigación permite reconocer semejanzas entre experiencias que se desarrollan dentro de métodos diferentes.

También señala la importancia de continuar investigando mediante procedimientos que permitan examinar las interpretaciones y sus límites.

Para el acompañamiento, estas diferencias pueden convivir.

Podemos reconocer el valor de los testimonios.

Podemos estudiar las técnicas y comprender cómo se desarrollaron determinadas intervenciones.

Y podemos investigar qué aspectos de la experiencia admiten diferentes explicaciones.

En El Caldero me interesa conservar esa amplitud.

La convicción acerca de la continuidad de la conciencia puede orientar nuestras preguntas.

La investigación permite contrastar las explicaciones.

Y el acompañamiento requiere atender a las necesidades concretas de la persona.

Son dimensiones relacionadas, pero cumplen funciones diferentes.

Lo que ha cambiado en mi manera de mirar

Después de recorrer las investigaciones y experiencias reunidas en este libro, encuentro que el diálogo entre IFS y las tradiciones transpersonales amplía nuestra comprensión del acompañamiento.

IFS nos enseña a conocer a las partes, comprender sus intenciones protectoras y acompañarlas en la liberación de sus cargas.

Las tradiciones regresivas muestran experiencias donde aparecen historias e identidades que parecen extenderse más allá de una sola existencia.

Zinser describe estados del yo que conservan su organización y necesitan reconocer que las circunstancias han cambiado.

Furlong presenta identidades que poseen autonomía y pueden seguir diferentes caminos después de su transformación.

Woolger, Tomlinson, Cannon y otros regresionistas muestran experiencias donde recuerdos, imágenes e identidades adquieren significado dentro de la vida actual.

Estas perspectivas amplían las posibilidades de lo que podemos encontrar durante el trabajo interior.

Pero también me recuerdan algo que considero fundamental.

La relación con una parte necesita conservar su prioridad frente a nuestras explicaciones.

Puedo tener la certeza de que el trauma sobrevive a la muerte.

Puedo reconocer la importancia de las experiencias regresivas.

Y puedo interesarme profundamente por las identidades que aparecen en ellas.

Pero cuando estoy acompañando a una persona, necesito conocer qué está ocurriendo en su experiencia particular.

Una parte puede mostrarse como una niña asustada.

Otra puede aparecer como un soldado de otra época.

También podemos encontrar una figura luminosa, una presencia amenazante o una identidad cuya historia desconocemos.

Cada encuentro necesita desarrollarse desde aquello que aparece.

La curiosidad permite aproximarnos.

La relación ofrece condiciones para que la parte se sienta comprendida.

Y el respeto por su autonomía permite que la transformación se desarrolle de acuerdo con sus necesidades.

Para mí, esta es una de las contribuciones más importantes que surge del diálogo entre IFS y El Caldero.

Ampliar nuestra mirada sobre el origen de las partes también puede ampliar nuestra capacidad para acompañarlas.

La persona que tenemos delante

Quiero terminar regresando a una situación sencilla.

Una persona encuentra una parte que lleva mucho tiempo sufriendo.

Quizá muestra una historia de la infancia.

Tal vez aparece una experiencia familiar que ha atravesado generaciones.

O puede presentar una escena atribuida a otra existencia.

La parte tiene algo que comunicar.

Algo que necesita ser comprendido.

Y posiblemente una responsabilidad que ha sostenido durante mucho tiempo.

Podemos interesarnos por su historia.

Podemos conocer aquello que intenta proteger.

También podemos escuchar sus temores y descubrir qué necesita para sentirse segura.

La experiencia puede conducir hacia territorios que todavía conocemos poco.

Pero el encuentro ocurre aquí.

Entre una persona y una parte que necesita atención.

Y entre esa persona y quien la acompaña.

La profundidad de nuestra comprensión transpersonal puede enriquecer ese encuentro.

Pero su verdadero valor se expresa en la calidad de la presencia que podemos ofrecer.

Después de trece capítulos, encuentro que este es uno de los aprendizajes más importantes de nuestro recorrido.

Podemos ampliar enormemente nuestra comprensión de la conciencia y continuar comenzando por una pregunta sencilla: ¿qué necesita esta parte?

La multiplicidad más allá de una vida

Y cuando la parte encuentra aquello que necesita, puede comenzar a mostrarnos también hacia dónde quiere continuar.

Hemos explorado historias que parecen anteriores al nacimiento, identidades que podrían continuar después de la muerte y diferentes maneras de comprender su transformación.

También hemos reconocido la importancia de las relaciones que esas identidades mantienen entre sí y con una totalidad mayor.

Ahora estamos preparados para reunir las preguntas que han acompañado todo el libro.

¿Qué significa que la conciencia sea múltiple?

¿Cómo se relacionan las partes, las personalidades y las diferentes expresiones de una identidad mayor?

¿Y qué comprensión de la vida y de la muerte comienza a aparecer cuando examinamos juntas todas estas perspectivas?

El último capítulo estará dedicado a esa mirada de conjunto.

Parte IV. El aporte de El Caldero a IFS

Capítulo 14. Hacia una comprensión más amplia de la conciencia

La pregunta que nos trajo hasta aquí

Este libro comenzó con una pregunta.

Si el trauma atraviesa las vidas y son las partes las que llevan sus cargas, algo de las partes también debe trascender una vida.

¿Qué es ese algo?

Cuando formulé esta pregunta, conocía dos territorios que hasta entonces había explorado principalmente por separado.

Por un lado, IFS me había enseñado a reconocer la multiplicidad natural de nuestra mente, a conocer a las partes y a comprender cómo las experiencias traumáticas pueden llevarlas a asumir cargas y funciones extremas.

Por otro, las tradiciones regresivas me habían mostrado numerosas experiencias donde las personas encontraban heridas, emociones e identidades de vidas pasadas.

La relación entre ambos territorios parecía abrir una posibilidad extraordinaria.

Si las heridas que aparecen durante una regresión son sostenidas por algo que continúa experimentando sus consecuencias, quizá nuestra comprensión habitual de las partes necesita ampliarse.

Pero a medida que avanzó la investigación, aquella pregunta comenzó a desplegarse en otras.

¿Sobrevive la parte que vivió el trauma o solamente la carga que llevaba consigo?

¿Puede una identidad continuar después de morir?

¿Las identidades de otras vidas forman parte del mismo sistema interior que conocemos desde IFS?

¿Podemos distinguir una parte propia de una memoria ancestral, una impronta o una presencia experimentada como ajena?

¿Y qué significa integrar una identidad cuando su historia se extiende más allá de la biografía actual?

Estas preguntas nos llevaron a recorrer autores, investigaciones y experiencias muy diferentes.

Conocimos regresionistas que trabajan con identidades atribuidas a otras existencias; investigadores que estudian recuerdos infantiles de vidas anteriores; profesionales que acompañan experiencias extraordinarias al final de la vida; terapeutas que dialogan con estados del yo; y enseñanzas espirituales que describen una conciencia compuesta por múltiples expresiones de sí misma.

Encontramos coincidencias, diferencias y algunas contradicciones profundas.

También descubrimos que una misma experiencia puede recibir explicaciones muy diferentes según el modelo desde el que se la examine.

La multiplicidad más allá de una vida

Después de trece capítulos, podemos regresar a la pregunta inicial con una comprensión más amplia.

Ahora sabemos que necesitamos distinguir dimensiones que al comienzo parecían formar parte de un mismo fenómeno.

La historia que una parte presenta.

La naturaleza de esa parte.

La carga que lleva consigo.

La continuidad de su identidad.

Y las transformaciones que puede experimentar.

La multiplicidad más allá de una vida es una pregunta sobre la continuidad de la conciencia, pero también sobre las diferentes maneras en que esa conciencia puede organizarse.

Esta es la perspectiva desde la que quiero reunir nuestro recorrido.

Lo que IFS nos permitió comprender

IFS ha transformado profundamente nuestra manera de mirar el mundo interior.

Uno de sus aportes fundamentales consiste en reconocer que la multiplicidad forma parte de nuestra naturaleza.

Las partes pueden tener diferentes sentimientos, deseos, recuerdos, capacidades y perspectivas sobre lo que necesitamos.

Algunas se preocupan por nuestra seguridad. Otras expresan creatividad, entusiasmo o sensibilidad. También encontramos partes que buscan reconocimiento, que necesitan descansar o que temen profundamente ser rechazadas.

Estas diferencias pueden existir sin que haya ocurrido una experiencia traumática.

El trauma puede llevar a las partes a asumir cargas y funciones extremas, pero la multiplicidad constituye una característica natural del sistema interior.

Este punto de partida resulta esencial para nuestra investigación.

Si las partes existieran solamente como consecuencia del trauma, explorar su continuidad equivaldría fundamentalmente a investigar la persistencia de experiencias dolorosas.

Pero IFS nos permite reconocer algo más amplio.

Las partes contienen capacidades, perspectivas y posibilidades que exceden las cargas que llevan consigo.

Cuando una parte libera sus cargas, puede recuperar capacidades naturales y desarrollar funciones diferentes. También puede establecer relaciones más armoniosas con otras partes, bajo el liderazgo de Self.

La transformación conserva la riqueza de la multiplicidad.

Esta comprensión nos ofrece una base para explorar las experiencias transpersonales.

La multiplicidad más allá de una vida

Porque si la multiplicidad constituye una característica natural de nuestra vida interior, podemos preguntarnos si pertenece exclusivamente a la organización psicológica de esta existencia.

O si expresa algo que también encontramos en otras dimensiones de la conciencia.

Cuatro preguntas para reunir nuestra investigación

Al comparar los materiales de El Caldero, encontramos que muchas diferencias entre los autores proceden de las preguntas que intentan responder.

Un regresionista puede explorar el origen de una experiencia traumática.

Otro puede interesarse por la identidad que continúa manifestándola.

Un investigador puede examinar recuerdos y contrastarlos con información externa.

Y una enseñanza espiritual puede proponer una explicación sobre la organización del alma y sus diferentes expresiones.

Todos pueden hablar de recuerdos, identidades o experiencias que parecen trascender una biografía.

Pero sus explicaciones se sitúan en niveles diferentes.

Durante los capítulos anteriores construimos herramientas que permiten organizar esa diversidad.

En el capítulo 11 desarrollamos un mapa de cinco territorios posibles para comprender el origen de las cargas y las historias que presentan las partes.

En el capítulo 12 comparamos cuatro criterios diferentes para comprender el destino de una identidad después de su transformación.

Y en el capítulo 13 examinamos cómo llevar esas preguntas al acompañamiento, permitiendo que la parte muestre aquello que necesita y el camino que desea seguir.

Ahora podemos reunir esas herramientas mediante cuatro dimensiones:

Origen: ¿de dónde procede una experiencia y cómo llega a formar parte de la vida actual?

Naturaleza: ¿qué es aquello que aparece y qué relación mantiene con el sistema interior?

Continuidad: ¿qué permanece después de una experiencia, una vida o la muerte del cuerpo?

Transformación y destino: ¿qué cambia cuando una identidad recibe ayuda y hacia dónde continúa?

Estas cuatro preguntas constituyen una síntesis de nuestro recorrido.

Cada una recupera distinciones que hemos desarrollado anteriormente y permite relacionarlas dentro de una misma investigación.

Primera dimensión: el origen y los cinco territorios

En el capítulo 11 examinamos una dificultad que aparece con frecuencia durante el trabajo interior.

Una parte puede presentar una historia cuya procedencia resulta desconocida para la persona.

La multiplicidad más allá de una vida

Puede mostrar una escena de la infancia, expresar un sufrimiento relacionado con generaciones anteriores o reconocer una experiencia perteneciente a otra existencia.

La pregunta por el origen parece sencilla: ¿de dónde viene aquello que aparece?

Pero nuestro recorrido mostró que necesitamos distinguir entre el origen de una parte, el origen de una carga y la procedencia de la historia que se presenta.

Una parte de la vida actual puede sostener una carga relacionada con acontecimientos familiares anteriores a su nacimiento.

También puede mostrar una experiencia que reconoce como perteneciente a otra vida.

Y una identidad atribuida a otra existencia puede continuar expresando consecuencias de acontecimientos que permanecieron sin resolver.

Para organizar estas posibilidades, el capítulo 11 presentó cinco territorios.

El **primer territorio corresponde a las experiencias personales de la vida actual**.

Aquí encontramos las cargas que las partes asumen durante la infancia y otras etapas de nuestra biografía.

IFS nos ofrece una comprensión profunda de estos procesos y de las funciones protectoras que pueden desarrollarse alrededor de experiencias dolorosas.

El segundo territorio comprende las cargas intergeneracionales.

Son experiencias que la persona vive como relacionadas con acontecimientos familiares anteriores a su nacimiento.

Las cargas de legado de IFS permiten comprender cómo determinadas creencias, emociones y responsabilidades pueden transmitirse dentro de las relaciones familiares.

Las tradiciones transpersonales también describen experiencias relacionadas con antepasados, lealtades y memorias del linaje.

El tercer territorio reúne las narrativas transbiográficas.

Aquí encontramos historias que parecen extenderse más allá de la biografía presente y que las personas reconocen como pertenecientes a otras existencias.

Es el territorio explorado por regresionistas como Woolger, Tomlinson, Newton y Zinser.

También encontramos un antecedente dentro de IFS: Schwartz ha mencionado experiencias donde las partes presentan escenas que los consultantes comprenden como procedentes de otras vidas.

Estas historias pueden aparecer relacionadas con cargas y funciones protectoras que continúan activas durante la existencia actual.

El **cuarto territorio corresponde a experiencias relacionales y colectivas**.

Las cargas de legado cultural de IFS permiten comprender cómo determinadas condiciones sociales, creencias compartidas e historias colectivas pueden influir en las partes.

La multiplicidad más allá de una vida

Las experiencias de un grupo, una comunidad o una cultura pueden adquirir significado dentro de la vida interior de una persona.

Este territorio amplía la comprensión de las cargas más allá de la historia exclusivamente individual o familiar.

Finalmente, el **quinto territorio reúne las experiencias simbólicas o de origen indeterminado**.

Esta es una aportación metodológica de El Caldero.

Cuando aparece una historia intensa cuyo origen desconocemos, podemos acompañarla sin adjudicarle inmediatamente una procedencia.

La experiencia puede tener un significado profundo para la persona aunque todavía no sepamos cómo comprender su naturaleza o su historia.

Este quinto territorio conserva abierta la investigación y evita que el interés por encontrar una explicación termine imponiendo una respuesta prematura.

Los cinco territorios no constituyen cinco clases excluyentes de partes.

Son posibilidades para explorar la procedencia de las experiencias y cargas que aparecen durante el trabajo interior.

Además, la pregunta sobre aquello que se vive como ajeno atraviesa varios de ellos.

Una persona puede decir que una emoción pertenece a su familia, que una historia corresponde a otra existencia o que experimenta una presencia que considera externa al sistema.

La palabra «ajeno» adquiere significados diferentes en cada caso.

Por eso, junto con el origen, necesitamos examinar qué es aquello que aparece.

La historia, la carga y la parte que la sostiene pueden tener procedencias diferentes.

Esta distinción constituye una de las contribuciones más importantes del capítulo 11.

Segunda dimensión: la naturaleza de aquello que aparece

Una vez que conocemos la historia que se presenta, necesitamos preguntarnos qué es aquello que la expresa.

En IFS hablamos de partes.

Son aspectos diferenciados de nuestra experiencia interior, con sentimientos, perspectivas, relaciones y capacidades propias.

En la terapia de estados del yo encontramos otras descripciones de subpersonalidades y organizaciones internas.

En los trabajos regresivos aparecen identidades que se reconocen como personas de otras épocas.

En Zinser, determinados estados del yo pueden continuar existiendo como expresiones diferenciadas de conciencia.

En Furlong, las identidades poseen una relación con el alma y con el *Transpersonal Self*.

La multiplicidad más allá de una vida

En Seth, las personalidades forman parte de una Entidad multidimensional y pueden desarrollar diferentes grados de autonomía.

Estas propuestas tienen afinidades, pero describen realidades distintas.

La distinción que construimos en los capítulos 11 y 12 nos ayuda a reconocer diferentes posibilidades.

Una **parte** es una identidad interior que participa del sistema y mantiene relaciones con otras partes y con Self.

Una **carga** es aquello que una parte sostiene como consecuencia de determinadas experiencias.

Una **memoria** contiene información o recuerdos, pero su presencia no implica necesariamente que exista una identidad diferenciada que continúe viviendo esa historia.

Una **identidad regresiva** es una personalidad que aparece durante una exploración y se presenta como perteneciente a otra existencia.

Y una **presencia vivida como ajena** es una experiencia que la persona interpreta como relacionada con alguien o algo diferente de sí misma.

Estas categorías necesitan permanecer diferenciadas.

Una parte puede presentar una memoria.

Una identidad regresiva puede expresar una carga.

Y una experiencia vivida como ajena puede despertar respuestas de diferentes partes protectoras.

Pero la semejanza de sus manifestaciones no convierte automáticamente a todas ellas en el mismo fenómeno.

Esto también nos permite revisar los diferentes significados de la integración.

Una parte de IFS puede liberar sus cargas y continuar participando del sistema.

Un estado del yo de Zinser puede encontrar integración dentro de una organización espiritual más amplia.

Y una personalidad de Seth puede continuar desarrollándose dentro de su propia realidad mientras mantiene relaciones con otras expresiones de la Entidad.

La palabra integración aparece en todos estos modelos, pero la naturaleza de aquello que se integra y de la totalidad que lo recibe es diferente.

La multiplicidad describe una experiencia de diferenciación. Su naturaleza depende de cómo comprendamos aquello que se diferencia.

Esta es una de las distinciones fundamentales que necesitamos conservar al relacionar IFS con las tradiciones transpersonales.

Tercera dimensión: la continuidad

Aquí regresamos al motivo principal de la investigación.

La multiplicidad más allá de una vida

Una experiencia traumática continúa más allá de una vida. Necesitamos comprender qué es lo que permanece.

En los capítulos 8, 9 y 10 examinamos diferentes respuestas.

Michael Newton presenta un alma que atraviesa existencias sucesivas y conserva experiencias, aprendizajes e improntas de vidas anteriores.

La continuidad principal corresponde al alma.

Thomas Zinser y Gerod describen determinados estados del yo que pueden conservar su identidad después de morir.

Algunos permanecen latentes dentro de la organización espiritual del alma hasta que otra encarnación ofrece circunstancias que permiten su transformación.

En este modelo, la continuidad puede incluir algo más que la memoria de una experiencia.

La identidad que vivió el acontecimiento también puede seguir existiendo.

Seth propone una comprensión diferente.

Las personalidades reencarnacionales continúan desarrollándose dentro de sus propios marcos de realidad.

La relación entre ellas pertenece a una organización multidimensional donde el tiempo no funciona exclusivamente como una sucesión lineal.

Y en las comunicaciones que Falconer atribuye a Spirit encontramos otra posibilidad: las partes podrían continuar después de la muerte y experimentar dispersión si no han encontrado suficiente reconciliación.

Estas cuatro perspectivas permiten reconocer diferentes formas de continuidad.

La memoria del alma en Newton.

Los estados del yo que persisten en Gerod.

Las personalidades que continúan en su propia realidad en Seth.

Y la posibilidad de dispersión o reunión de las partes en Spirit.

Cada modelo parte de una comprensión particular de la conciencia.

Pero todos permiten explorar preguntas que exceden la duración del cuerpo físico.

La comparación nos condujo a una distinción que considero central.

La continuidad de una carga y la continuidad de la parte que la sostiene son cuestiones relacionadas, pero distintas.

Una experiencia puede dejar una huella que continúa manifestándose.

Esa huella puede expresarse mediante sentimientos, creencias o patrones que aparecen durante otra existencia.

Pero todavía necesitamos comprender si permanece la misma identidad que originalmente la vivió.

La multiplicidad más allá de una vida

Puede tratarse de una memoria conservada por el alma.

También de una carga que una parte diferente ha llegado a sostener.

O de una identidad que conserva su propia historia y sigue experimentando consecuencias de acontecimientos anteriores.

Cada explicación implica una comprensión diferente de la continuidad.

Esta distinción permite que nuestra investigación sobre el trauma se amplíe hacia otra pregunta: ¿qué sucede con la identidad que lo vivió?

Cuarta dimensión: transformación y destino

En el capítulo 12 distinguimos diferentes procesos de transformación.

Una parte puede actualizar su percepción, liberar una carga, modificar su función o reconciliarse con otras partes.

También puede encontrar una forma diferente de integración.

Pero cuando exploramos los modelos transpersonales aparece una pregunta adicional.

¿Qué sucede después con aquella identidad?

La comparación de cuatro modelos permitió reconocer diferentes criterios para comprender su destino.

En **IFS**, el criterio principal es la pertenencia al sistema.

Una parte propia puede liberar sus cargas y continuar participando de la vida interior, recuperando capacidades y desarrollando nuevas funciones.

Las experiencias interpretadas como cargas no adheridas reciben una consideración diferente porque se comprenden como ajenas al sistema.

En **Gerod y Zinser**, el criterio está relacionado con la existencia de origen.

Los estados del yo encuentran integración dentro del nivel del alma correspondiente a la vida en que se formaron.

En **Furlong**, el criterio decisivo se encuentra en las necesidades de cada identidad, orientadas por el *Transpersonal Self*.

Aunque describe destinos habituales para partes de la vida presente y de otras existencias, también contempla excepciones.

Algunas partes profundamente traumatizadas de la vida actual pueden regresar al plano espiritual.

Y determinadas identidades de otras vidas pueden encontrar integración dentro de la encarnación presente.

En **Seth**, la pregunta se transforma porque las personalidades ya forman parte de una Entidad multidimensional.

Su desarrollo continúa dentro de sus propias realidades, y la integración puede comprenderse mediante las relaciones que mantienen con otras expresiones de la conciencia.

Estos cuatro criterios muestran cómo la concepción de la totalidad influye en el destino que cada modelo atribuye a las identidades.

Pero el capítulo 13 nos permitió llevar esta pregunta al acompañamiento.

Cuando una parte presenta una historia atribuida a otra existencia, podemos conocer aquello que necesita desde los fundamentos de IFS.

Schwartz ha mencionado experiencias de este tipo y el uso de una secuencia de testimonio, rescate y descarga.

Durante el testimonio, Self escucha lo que la parte necesita mostrar.

En el rescate, puede preguntarle adónde desea ir y qué necesita para abandonar las circunstancias en las que permanece atrapada.

Después de liberar sus cargas, podemos interesarnos por lo que quiere hacer ahora.

La respuesta puede incluir un lugar seguro, una nueva función o alguna otra experiencia que tenga significado para la parte.

También puede expresar el deseo de dirigirse hacia la Luz.

El caso del juez y el niño de Furlong nos permitió reconocer identidades que, después de recibir ayuda, fueron acompañadas en momentos diferentes hacia el plano espiritual.

Estos recorridos pertenecen al modelo del autor, pero nos recuerdan que una identidad puede presentar necesidades particulares que merecen atención.

Desde IFS, podemos acompañar la elección de una parte sin decidir anticipadamente qué destino metafísico corresponde a su experiencia.

El camino que la parte muestra adquiere prioridad sobre el destino que nosotros habíamos imaginado para ella.

Esta idea reúne uno de los aportes fundamentales del capítulo 13 con nuestra investigación acerca de la continuidad.

Y permite conservar la autonomía como un aspecto central de la transformación.

El mapa que construimos en El Caldero

Ahora podemos reunir las herramientas de los capítulos anteriores dentro de una misma organización.

Dimensión	**Herramienta construida**	**Pregunta que permite explorar**
Origen	Los cinco territorios del capítulo 11: personal actual, intergeneracional, narrativas transbiográficas, relacional/colectivo y simbólico/indeterminado	¿De dónde procede la experiencia y cómo llega a formar parte de la vida actual?
Naturaleza	Distinción entre parte, carga, memoria, identidad regresiva y presencia vivida como ajena	¿Qué es aquello que aparece y qué relación

		mantiene con la persona?
Continuidad	Comparación entre Newton, Gerod, Seth y Spirit	¿Qué permanece después de una experiencia o de la muerte?
Transformación y destino	Los cuatro criterios del capítulo 12 y la elección de la parte durante el rescate del capítulo 13	¿Qué cambia, qué se conserva y hacia dónde desea continuar?

Este mapa es una elaboración de El Caldero surgida de la comparación de los materiales que hemos estudiado.

Su propósito es ayudarnos a formular preguntas más precisas.

También permite reconocer qué aspecto de una experiencia está siendo explicado por cada autor.

Un modelo puede ofrecer una comprensión detallada del origen de una carga, pero decir poco acerca de la continuidad de la parte que la sostiene.

Otro puede describir la naturaleza de una identidad y su destino posterior, aunque aporte menos información sobre los procesos concretos de transformación.

Y una investigación puede reunir observaciones valiosas acerca de determinadas experiencias sin establecer una explicación completa sobre la naturaleza de la conciencia.

Estas diferencias nos permiten aprovechar las contribuciones de cada fuente.

También ayudan a identificar qué necesitamos seguir estudiando.

El mapa reúne cuatro dimensiones de una pregunta mayor: cómo se organizan, continúan y transforman las diferentes expresiones de la conciencia.

El tiempo también puede ser diferente

Entre las tensiones que encontramos durante nuestra investigación, una merece especial atención.

Michael Newton y Seth presentan concepciones profundamente distintas del tiempo.

En Newton, el alma atraviesa diferentes encarnaciones y desarrolla aprendizajes a lo largo de un recorrido que se describe principalmente de manera secuencial.

Una existencia termina.

El alma continúa su proceso en el estado entre vidas.

Y posteriormente puede experimentar una nueva encarnación.

Desde esta perspectiva, resulta natural hablar de experiencias anteriores que influyen en una vida posterior.

La memoria conserva aquello que ocurrió en otro momento.

Y la transformación puede permitir resolver experiencias que permanecieron pendientes.

En Seth, las personalidades reencarnacionales participan de una organización simultánea de conciencia.

El *Presente Espacioso* permite imaginar una relación con el tiempo que excede nuestra percepción lineal.

Las personalidades pueden continuar desarrollándose dentro de sus propios marcos de realidad.

Y sus experiencias pueden mantener relaciones con otras expresiones de la Entidad.

La diferencia resulta fundamental.

En Newton podemos imaginar que una experiencia traumática ocurrió en una existencia anterior y dejó una impronta que reaparece posteriormente.

En Seth, la personalidad que vive esa experiencia continúa existiendo dentro de su propia realidad.

La relación entre ambas existencias puede comprenderse desde una simultaneidad que nuestra conciencia cotidiana experimenta como sucesión.

Estas propuestas ofrecen maneras distintas de imaginar la continuidad.

Y ninguna necesita reducirse a la otra para que podamos reconocer su interés.

La diferencia también afecta nuestra pregunta sobre las partes.

Si las experiencias continúan a través de una sucesión de vidas, podemos investigar qué se transmite de una a otra.

Si las identidades existen dentro de una organización simultánea, la pregunta puede desplazarse hacia las relaciones que mantienen entre sí.

En un caso, la continuidad se comprende principalmente mediante una trayectoria.

En el otro, mediante una organización más amplia del tiempo.

Ambas perspectivas permiten formular preguntas sobre la multiplicidad.

Pero conducen hacia explicaciones diferentes.

Y esta tensión merece conservarse como una de las cuestiones abiertas de El Caldero.

Lo que podemos afirmar y lo que queda abierto

Al llegar al final de este recorrido, quiero distinguir mi punto de partida de las preguntas que la investigación ha permitido desarrollar.

Hay dos cosas de las que estoy convencido.

La primera es que **el trauma sobrevive a la muerte. No tengo duda alguna, porque las personas hacen regresiones y sanan traumas de vidas pasadas**.

La segunda es que, después de morir, una persona puede continuar experimentando actitudes egoicas, como el apego a lo material, mientras su conciencia también experimenta una expansión.

Para mí, estas dos cosas son verdades.

Pero todavía desconozco durante cuánto tiempo persisten esas actitudes y cómo llegan a resolverse.

En el capítulo 9 expresé que estimo que el alma puede atravesar un proceso de mejora.

Esta estimación me lleva a preguntarme cómo podría desarrollarse esa transformación después de morir.

Las fuentes que hemos estudiado ofrecen respuestas diferentes.

En **Gerod**, determinados estados del yo pueden permanecer latentes hasta que otra existencia ofrece circunstancias que permiten encontrarlos y ayudarlos a liberar sus cargas.

El paso del tiempo y las nuevas encarnaciones forman parte de su explicación.

En **Seth**, la personalidad continúa desarrollándose dentro de su propia realidad y puede seguir resolviendo sus conflictos.

La transformación pertenece a una concepción multidimensional del tiempo.

Y en las comunicaciones atribuidas a **Erik Medhus**, encontramos relatos de procesos de comprensión y acompañamiento después de la muerte.

Entre ellos aparece la figura de un alma consejera que ayuda a comprender las experiencias de la vida que terminó, las motivaciones de determinadas conductas y las heridas que todavía necesitan atención.

Estas respuestas pertenecen a concepciones espirituales diferentes.

Pero permiten reconocer una posibilidad compartida: la muerte puede representar una expansión de conciencia mientras determinadas experiencias y patrones todavía necesitan transformarse.

La expansión de conciencia y la persistencia de actitudes egoicas pueden coexistir.

Esto adquiere especial significado cuando observamos las actitudes egoicas desde IFS.

Un apego puede estar relacionado con una parte que teme profundamente perder algo.

Una necesidad de control puede expresar la preocupación de un protector.

Y una identidad que continúa aferrada a determinado acontecimiento puede estar intentando resolver una experiencia que todavía no comprende.

La palabra «egoico» puede describir una forma de relación con la experiencia, pero necesitamos conocer qué la sostiene.

Por eso la pregunta acerca de cuánto tiempo persisten esas actitudes conduce naturalmente hacia otra.

¿Qué necesitan para transformarse?

La multiplicidad más allá de una vida

Algunos modelos describen procesos de revisión de vida.

Otros hablan de restauración, aprendizaje y reconciliación.

También encontramos identidades que necesitan reconocer que las circunstancias han cambiado o recibir ayuda para liberar las cargas que sostienen.

Las respuestas son parciales y pertenecen a diferentes concepciones de la conciencia.

Pero amplían nuestra comprensión de la pregunta inicial.

La continuidad del trauma nos llevó a investigar la continuidad de la identidad.

Y esa investigación nos condujo hacia los procesos mediante los cuales una identidad puede aprender, reconciliarse y transformarse.

Aquí permanece una cuestión fundamental.

La naturaleza de aquello que continúa, la duración de su persistencia y la manera en que llega a transformarse constituyen el territorio que todavía necesitamos explorar.

Lo que aportan las investigaciones

Nuestro corpus incluye materiales que proceden de la práctica clínica, testimonios personales, investigaciones y enseñanzas espirituales.

Cada tipo de fuente aporta observaciones y preguntas desde un lugar diferente.

Las investigaciones de Ian Stevenson y Jim Tucker sobre niños que recuerdan otras vidas permiten examinar relatos que aparecen espontáneamente y, en determinados casos, compararlos con información sobre personas fallecidas.

Los estudios sobre experiencias cercanas a la muerte, entre ellos los de Kenneth Ring, Jeffrey Long y Penny Sartori, exploran vivencias que las personas describen durante situaciones próximas a la muerte.

Y Christopher Kerr ha investigado los sueños y visiones que aparecen en personas que se encuentran al final de la vida.

Estas investigaciones aportan observaciones importantes acerca de experiencias que plantean preguntas sobre la conciencia, la memoria y la muerte.

Pero nuestro interés particular introduce una cuestión adicional.

¿Qué nos permiten conocer estas investigaciones acerca de las partes?

Un niño que relata recuerdos atribuidos a otra vida puede aportar información relevante para estudiar la continuidad de la memoria o de determinados rasgos de identidad.

Pero el relato todavía deja abierta la pregunta acerca de las partes que organizan su experiencia interior.

Una persona que vive una experiencia cercana a la muerte puede describir una conciencia que parece continuar fuera de las condiciones habituales de percepción.

Pero esa experiencia no establece por sí sola qué sucede con las diferentes partes que conformaban su personalidad.

Y las visiones al final de la vida pueden contener encuentros profundamente significativos con familiares fallecidos, sin describir necesariamente la organización interna de esas identidades.

Las investigaciones amplían el territorio de nuestras preguntas.

Las experiencias regresivas y los modelos de partes aportan otras observaciones.

Y las concepciones espirituales proponen explicaciones acerca de la continuidad y organización de la conciencia.

Nuestro trabajo consiste en relacionar esos materiales, conservando aquello que cada uno permite conocer.

También debemos reconocer que la transformación vivida durante una regresión puede tener un significado profundo para la persona, aunque la historia presentada admita diferentes interpretaciones.

El alivio experimentado constituye un resultado que merece atención.

La historicidad de la escena y la naturaleza de la identidad que aparece requieren otro tipo de examen.

Esta distinción permite que nuestras convicciones y nuestra investigación convivan con una lectura cuidadosa de las fuentes.

Y ayuda a identificar qué necesitamos seguir estudiando.

Lo que El Caldero aporta al diálogo entre modelos

Al comenzar este libro, mi interés estaba dirigido especialmente hacia lo que las experiencias transpersonales podían aportar a IFS.

Pero el recorrido terminó mostrando una relación más amplia.

IFS nos ofrece una comprensión profunda de las partes, sus cargas, sus funciones y las relaciones que mantienen entre sí.

Las tradiciones regresivas presentan experiencias que amplían el territorio donde esas preguntas pueden formularse.

Los modelos espirituales ofrecen concepciones de identidad y conciencia que exceden la biografía actual.

Y las investigaciones aportan métodos para estudiar determinados fenómenos de una manera sistemática.

El Caldero reúne esos materiales para ponerlos en relación.

Su aportación principal se encuentra en la comparación y en las preguntas que surgen de ella.

La distinción entre carga e identidad permite comprender que una experiencia traumática puede continuar de maneras diferentes.

El reconocimiento de la multiplicidad natural permite explorar identidades que contienen mucho más que sus heridas.

La comparación entre los modelos de integración muestra que diferentes autores atribuyen destinos distintos a las identidades.

Y la atención a las relaciones permite reconocer que una experiencia puede comenzar a transformarse antes de que hayamos resuelto su procedencia.

Estas ideas ofrecen un terreno de diálogo entre comunidades que han desarrollado lenguajes y prácticas diferentes.

Para quienes acompañan desde IFS, el recorrido puede ampliar la curiosidad acerca de las historias que presentan las partes.

Para quienes trabajan con regresión, puede aportar una comprensión más elaborada de las funciones protectoras, las polarizaciones y la importancia de Self en el acompañamiento.

También permite reconocer una responsabilidad compartida: respetar las necesidades y la autonomía de quien presenta una experiencia.

Cada campo conserva su identidad.

Pero el encuentro puede enriquecer a ambos.

El Caldero propone una mirada donde las diferencias entre los modelos se convierten en oportunidades para comprender mejor aquello que cada uno ha observado.

Y esta mirada puede continuar ampliándose a medida que surjan nuevas investigaciones, testimonios y preguntas.

La multiplicidad como una característica de la conciencia

Después de reunir todo lo investigado, encuentro que la pregunta original nos ha llevado hacia una posibilidad todavía más amplia.

Comenzamos preguntando qué sucede con las partes que llevan cargas de experiencias anteriores.

Pero ahora podemos preguntarnos si la multiplicidad pertenece a una organización de la conciencia que excede una sola existencia.

IFS nos enseña que nuestra vida interior está constituida por múltiples partes.

Y que esas partes pueden desarrollar relaciones, funciones y capacidades propias.

También encontramos experiencias donde una parte parece contener otras partes.

Esta organización introduce la posibilidad de diferentes niveles de multiplicidad dentro de un mismo sistema.

Las tradiciones regresivas presentan identidades que parecen mantener una continuidad más allá de la biografía actual.

El caso del juez y el niño de Furlong nos mostró una personalidad atribuida a otra vida que contenía una identidad infantil diferenciada.

Ambas recibieron ayuda y siguieron recorridos particulares.

En Zinser, los estados del yo pertenecen a una organización espiritual del alma que comprende diferentes existencias.

Y en Seth encontramos una concepción todavía más amplia.

La multiplicidad más allá de una vida

Las personalidades reencarnacionales y otras expresiones de conciencia forman parte de una Entidad multidimensional.

Cada personalidad puede desarrollar experiencias propias mientras conserva una relación con esa totalidad.

Estas perspectivas permiten imaginar una organización en diferentes niveles.

Una persona contiene partes.

Una parte puede contener otras partes.

Una personalidad puede formar parte de una conciencia más amplia.

Y esa conciencia puede mantener relaciones con otras expresiones de sí misma.

Las semejanzas entre estas organizaciones resultan sugerentes, aunque sus fundamentos sean diferentes.

Una parte de IFS y una personalidad reencarnacional de Seth pertenecen a modelos distintos.

Pero ambas pueden expresar una forma de individualidad que participa de una organización mayor.

Esta posibilidad también modifica nuestra manera de comprender la unidad.

Habitualmente imaginamos la unidad como aquello que permanece después de eliminar las diferencias.

IFS nos ofrece otra perspectiva.

La unidad puede expresarse mediante relaciones armoniosas entre partes que conservan su individualidad.

Y algunos modelos transpersonales extienden esa posibilidad hacia organizaciones más amplias de conciencia.

En Gerod, las identidades pueden integrarse sin disolverse.

En Furlong, conservan recorridos particulares dentro de una organización espiritual mayor.

Y en Seth, las personalidades enriquecen a la Entidad mediante sus experiencias.

Estas concepciones tienen diferencias importantes.

Pero permiten explorar una posibilidad común.

La unidad de la conciencia podría expresarse a través de la multiplicidad, en lugar de necesitar su desaparición.

Esta idea transforma el significado de integración.

Una parte puede abandonar una carga sin perder su identidad.

Una personalidad puede continuar desarrollándose mientras participa de una totalidad mayor.

Y una conciencia puede enriquecerse mediante las experiencias y relaciones de sus diferentes expresiones.

La multiplicidad más allá de una vida

La multiplicidad comienza entonces a mostrarse como algo más amplio que una organización psicológica destinada a responder a nuestras necesidades durante esta vida.

Podría formar parte de la manera en que la conciencia existe, se relaciona y se transforma.

Esta posibilidad constituye el horizonte más amplio al que nos ha llevado nuestra investigación.

Una vida dentro de una historia más amplia

El Caldero nació con una intención especial: ampliar la mirada sobre la finitud de la vida.

La muerte constituye uno de los límites más profundos de nuestra experiencia humana.

Conocemos su presencia en la pérdida de quienes amamos, en los cambios que acompañan el envejecimiento y en la fragilidad del cuerpo.

También sabemos que nuestra existencia física tiene una duración limitada.

Las experiencias reunidas en este libro permiten mirar ese límite desde otras perspectivas.

Los testimonios de experiencias cercanas a la muerte describen formas extraordinarias de conciencia y de relación.

Las investigaciones sobre recuerdos infantiles de otras vidas plantean preguntas acerca de la continuidad de la memoria.

Los relatos de regresión presentan heridas y experiencias que las personas reconocen como anteriores al nacimiento.

Y diferentes tradiciones espirituales describen procesos de aprendizaje y transformación que continuarían después de morir.

Estos materiales han formado parte de mi recorrido personal y de mi manera de comprender la existencia.

Pero la pregunta acerca de las partes agrega una dimensión particular.

Porque nuestra vida interior también está constituida por vínculos.

Una parte puede haber sostenido durante décadas el temor de una niña.

Otra puede haber dedicado su existencia a evitar que volvamos a experimentar una pérdida.

Y algunas pueden haber permanecido atrapadas en responsabilidades que asumieron mucho antes de que pudiéramos comprenderlas.

Acompañarlas nos permite conocer historias que estaban presentes dentro de nosotros, aunque desconocíamos buena parte de ellas.

También nos permite descubrir capacidades que habían quedado ocultas bajo el sufrimiento.

Nuestra historia se extiende más allá de una existencia, y esas experiencias forman parte de un recorrido todavía más amplio.

Las heridas pueden transformarse.

Las identidades pueden aprender.

La multiplicidad más allá de una vida

Y las relaciones pueden encontrar nuevas posibilidades.

Desde esta perspectiva, la muerte deja de ser solamente una pregunta acerca de lo que termina.

También se convierte en una pregunta acerca de aquello que continúa y se transforma.

La finitud de una vida física puede convivir con una historia de conciencia que excede sus límites.

Y el trabajo con partes puede participar de esa historia.

En las comunicaciones que Robert Falconer atribuye a Spirit encontramos una invitación a reconciliar y reunir las partes antes de morir.

Dentro de esa concepción, la integración del sistema interior adquiere significado también para la transición que sigue a la muerte.

Derek Scott nos ofreció otra expresión de esta posibilidad.

Mientras se preparaba para morir, pudo reconocer a sus protectores y acompañar las respuestas de sus partes vulnerables desde Self.

Su testimonio nos permite comprender cómo la reconciliación de las partes puede formar parte de la manera en que una persona se prepara para atravesar esa transición.

La reconciliación de nuestras partes puede transformar profundamente nuestra manera de vivir.

Y nuestra existencia continúa más allá de la muerte, de modo que ese trabajo interior puede formar parte de una historia de aprendizaje y transformación todavía más amplia.

Cada parte que recibe ayuda encuentra nuevas posibilidades.

Cada reconciliación puede ampliar nuestra libertad.

Y cada carga liberada permite que una identidad se relacione de otra manera con su experiencia.

El valor de ese trabajo ya está presente durante nuestra vida.

Su continuidad amplía todavía más su significado.

Podemos comprender así el trabajo interior como una contribución a nuestro desarrollo durante esta existencia y como parte de una historia de conciencia que continúa más allá de ella.

Una investigación que permanece abierta

¿Qué relación existe entre las partes que conocemos desde IFS y las personalidades que aparecen en las regresiones?

¿Puede una parte conservar su identidad después de morir?

¿De qué manera se transmiten las cargas entre diferentes existencias?

¿Y qué organización de conciencia permite que una experiencia del pasado continúe influyendo en nuestra vida presente?

La multiplicidad más allá de una vida

También necesitamos seguir examinando las diferencias entre las memorias del alma, los estados del yo y las identidades descritas en los modelos multidimensionales.

Y encontrar maneras de investigar esas experiencias respetando tanto su significado humano como las exigencias de cada método.

Estas preguntas constituyen un territorio de exploración.

El corpus de El Caldero seguirá ampliándose.

Nuevas fuentes podrán confirmar, modificar o cuestionar algunas de las relaciones que hemos propuesto.

También podrán abrir posibilidades que todavía desconocemos.

La investigación puede continuar precisamente porque las preguntas conservan su valor.

Y porque el encuentro entre diferentes perspectivas permite reconocer aspectos que resultan difíciles de observar cuando permanecemos dentro de una sola explicación.

Una pregunta que se transforma

Quiero terminar regresando al comienzo.

Durante años conocí el trabajo con las partes y también las experiencias de regresión.

Sabía que IFS reconoce que las partes llevan cargas.

Y conocía numerosos relatos donde las personas encontraban y transformaban traumas de vidas pasadas.

Cuando reuní esas dos perspectivas apareció la pregunta que impulsó este libro.

Si el trauma atraviesa las vidas, ¿qué sucede con las partes que lo llevan?

Después de este recorrido, la pregunta sigue siendo importante.

Pero ahora la comprendo de una manera más amplia.

La investigación nos permitió distinguir el origen de una carga, la naturaleza de la identidad que la sostiene, las formas de continuidad y los procesos de transformación.

También nos mostró que diferentes modelos pueden explicar aspectos distintos de una misma experiencia.

Y que una parte puede necesitar ayuda y encontrar transformación, aunque todavía desconozcamos la naturaleza última de su historia.

Al comienzo queríamos saber qué trasciende una vida.

Ahora encontramos una pregunta que abarca mucho más.

¿Y si la multiplicidad fuera una característica de la conciencia misma?

Una conciencia capaz de expresarse mediante identidades diferentes.

De conservar experiencias.

De establecer relaciones.

La multiplicidad más allá de una vida

De aprender y transformarse.

Y quizá de continuar desarrollándose mucho más allá de aquello que reconocemos como una sola vida.

Esta posibilidad permanece abierta a la investigación.

Pero nos permite mirar nuestra experiencia interior desde una perspectiva extraordinariamente amplia.

Somos múltiples durante esta vida.

Nuestras partes pueden encontrar nuevas maneras de relacionarse y participar de una totalidad.

Y las experiencias reunidas en El Caldero nos invitan a explorar si esa multiplicidad pertenece también a una historia de conciencia que continúa más allá del nacimiento y de la muerte.

Tal vez la pregunta más profunda ya no sea solamente qué parte de nosotros sobrevive.

Quizá también necesitemos preguntarnos qué somos cuando reconocemos que nuestra identidad puede contener muchas otras identidades.

Y cómo se transforma nuestra comprensión de la existencia cuando comenzamos a mirar todas esas expresiones como participantes de algo mayor.

El Caldero seguirá reuniendo experiencias, investigaciones y preguntas para explorar ese territorio.

Porque ampliar la mirada sobre la conciencia también amplía nuestra manera de comprender la vida.

Y porque aquello que hoy conocemos como nuestra historia personal puede formar parte de una historia mucho más grande.

Bibliografía y fuentes de referencia

Aguirre, Ana María. La respiración del corazón y los estados ampliados de conciencia.

Aspra, Lucy. Seres de luz y entes de la oscuridad.

Aurand, Paul. Essential Healing: Hypnotherapy and Regression-Based Practices to Release the Emotional Pain and Trauma Keeping You Stuck.

Buhlman, William. Adventures in the Afterlife.

Callanan, Maggie, y Patricia Kelley. Final Gifts: Understanding the Special Awareness, Needs, and Communications of the Dying.

Cannon, Dolores.

- Between Death and Life: Conversations with a Spirit.
- Legacy from the Stars.
- The Convoluted Universe, libros I, II, IV y V.
- The Three Waves of Volunteers and the New Earth.

Eaton, Barry. Afterlife.

Falconer, Robert.

- The Others Within Us: Internal Family Systems, Porous Mind, and Spirit Possession.
- Spirit.

Furlong, David.

- «Altered States of Consciousness within Therapeutic Modalities – Exploring Commonalities of Experience: A Qualitative Grounded Theory Study». Consciousness, Spirituality & Transpersonal Psychology.
- «Working with the Transpersonal Self to Heal Trauma and Release Spirit Intrusions». The International Journal of Regression Therapy.

Holmes, Tom, y Lauri Holmes. Parts Work: An Illustrated Guide to Your Inner Life. Ilustraciones de Sharon Eckstein.

Kerr, Christopher W., y colaboradores. «End-of-Life Dreams and Visions: A Longitudinal Study of Hospice Patients' Experiences». Journal of Palliative Medicine.

Long, Jeffrey, y Paul Perry. God and the Afterlife: The Groundbreaking New Evidence for God and Near-Death Experience.

Medhus, Elisa. My Son and the Afterlife: Conversations from the Other Side.

Medhus, Erik, con Elisa Medhus. My Life After Death: A Memoir from Heaven.

Newton, Michael.

- Destiny of Souls: New Case Studies of Life Between Lives.
- Life Between Lives: Hypnotherapy for Spiritual Regression.

Ring, Kenneth, y Evelyn Elsaesser Valarino. Lessons from the Light: What We Can Learn from the Near-Death Experience.

Roberts, Jane.

- The Seth Material.
- Seth, Dreams and Projection of Consciousness.

Sartori, Penny. The Wisdom of Near-Death Experiences: How Understanding NDEs Can Help Us Live More Fully.

Schwartz, Richard C.

- No Bad Parts: Healing Trauma and Restoring Wholeness with the Internal Family Systems Model.
- The Spirituality of Internal Family Systems: A Practice-Based Journey to Your Sacred Self. Curso en línea, Sounds True.

Schwartz, Richard C., y Martha Sweezy. Internal Family Systems Therapy.

Scott, Derek.

- Dead (Spoiler Alert): A Psychotherapist's Journey with Cancer.
- Derek's Final Goodbye. Testimonio en video, IFSCA.

Stevenson, Ian.

- Children Who Remember Previous Lives: A Question of Reincarnation.
- Where Reincarnation and Biology Intersect.

Tomlinson, Andy. Healing the Eternal Soul: Insights from Past Life and Spiritual Regression.

Tucker, Jim B. Life Before Life: A Scientific Investigation of Children's Memories of Previous Lives.

Webber, Wendie. The Devil's Therapy: Hypnosis Practitioner's Essential Guide to Effective Regression Hypnotherapy.

Woolger, Roger J. Healing Your Past Lives: Exploring the Many Lives of the Soul.

Zinser, Thomas. Soul-Centered Healing: A Psychologist's Extraordinary Journey into the Realms of Sub-Personalities, Spirits, and Past Lives.

Maldonado, Uruguay - octubre de 2026