
DESPIERTA A TU SANADOR INTERIOR

*Cómo activar el sistema de curación propio
con la psicología energética*



ROGER J. CALLAHAN

en colaboración con RICHARD TRUBO

Prólogo de VICTORIA CADARSO

 palmyra

DESPIERTA A TU SANADOR INTERIOR

Cómo activar el sistema de curación
propio con la psicología energética

Prólogo de Victoria Cadarso

Traducción de María José Delgado Sánchez

*Este libro está dedicado a mi esposa,
Joanne Somavia De Laveaga Callahan.*

Contenido

PROLOGO

PREFACIO

AGRADECIMIENTOS

PRIMERA PARTE; TODO SOBRE LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO

1 LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO: UNA FORMA REVOLUCIONARIA DE CURACIÓN

¿QUE ES LA TFT?

UN POCO DE HISTORIA

EL CASO DE MARY

COMIENZA LA INVESTIGACIÓN

¿QUÉ SE PUEDE ESPERAR?

EL ÉXITO CRECIENTE DE LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO

UNA NUEVA FORMA DE PENSAR

2 LO ESENCIAL DE LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO: QUÉ ES, CÓMO FUNCIONA

UN MÉTODO FÁCIL Y RÁPIDO HACIA EL BIENESTAR

LA EVOLUCIÓN DE LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO

KINESIOLOGÍA APLICADA

ACUPUNTURA

PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

OTRAS VÍAS DE INVESTIGACIÓN

EL CAMPO DEL PENSAMIENTO

LA RAÍZ DEL PROBLEMA

APROVECHAMIENTO DE LA ENERGÍA DEL CUERPO

LA CURACIÓN MEDIANTE ALGORITMOS

SINTONIZACIÓN CON EL CAMPO DEL PENSAMIENTO

LA NATURALEZA AISLABLE DE LAS PERTURBACIONES

LA EFICACIA DE LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO

¿ERES ESCÉPTICO?

3 LA CIENCIA EN LA QUE SE BASA LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO

LA IMPORTANCIA DE LAS PRUEBAS

LOS ESTUDIOS DE FIGLEY/CARBONELL

EL ESTUDIO STEPHEN DANIEL

ESTUDIOS EN LA RADIO

LOS ESTUDIOS EN LA RADIO: RESULTADOS

OTROS ESTUDIOS

LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO Y TU SALUD FÍSICA

VARIABILIDAD DE LA FRECUENCIA CARDIACA: MEDIDA DE LA EFICACIA DE LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO

CHARLES

LO QUE NOS DICE LA VFC

LO QUE NOS DICE LA VFC

LAS IDEAS DE FULLER ROYAL

LA INVESTIGACIÓN

LOS MÉDICOS Y LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO

VALORES DE VFC DE STEVEN

CÓMO PROVOCAR LA CURACIÓN

VALORES VFC DE UN MÉDICO

SEGUNDA PARTE: CÓMO DESPERTAR EL SISTEMA DE CURACIÓN INTERNO

4. LOS RUDIMENTOS DE LOS ALGORITMOS

LA SINTONIZACIÓN ES FUNDAMENTAL

ESTIMACIÓN DEL NIVEL DE ANGUSTIA

APLICACIÓN DE LOS GOLPECITOS

LA SERIE GAMMA

MOVER LOS OJOS DESDE EL SUELO HASTA EL TECHO

INVERSIÓN PSICOLÓGICA

MINI IP

EL EJERCICIO DE LA RESPIRACIÓN CLAVICULAR

TÉCNICAS DE RESPIRACIÓN

PASOS DE LOS TOQUES

EL CASO DE NORMA

5. LOS ALGORITMOS PUESTOS EN FUNCIONAMIENTO

TRAUMA

ALGORITMO PARA EL TRAUMA SIMPLE

ALGORITMO PARA EL TRAUMA COMPLEJO

ALGORITMO PARA EL TRAUMA COMPLEJO CON IRA

ALGORITMO PARA EL TRAUMA COMPLEJO CON CULPABILIDAD

ANSIEDAD

ALGORITMO PARA LA ANSIEDAD SIMPLE/ESTRÉS

ALGORITMO PARA LA ANSIEDAD COMPLEJA/ATAQUE DE PÁNICO

USAR EN PRIMER LUGAR

ALTERNATIVA 1

ALTERNATIVA 2

ALTERNATIVA 3

ALTERNATIVA 4

ALTERNATIVA 5

ADICCIONES

ALGORITMO PARA LOS IMPULSOS ADICTIVOS

USAR EN PRIMER LUGAR

ALTERNATIVA 1

ALTERNATIVA 2

FOBIAS

LA MAYORÍA DE LAS FOBIAS

MIEDO A LAS ARAÑAS, MIEDO A LAS TURBULENCIAS Y CLAUSTROFOBIA

DEPRESIÓN

ALGORITMO PARA LA DEPRESIÓN

IRA Y CÓLERA

ALGORITMO PARA LA IRA

ALGORITMO PARA LA CÓLERA

OBSESIONES

ALGORITMO PARA LAS OBSESIONES (TOC)

USAR EN PRIMER LUGAR

ALTERNATIVA 1

ALTERNATIVA 2

CULPA

ALGORITMO PARA LA CULPA

VERGÜENZA/BOCHORNO

ALGORITMO PARA LA VERGÜENZA

ALGORITMO PARA EL BOCHORNO

JET LAG

CUATRO PUNTOS IMPORTANTES:

ALGORITMO PARA EL JET LAG: DE OESTE A ESTE

ALGORITMO PARA EL JET LAG: DE ESTE A OESTE

DOLOR FÍSICO

ALGORITMO PARA EL DOLOR FÍSICO

6 CONSEJOS PARA LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

LOS PROBLEMAS MÁS COMUNES

LOS RESULTADOS DE LA INVERSIÓN PSICOLÓGICA

ELIMINACIÓN DE LA INVERSIÓN PSICOLÓGICA

LA CORRECCIÓN IP PUESTA A PRUEBA

TOXINAS COMUNES

UNOS CUANTOS CASOS

LAS TERAPIAS AVANZADAS

DIAGNÓSTICO CAUSAL

TECNOLOGÍA DE VOZ

CASOS SATISFACTORIOS

7 EL PROBLEMA DEL ÁPICE

¿QUÉ ES EL PROBLEMA DEL ÁPICE?

LO QUE DEMUESTRAN LAS INVESTIGACIONES

¿ES NECESARIO CREER?

¿ES UNA CUESTIÓN DE DISTRACCIÓN?

¿SE TRATA SIMPLEMENTE DEL EFECTO PLACEBO?

LA IMPORTANCIA DEL PROBLEMA DEL ÁPICE

8 ALGUNAS IDEAS A MODO DE CONCLUSIÓN

LA PACIENTE REACCIONÓ DE INMEDIATO

TFT: UNA TERAPIA PARA EL NUEVO MILENIO

LA GENERACIÓN MÁS AVANZADA DE LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO

UN TRATAMIENTO A LA VANGUARDIA

APÉNDICE

CÓMO ENCONTRAR PROFESIONALES DE LA TERAPIA DEL CAMPO DEL PENSAMIENTO

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Conocer y estudiar con Roger Callahan ha sido todo un lujo. Es poder vivir en vivo y en directo con el creador y precursor de un campo de estudios y práctica terapéutica que ha venido a denominarse psicología energética y que está revolucionando la psicoterapia.

Impulsado por su afán de conseguir aliviar el malestar emocional de sus clientes de forma rápida y duradera ha desarrollado su Terapia del Campo del Pensamiento (TFT)¹, que se aplica a cualquier malestar emocional: ira, pena, miedos, ansiedad, fobias, rupturas amorosas, pérdidas, etc., consiguiendo resultados inmediatos y asombrosos.

Callahan empezó sus descubrimientos en este campo a finales de los años setenta, escribiendo en los ochenta su primer libro *Cómo curar una fobia en cinco minutos*, así que sus enseñanzas llevan ya más de veinticinco años extendiéndose a lo largo del mundo.

Callahan es visionario, astuto, curioso, flexible y ferozmente independiente, cualidades necesarias para soportar las críticas que han surgido desde la psicología convencional a su terapia novedosa. Criticada muchas veces sin conocimiento, sólo por el hecho de ser tan innovadora y diferente, sin embargo ha generado muchas otras terapias energéticas que se basan en sus descubrimientos.

La primera vez que vi su técnica no me lo podía creer, pensé «si esto funciona, y eso parece, ¿para qué he estudiado yo tantos años y tantas psicoterapias diferentes?... ¡Qué pérdida de tiempo!» El tiempo que se tarda y la sensación de alivio inmediato es lo más asombroso y fascinante que tiene su terapia y también es lo que nos deja más perplejos, acostumbrados a escuchar que las terapias psicológicas llevan años.

Una de las características más sobresalientes de su terapia es que cuando los clientes notan los cambios «no se lo pueden creer» y preguntan: «¿Cuánto me va a durar?, ¿se me ha ido ya el malestar para siempre?» Esta es una pregunta que jamás se hace en una terapia convencional, fundamentalmente porque los cambios no se sienten inmediatamente. Es tal la incredulidad de los clientes que me contagiaban sus dudas hasta que en mi consulta muchos cientos de personas han corroborado que funciona y además es duradera.

Es la mejor terapia que he encontrado para el estrés, las fobias, cualquier tipo de miedos —a hablar en público, a volar, a los ascensores—, traumas de todo tipo, e incluso para dolores (normalmente los que tienen una base emocional).

En suma es la mejor contribución al bienestar emocional.

¹ Algunas de las siglas que aparecen en este libro corresponden al nombre original en inglés. En este caso Thought Field Therapy.

VICTORIA CADARSO

PSICÓLOGA FORMADA EN TFT

PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN DE PSICOLOGÍA ENERGÉTICA ESPAÑOLA

WWW.ITIEE.ORG VCADARSO@ITIEE.ORG

En *Despierta a tu sanador interior*, el doctor Roger Callahan explica la Terapia del Campo del Pensamiento, su innovadora técnica para la salud, siguiendo un proceso paso a paso, muy fácil de seguir. El doctor Callahan cuenta cómo superar una serie de problemas comunes, como fobias, compulsiones, traumas, ansiedad, impulsos adictivos, depresión, obsesiones, *jet lag* y dolor físico.

Explica con claridad cómo cualquier persona puede aprender esta técnica rápidamente y aplicarla de forma instantánea. Las ilustraciones muestran exactamente cómo y dónde aplicar este método. Describe las técnicas de respiración y los puntos de tratamiento tan bien que es posible entender fácilmente cómo aplicarse el tratamiento uno mismo.

Se habla incluso de problemas tan difíciles de vencer como la claustrofobia y el miedo a las arañas o el miedo a volar, y se muestra el tratamiento específico para cada una de estas afecciones. El doctor Callahan cuenta cómo la ira y la cólera originan problemas físicos y hace sugerencias sobre la forma de hacerles frente. Este método funciona aunque seas un caso complejo. El doctor Callahan, que ha sido psicoterapeuta durante más de cincuenta años, lleva usando y actualizando su técnica de la Terapia del Campo del Pensamiento durante los últimos veinte años y ahora la están utilizando y comprobando su eficacia estudiantes suyos y colegas de todo el mundo.

Este libro es una herramienta inestimable para ayudar a todos aquellos que sufren un problema psicológico o físico a recuperar la senda de una salud óptima.

DOCTOR EARL MINDELL

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

