**EL DESHOLLINADOR**

**Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo**

Esta práctica tiene por finalidad lograr un inmediato alivio de las tensiones internas motivadas por conflictos no resueltos o directamente negados. La negación, generalmente opera por olvido o por racionalización, de modo que las dificultades quedan desplazadas sin posibilidad de ser elaboradas en el nivel que les corresponde.

**Experiencia guiada**

Estoy en una habitación sentado al lado de una persona que no conozco, pero que me es de una confianza absoluta. Tiene todas las características de un buen consejero: bondad, sabiduría y fuerza. Sin embargo, muchos le dan el pintoresco mote de “deshollinador”. Lo he venido a consultar sobre algunos problemas personales y, por su parte, ha respondido que mis tensiones internas son tan fuertes que lo más recomendable es hacer un ejercicio de “limpieza”. Su discreción es tan grande que al estar sentado a mi lado y no fijar la mirada en mi, puedo expresarme libremente. De esta manera, establecemos una muy buena relación.



Me pide que me distienda completamente, aflojando los músculos. Me ayuda, apoyando sus manos en mi frente y en los distintos músculos de la cara. (\*)

Luego me toma la cabeza y la mueve de izquierda a derecha; adelante y atrás, para que relaje el cuello y los hombros. Destaca como importante que los ojos y la mandíbula queden flojos. (\*)

Indica posteriormente que suelte los músculos del tronco. Primeramente, los de adelante. Después, los de atrás. (\*)

No se ha preocupado de las tensiones en brazos y piernas porque, según asegura, ellos se distienden solos como consecuencia de lo anterior. Me recomienda ahora que sienta a mi cuerpo blando, como de goma; “tibio” y pesado, hasta encontrar una sensación algodonosa y placentera. (\*)

Me dice: “Vamos derecho al grano. Revise hasta el último detalle ese problema que lo tiene a mal traer. Considere que no estoy aquí para juzgarlo. Yo soy un instrumento suyo y no a la inversa”. (\*)

Piense –continúa– en aquello que no le contaría a nadie por ningún motivo. (\*)

Cuéntemelo –dice– detenidamente. (\*)

“Si lo desea, siga diciéndome todo lo que le haría bien transmitir. Dígalo sin preocuparse por las expresiones y suelte sus emociones libremente.” (\*)

Pasado un tiempo, el deshollinador se levanta y toma un objeto alargado, ligeramente curvo. Se pone enfrente mío y dice: “¡Abra la boca!”. Le obedezco. Luego siento que me introduce una especie de pinza larga que me llega hasta el estómago. Sin embargo, advierto que puedo tolerarla... De pronto grita: “¡Lo atrapé!” y comienza a retirar el objeto, poco a poco. Al principio creo que me desgarra algo, pero luego siento que se produce en mí una agitación placentera, como si desde las entrañas y los pulmones se fuera desprendiendo algo que estuvo malignamente adherido durante mucho tiempo. (\*)

Va retirando la pinza. Me asombro al sentir que apresado por ella, va saliendo de mi boca una forma dulzona, maloliente y viscosa, que se retuerce... Por último, el deshollinador coloca al desagradable ser en un frasco transparente mientras experimento un inmenso alivio, como una purificación interna de mi cuerpo.

De pie, observo boquiabierto la repugnante “cosa” que se va diluyendo hasta quedar transformada en una gelatina informe. Al poco tiempo, es ya un líquido oscuro. Luego sigue aclarándose, para terminar por consumirse al escapar como gas a la atmósfera. En menos de un minuto, el frasco ha quedado perfectamente limpio.

Ya ve –dice el deshollinador– por eso se llama “limpieza” a este procedimiento. En fin, hoy no ha estado mal. Un poco de problema cotidiano con algo de humillación; una dosis de traición y algún aderezo de conciencia culposa. Resultado: un pequeño monstruo que le impedía tener buenos sueños, buena digestión y buenas otras cosas. Si usted viera... a veces he sacado monstruos enormes. Bien, no se preocupe si conserva una sensación desagradable por un rato... Me despido de usted.

**Recomendación**

Verificar si se registra la sensación de alivio una vez terminada la experiencia. Comprobar en la vida diaria, si los problemas contados en la "catarsis" han perdido fuerza o bien, si han sido comprendidos en un nivel menos conflictivo.