

De los Ríos, Rafael, *Viaje al fondo del corazón*, Madrid: Libros libres, 2018, 204 pp

María Cristina Pérez Grados

CEFAS, Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla

Rafael de los Ríos, periodista y escritor, estudió Filosofía; es profesor de Psicología General y Comunicación en la Empresa y colabora en varios medios de comunicación. En 2000 publicó el ensayo *Cuando el mundo gira enamorado, Semblanza del psiquiatra Viktor Frankl*. Su psicología abierta a la trascendencia cuenta hoy con numerosos seguidores en los cinco continentes.

La obra de Rafael de los Ríos *Viaje al fondo del corazón* es la historia de una metodología que, como él afirma, está abierta a la trascendencia. El nombre de esta metodología es Palingenesia, y el creador es Francisco Moya García, médico radiólogo nacido en Tobarra (Albacete) el 30 de diciembre de 1953. Esta metodología hoy cuenta con abundantes seguidores en España, Europa y Latinoamérica, ya que ha ayudado a un gran número de personas a encontrar sentido a su vida. La atención a la dimensión íntima del enfermo es la clave de los éxitos clínicos logrados por el Dr. Moya.

Quisiera empezar con algunos puntos que me parecen de mucha importancia en la obra. La primera historia a la que se refiere el libro y que empezó a darle luces al doctor Moya para iniciar esta metodología, fueron 10 casos de personas que padecían cáncer de páncreas. Todas estas personas referían que antes de la enfermedad pasaron algún un episodio emocional que les había dolido mucho y que de alguna manera los había marcado. Pensaba que esto no podía ser casualidad y que podría haber una causa y un efecto, además de un lado emocional, en la dolencia de estos pacientes.

Tras sus investigaciones sobre la conexión entre las emociones y las enfermedades, Paco –como lo llama nuestro autor– alterna la radiología con sus indagaciones. Tenía claro que era imprescindible adentrarse en el corazón de la persona y comenzó a buscar la mejor manera de hacerlo.

En esta época estudia a Edith Stein y la entiende muy bien. Su primer libro, *Sobre el problema de la empatía*, le parece fundamental para comprender cómo se desarrolla la enfermedad, y el último, *La es-*

estructura de la persona humana, le resulta clave para saber que el centro de la persona es la afectividad, la emoción, el corazón.

En sus investigaciones, repara en el creador de la Anatheoresis, una psicoterapia que ve en el origen de la enfermedad una disfunción emocional, que se realiza mediante una relajación simple. Tras platicar con Joaquín Grau, le quedó claro que la Anatheoresis podría ayudarlo a encontrar esta relación que buscaba entre la emoción y las enfermedades, ya que esta psicoterapia consiste en mirar hacia atrás y contemplar el pasado para traerlo al presente y comprenderlo; y que se fundamenta en los ritmos cerebrales detectados por un encefalograma.

Dentro de estos cuatro ritmos cerebrales se encuentran las ondas Zeta, que son un campo en el ser humano no consciente, no de vigilia, y al cual se puede acceder mediante una relajación sencilla; y permite ver nuestros sufrimientos más tempranos en nuestra vida.

Al trabajar con las personas en el mundo Zeta, el doctor Moya comienza a ver grandes resultados. Personas con enfermedades crónicas pueden curarse al encontrar algún evento traumático en su infancia, pudiendo darle otro sentido y logrando sanar de la enfermedad. Nombra a esta metodología Palingenesia, que viene del griego ‘palin’ (volver) y ‘génesis’ (nacer): “Volver a nacer”.

Otro de los grandes psiquiatras que influyó sobre el Dr. Moya fue Viktor Frankl, quien sostiene que el hombre es un ser libre, cuya motivación primaria no es el instinto del placer, no el afán de poder, sino la voluntad de sentido y el afán de encontrar un sentido a su propia vida.

Explica el Dr. Moya que cuando él entra al mundo Zeta se está adentrando en el interior de cada quien, siempre y cuando la persona lo permita; es llegar al centro de la persona, en su corazón.

Los símbolos son también parte fundamental en esta metodología, ya que lo representado en un símbolo no está en el símbolo, explica el doctor Moya; si algo representa otra cosa que no está a la vista eso es un símbolo. Y cuanto más universal sea el símbolo, más válido es. La enfermedad es simbólica porque tiene su origen en el fondo de nuestra persona y posee un lenguaje simbólico.

Dentro de la obra también se establecen cuatro conceptos, a los llama “Trascendentales de la persona”: el amor, el conocimiento, la libertad y la relación con los demás; los cuales confluyen las emociones.