

# Los Fenómenos Psíquicos

Entrevista



Entrevista a Isabela Herranz, en exclusiva para la Revista Rosa-Cruz

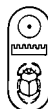
Christian Rubben Cross

**H**ablar con Isabela Herranz constituye siempre una interesante y agradable experiencia, pues es capaz de transmitir su pasión y su conocimiento por lo espiritual, por todo lo que forma parte del ser humano y al mismo tiempo lo trasciende, con una serenidad y una frescura exquisitas.

Madrileña de nacimiento y de corazón, podrá enseñaros mil y un lugares mágicos y recónditos de esta villa, donde reside en la actualidad. De sonrisa franca y espíritu libre, su amor por las letras le llevó a estudiar filología inglesa, después de haber vivido en Inglaterra durante algunos años. Desde muy joven

Ha sido redactora jefe de la revista *Enigmas*, en los tiempos en los que era dirigida por el recordado Dr. Jiménez del Oso, con el que trabajó estrechamente y al que conoció bien.

se interesó por el mundo de la espiritualidad, y nunca ha dejado de investigar y escribir sobre lo que para ella constituye la última frontera del ser humano. Ha sido redactora jefe de la revista *Enigmas*, en los tiempos en los que era dirigida por el recordado Dr. Jiménez del Oso, con el que trabajó estrechamente y al que conoció bien. Ha escrito más de un



A lo largo de la historia, personajes tan conocidos como Paracelso, René Descartes, Swedenborg, Anton Mesmer y muchos otros no sólo han estudiado estos fenómenos, sino que los han experimentado en sí mismos.

millar de artículos para revistas tanto nacionales como internacionales, sobre los fenómenos psíquicos, el poder de la mente, la meditación trascendental, así como el análisis del rostro y de las manos, temas que le apasionan profundamente. Además ha sido la autora de numerosos libros de gran éxito, como *El rostro, alma del cuerpo* (Martínez Roca, 2003), *El Mensaje de las manos* (Océano Ámbar, 2008) y *Poderes Mentales, cómo utilizarlos* (América Ibérica, 2012) entre otros.

Precisamente sobre el fascinante tema de los llamados “fenómenos psíquicos” girará nuestra conversación. Acostumbrada a indagar en el mundo de lo trascendente, en esta ocasión le toca a ella sentarse en el sillón del entrevistado y responder a nuestras preguntas. Así, en una agradable tarde de primavera, aparentemente como otra cualquiera, nos disponemos a hablar sobre un tema poco común, tratado con el rigor y la profundidad de alguien que lo ha estudiado e interiorizado de forma admirable.

**Los seres humanos tenemos ciertas experiencias o mostramos a veces capacidades que no pueden explicarse mediante el conocimiento ac-**

**tual de las leyes de la naturaleza y por eso se les llaman sobrenaturales. ¿En su opinión, pueden existir fenómenos que burlen esas leyes?**

Claro que pueden existir esos fenómenos y, de hecho existen, pero no se trata de algo sobrenatural sino de una expresión de algo natural que desconocemos; en realidad no existe lo sobrenatural, todo lo que es, es natural. Me he forjado esa opinión después de muchos años de experiencia y estudio sobre estos fenómenos o capacidades especiales tales como la telepatía, la clarividencia, etc., pero no se trata sólo de una opinión mía, también piensan así muchos científicos actuales como, por ejemplo, el biólogo británico Rupert Sheldrake, que considera que este tipo de experiencias, las llamadas experiencias extrasensoriales, son fenómenos biológicos naturales. Lo que ocurre es que no siempre entendemos lo que son y con frecuencia nos asustan y preferimos no prestarles atención. Sin embargo creo que hay que estar abierto a ellas en lugar de reprimirlas.

A lo largo de la historia, personajes tan conocidos como Paracelso, René Descartes, Swedenborg, Anton Mesmer y muchos otros no sólo las han estudiado, sino que las han experimentado en sí mismos.

Por ejemplo, algo tan normal y cotidiano para todo el mundo como el acto de soñar, el contacto con el mundo onírico, puede constituir la base de experiencias psíquicas tremendamente ricas y transformadoras a las que todos tenemos acceso. Así que aunque parezca para-

dójico podríamos decir que si bien son experiencias naturales y normales, por su propia naturaleza también entran en el ámbito de lo extraordinario.

**¿El mundo de los sueños es propicio entonces para más de un tipo de experiencia psíquica?**

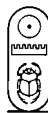
Sí, se producen muchísimos tipos de experiencias psíquicas mientras dormimos. De hecho, dormir es estar en otro estado de conciencia que nos permite soñar y disfrutar de gran variedad de experiencias, desde los sueños lúcidos y la parálisis del sueño hasta los sueños premonitorios. Mientras dormimos podemos también tener experiencias que nos producen una sensación de gran dicha, casi beatíficas, inefables, en las que te fundes con la totalidad, con el cosmos. Este estado, en el que el cuerpo está en reposo pero la conciencia está activa, es un terreno abonado para que se produzcan filtraciones de ese otro

Por ejemplo, algo tan normal y cotidiano para todo el mundo como el acto de soñar, el contacto con el mundo onírico, puede constituir la base de experiencias psíquicas tremendamente ricas y transformadoras, a las que todos tenemos acceso.

mundo que está más allá de nuestra conciencia objetiva y al que tenemos acceso por medio del sueño.

**¿Podemos considerar que el cerebro en sí mismo, como órgano, es el asiento de la consciencia?**

Me temo que esta magnífica pregunta no tiene una respuesta clara a día de hoy, pero se está investigando mucho sobre los estados alterados de conciencia y se sabe, por ejemplo, que la práctica regular de la meditación retrasa el adelgaza-



Se están realizando muchos estudios relacionados sobre todo con las experiencias extracorpóreas, que las experimentan cada vez más personas que no tienen vínculo alguno con el mundo de la espiritualidad.

miento de la corteza frontal asociado al envejecimiento. Esto es sumamente interesante porque todas las investigaciones concluyen que durante la meditación se produce una reorganización interna de los mecanismos fisiológicos que genera una mejora cardiovascular, disminución del insomnio... En definitiva, una notable evolución neurofisiológica y psicológica con un incremento de la claridad mental, la capacidad de aprendizaje, la atención y un decrecimiento de la tensión fisiológica.

### **¿Qué lugar ocupan hoy en el ámbito científico las experiencias psíquicas?**

Cada vez hay más investigadores que se están interesando por estas experiencias porque, como he comentado antes, se asumen cada vez con mayor naturalidad como algo propio del ser humano. Pero si nos remontamos al siglo pasado, encontramos investigadores tan eminentes como el médico francés Charles Richet (1850-1935), que fue premio Nóbel en 1913, o también el físico británico Sir Oliver Lodge (1851-1940), que dedicaron mucho tiempo y esfuerzo al estudio de este tipo de experiencias. Se interesaron especialmente por el espiritismo, que entonces estaba muy de moda. Eran personalidades renombradas en el

estamento académico que se atrevieron a incursionar en un terreno que muchos desacreditaban. En ese momento surgió también la parapsicología en el mundo anglosajón (llamada metapsíquica en Francia). Se hicieron grandes trabajos y se investigó de forma rigurosa. Hay incluso universidades que tienen cátedras de parapsicología.

Sin embargo, hoy en día es la neurociencia la que ha asumido con más rigor el estudio de todos estos fenómenos. Se están realizando muchos estudios relacionados sobre todo con las experiencias extracorpóreas, descritas por un gran número de místicos a lo largo de la historia y experimentadas cada vez más personas que no tienen vínculo alguno con el mundo de la espiritualidad. Sobre este fenómeno se publican nuevos estudios científicos de indudable rigor y transcendencia todos los años. De momento hay muchas teorías diferentes, pero lo importante es que se investigue a través del método científico.

### **Y con respecto a la aceptación o explicación de estos fenómenos, ¿hay ya alguna opinión sólida y consensuada?**

Lo que la ciencia está observando es que hay una serie de elementos que se repiten de forma más o menos constante en este tipo de experiencias, me refiero a las extracorpóreas y también a las cercanas a la muerte, que en realidad son muy similares, aunque se suelen producir en situaciones muy distintas. No obstante no hay conclusiones claras al respecto. Todavía nos preguntamos si estamos ante algo real o si son alucina-

ciones, como afirman muchos. De momento, nos encontramos con muchas más preguntas que respuestas.

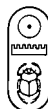
**Saliendo del terreno científico y adentrándonos en el reino de lo espiritual, ¿el desarrollo de estas capacidades extrasensoriales del ser humano nos ayuda en nuestra evolución espiritual? Es decir, ¿nos ayuda a ser mejores?**

Indirectamente sí. Y ya que he mencionado las experiencias cercanas a la muerte, te puedo decir que he entrevistado varias veces a Kenneth Ring, profesor emérito de psicología en la Universidad de Connecticut y pionero en la investigación de este tipo de fenómenos. En su día recogió numerosos testimonios de personas que después de una de estas experiencias dramáticas salieron transformadas interiormente. Por ejemplo, una de las cosas típicas es

la pérdida del miedo a la muerte. Tampoco es infrecuente desarrollar capacidades de sanación. En general, estas experiencias tan dramáticas facilitan enormemente la apertura espiritual y a muchas personas les ayudan a reorientar su vida, es como si tuvieran una segunda oportunidad. Muchas se vuelven más solidarias y humanitarias con respecto a sus semejantes, hay algo en su interior que cambia positivamente.

**Y respecto a otras experiencias como la clarividencia o la premonición, ¿provocan algún efecto notable en nuestra evolución?**

En mi opinión, sí. Los psicólogos suelen considerar la premonición, por ejemplo, una especie de proyección intuitiva o auto-profecía cumplida y esto resulta muy interesante. Ya se transmite mediante palabras que saltan a la mente, imágenes mentales, etcétera, una



percepción a distancia puede hacer al perceptor cambiar planes de viaje o su horario habitual, o llamar a la persona sobre la que se ha recibido la comunicación para avisarla de algún peligro. Otro tanto ocurre con las coincidencias. Puede que en un primer momento nos parezcan nimiedades, pero cuando se suceden sin cesar les encuentras sentido y tomas conciencia de que algo está pasando en tu mundo interior y en tu interacción con el entorno. Quizás estas experiencias no llamen la atención ni despierten curiosidad en algunas personas, pero desde mi punto de vista son interesantísimas y vale la pena prestarles atención.

**¿Podríamos afirmar que el desarrollo de ciertas virtudes como el altruismo, la generosidad, etc., está**



**relacionado directamente con el desarrollo de ciertas capacidades psíquicas?**

No podemos establecer reglas estrictas en torno a esto, pero es muy probable que sí. De hecho algunos investigadores apuntan en este sentido. Parece ser que un gran número de personas con capacidades extrasensoriales presentan lo que podríamos llamar buenos rasgos de carácter, como la amabilidad, la sociabilidad, la alegría, y demás, pero no siempre es así. Se produce una especie de interacción mutua. Cuando tomas conciencia de algunas cosas, esto te ayuda a ser una persona más íntegra.

Lo que sí sabemos es que ciertas prácticas como la meditación, el yoga, la concentración o la relajación ayudan a desarrollar este tipo de percepciones extrasensoriales, incluso acceder a estados superiores de conciencia. Todas ellas cultivan el silencio interior y favorecen la inspiración y la evolución. Muchas veces nos dejamos arrastrar por la vorágine social que nos engulle en el ruido y la actividad constantes, y nos olvidamos de algo tan esencial como vivir en silencio. Cuando te instalas en el silencio no solo te fluyen las ideas sino que se intensifican las experiencias telepáticas o de clarividencia, te sientes incluso más lúcido.

**¿Qué opina usted de lo que se llama la “iluminación”? ¿Se trata, tal como se dice, de la experiencia suprema del ser humano?**

Efectivamente, la iluminación es la experiencia suprema; se explica como

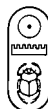
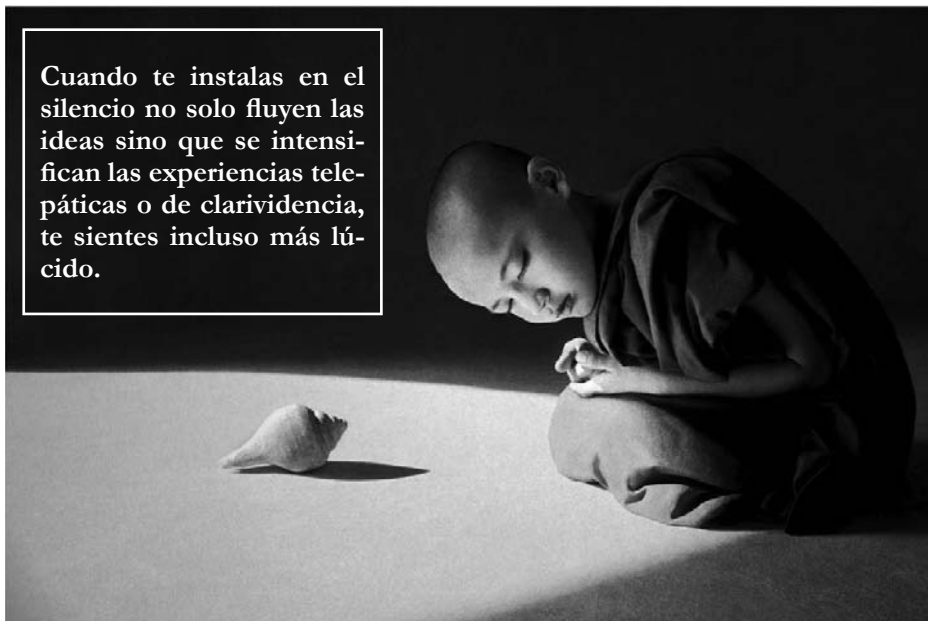
una fusión con la divinidad pero para la mayoría de los mortales es inalcanzable, aunque todos podemos disfrutar estados inefables de relajación próximos al éxtasis. Los grandes místicos y santos de todas las religiones y tradiciones han vivido experiencias de este tipo después de mucha preparación, a través del aislamiento, la plegaria, el ayuno, la respiración y, sobre todo, la meditación, la técnica más clásica y recomendada por los iniciados de las diversas escuelas místicas e iniciáticas. Sin embargo es cierto que también hay gente que de forma espontánea, cuando se encuentra en un estado de profunda serenidad interior, experimenta una sensación inequívoca de unidad o fusión con el Absoluto impregnada de alegría y amor profundos. ¿Por qué ocurre esto? Realmente no lo sabemos con certeza, pero estoy convencida de que determinadas prácticas como las citadas facilitan es-

tados superiores de conciencia. No podemos vivir en un mundo de constante agitación, ruido y estrés y luego pretender tener este tipo de experiencias; es un contrasentido.

**Sin llegar a experimentar la Iluminación, ¿hasta qué punto determinados fenómenos psíquicos como la telepatía, la clarividencia o incluso las experiencias cercanas a la muerte nos ayudan a comprender mejor el papel del ser humano en el universo?**

Permiten que tengamos más conciencia de nosotros mismos, de nuestra verdadera naturaleza. Además hoy en día hay muchos antropólogos, biólogos e incluso neurólogos que piensan que estos fenómenos son producto de la evolución humana y que su función principal es asegurar la supervivencia biológica in-

Cuando te instalas en el silencio no solo fluyen las ideas sino que se intensifican las experiencias telepáticas o de clarividencia, te sientes incluso más lúcido.





No creo en los atajos al “paraíso”, pero considero esencial desarrollar una disciplina personal para aquietar la mente y escuchar los mensajes sutiles que nos transmite.

dividual. Personalmente no creo que estén equivocados. No en vano, la conciencia es capaz de adquirir información más allá del presente, es decir, que inconscientemente podemos acceder a una gama de información temporal mucho más amplia, atemporal, y utilizarla en beneficio propio. Experiencias complejas como las extracorpóreas que hemos citado presentan asimismo interesantes ventajas para nosotros como, por ejemplo, ayudarnos a perder el miedo a la muerte. Me atrevería a decir que si ignoramos los efectos de este tipo de experiencias y no las aprovechamos tal vez estemos despreciando valiosos beneficios para nuestra supervivencia como especie.

### **La antigua máxima “hombre, conéctate a ti mismo”, ¿podemos relacionarla con el desarrollo de los poderes psíquicos?**

Perfectamente, pero no se trata de realizar esfuerzos sobrehumanos. Antes hemos hablado de los sueños como el ámbito donde se producen muchas experiencias psíquicas interesantes y podemos aprovecharlos también para realizar la máxima socrática de conocernos mejor a nosotros mismos y llegar a una

visión más profunda de nuestro ser. De hecho, un buen momento para trabajar estas percepciones es justo al despertar, pues nos encontramos todavía en un estado intermedio, entre el sueño y la vigilia, donde llegan multitud de inspiraciones, resoluciones a problemas e incluso afloran aspectos maléficos o desagradables de nuestra sombra que pueden sernos útiles para una mejor comprensión e integración de nosotros mismos. Pero para eso debemos enfrentarnos a nuestros miedos, descender al abismo para sondearlos. Esa es la única forma de superarlos. El despertar es un momento riquísimo para esa escucha, así como cualquier momento de sintonía interior. No creo en los atajos al “paraíso”, pero considero esencial desarrollar una disciplina personal para aquietar la mente y escuchar los mensajes sutiles que nos transmite. No olvidemos además que los poderes psíquicos latentes también pueden activarse con técnicas de meditación y concentración. El conocimiento espiritual que obtenemos con ello no solo es revelador sino que aporta la inspiración que nos permite afrontar y llevar a cabo las tareas difíciles de la existencia. ▽