

# Dave Elman: De la hipnosis de espectáculo a la hipnosis clínica

Isidro Pérez Hidalgo

## Introducción

Cuando pensamos en grandes figuras de la hipnosis clínica o la hipnoterapia, habitualmente nos vienen a la memoria personajes con una sólida reputación científica: Milton Erickson, André Weitzenhoffer, Ernest Hilgard, T.X. Barber y demás figuras dentro de un elenco muy elitista, dedicados a la enseñanza universitaria o al ejercicio de la clínica con las credenciales adecuadas: médicos, psicólogos o dentistas mayormente.

Sin embargo, en este artículo vamos a hablar de una figura un tanto atípica en la hipnosis clínica, con una notable influencia en muchos otros autores: Dave Elman.



Dave Elman

Elman no tenía una formación universitaria y su trayectoria profesional fue un tanto insólita, pero sus aportaciones fueron valiosas.

Vayamos por partes: Dave Elman nació en 1900 en Park River (Dakota del Norte) y murió a los 67 años.

La relación de Elman con la hipnosis comenzó muy pronto, cuando su padre enfermó de cáncer: los dolores fueron una cruel consecuencia de su enfermedad, que le mataría en 1908, cuando el niño Dave tenía ocho años. A este respecto, él escribe: *“Cuando yo tenía ocho años, mi padre tenía cuarenta y dos. Él había entrado en contacto con uno de los grandes hipnotizadores de la época, un maestro de la actuación que tenía una gran reputación por llevar a cabo sorprendentes proezas. Este hombre se enteró de que mi padre se estaba muriendo de cáncer y que sufría un dolor intenso. Llego a nuestra casa, entro en la habitación del enfermo y en pocos minutos alivio ese dolor. No se me permitió entrar en la habitación hasta que el hipnotizador salió. Poco antes de eso, yo estaba sentado junto a la puerta escuchando a mi padre gemir de dolor. Entonces entré y se puso a jugar conmigo. Fue la última vez que jugó conmigo, pero por lo que recuerdo estuvo absolutamente libre de dolores durante algún tiempo tras la visita del hipnotizador.*

*Pocas semanas después murió. Nunca he olvidado que durante un tiempo antes de su muerte él recibió un alivio que no habían podido darle los médicos. Por supuesto no entendía en el momento que*

*la hipnosis tenía otras aplicaciones médicas, pero mi interés en el tema se hizo, y se mantuvo profundo”* (Elman 1984).

Esta etapa, que duró aproximadamente dos años, fue muy dura, pero al mismo tiempo permitió a Dave descubrir la hipnosis, como él relata en el párrafo anterior. Dado que la viuda estaba embarazada y la pareja tenía ya seis hijos, Elman tuvo que buscarse la vida desde la adolescencia. Tenía buen talento musical y parece ser que también fue cómico.

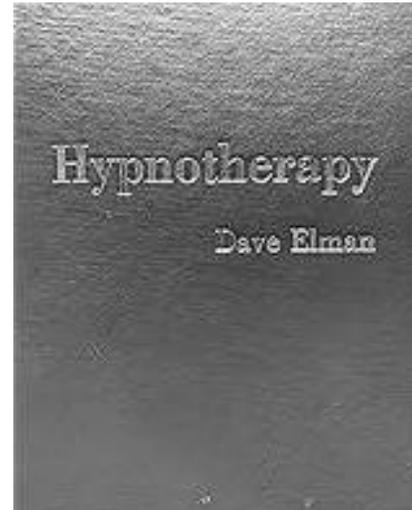
Años después, comenzó a dedicarse a la hipnosis de espectáculo siendo presentado como “El hipnotizador más rápido y joven en el mundo” (Parece ser que siendo todavía niño se había dedicado a leer las obras de Bernheim, Liebault y otros autores clásicos en el terreno de la hipnosis). Posteriormente sus actividades le llevaron a ser productor de programas de radio, siendo conocido en los años 30 y 40 en su trabajo para la NBC.

Fue en 1949 cuando dio un giro a su carrera para enseñar hipnosis a profesionales de la medicina. Es aquí cuando comienza la parte más interesante para nuestro artículo de la carrera de Dave Elman: entre 1949 y 1962, como formador en hipnosis. Este nuevo rumbo en su trayectoria se dio a petición de algunos profesionales de la salud que vieron sus espectáculos, y le preguntaban cómo podrían aplicar la hipnosis en su actividad clínica. En 1962, mientras dictaba un curso le sobrevino un ataque cardíaco, que le obligo a retirarse. Al no poder viajar, se dedicó a escribir.

Su curso de hipnosis se había hecho tan popular que, en este tiempo de retiro, se vio obligado a publicar un compendio de

sus contenidos en un libro en 1964, cuyo título original era “Findings in Hypnosis”.

Este mismo libro fue publicado más tarde cambiando su título por “Hypnotherapy”.



Durante un tiempo, declinó el interés por la obra de Elman hasta que en los años 70 Gerald Kein reactualizó sus técnicas, y desde entonces la popularidad de la hipnosis elmaniana ha crecido año tras año.



Gerald Kein

Kein fue su principal alumno, y según parece acompañaba a Elman filmando sus intervenciones (Parece ser que, al principio, Elman se negó a que fuera su alumno, pero llegó a un acuerdo con él para que se convirtiera en una especie de alumno indirecto).

La hipnosis de Elman es fundamentalmente rápida, casi siempre buscando resultados en unos tres minutos. Él depuró su sistema de modo que articulaba una serie de pasos, que describiremos un poco más adelante, buscando primero la relajación física y después la relajación mental. No obstante, hay que resaltar que precisamente en aras de la rapidez, la relajación en este tipo de inducciones difiere mucho de la que obtendríamos con un método más progresivo y busca producir amnesia intrahipnótica en prácticamente todos los sujetos.

Se ha escrito mucho sobre la técnica de inducción típica que empleada Dave Elman; para algunos autores esta técnica rápida es el procedimiento de elección y debe emplearse tal cual se diseñó en su momento para obtener los mejores resultados. No obstante, algunos autores, por ejemplo, Banyan (2001), han implementado algunas modificaciones sobre la fórmula original.

Según Elman los elementos fundamentales para inducir la hipnosis son: la suspensión de la capacidad crítica y permitir el pensamiento selectivo. La suspensión de la capacidad crítica, en realidad, es una característica fundamental para la sugestión. A diferencia de otros autores, que siguen la tendencia ericksoniana, la sugestión directa es importante, aunque con un tono permisivo.

### **Signos de la hipnosis según Elman**

Elman (1984) establece cinco signos fundamentales para verificar que una persona está en hipnosis. Son los siguientes:

- Calor corporal.
- Centelleo de los párpados.
- Aumento del lagrimeo.
- Enrojecimiento de la esclerótica.
- Rotación de las pupilas.

Puede ser discutible la interpretación de estos signos como definitorios de la hipnosis, pero este autor les daba validez.

Un poco más adelante, hablaremos de la famosa Inducción de Dave Elman.

### **Milton Erickson vs Dave Elman**

Hablamos de dos grandes figuras de la hipnosis con estilos muy distintos.

Sabemos que Erickson fue un maestro en el uso de las sugestiones indirectas, las metáforas y una amplia gama de recursos de utilización de lo que el paciente mostraba en su conducta. También sabemos que sus sesiones de tratamiento solían durar dos horas y que sus fraseos podían ser muy elaborados, desde la observación cuidadosa de lo que podríamos denominar “trance cotidiano”. La obra de Erickson es amplia y muy reconocida, con muchos autores que han contribuido a dar una estructura a los procedimientos ericksonianos, en ocasiones muy sofisticados y complejos que brotaban de la genialidad de su autor. Como señala Robles (2024), en sus últimos años Erickson se hizo incluso menos directivo, empleando casi siempre hipnosis conversacional.

Por su parte, Elman era muy directivo en su estilo y tenía un protocolo de actuación mucho más específico, con menos atención hacia las peculiaridades del sujeto. Conservó siempre un modo de actuación derivado de la hipnosis del espectáculo. Resaltaba el papel de experto, quedando el paciente en un rol pasivo. Algunos han dicho que mientras Erickson era un hipnoterapeuta “maternal”, acogiendo de forma aparentemente suave al paciente y minimizando sus resistencias, Elman era un hipnoterapeuta “paternal”, más autoritario, que buscaba que el paciente encajara en su método, lo cual en ocasiones le llevaba a resultados sorprendentes, con un estado hipnótico muy profundo. Como ya hemos dicho, Elman trabajaba rápido: su proceso de inducción podía durar 3 minutos aproximadamente, y, aunque parezca difícil de creer, con su procedimiento se puede obtener un “coma hipnótico” en ese tiempo, una vez que el sujeto ha sido entrenado.

Existe una grabación en la que Erickson se mostraba indignado porque Elman se había ofrecido a enseñarle hipnosis. Parece ser que mantuvieron correspondencia durante un tiempo. Erickson se mofaba de las técnicas de Elman y decía haberlas conocido ya en los años 20 en hipnotizadores de espectáculo. También criticaba a Elman afirmando que los pacientes sometidos a ese tipo de hipnosis podrían sentirse intimidados. Definitivamente, la relación entre ellos fue más bien hostil. Lo cierto es que seguramente que Erickson podría haber aprendido cosas de Elman, y Elman de Erickson. Ambos eran grandes hipnólogos, con estilos muy diferentes.



Dave Elman realizando una inducción hipnótica

En la actualidad, se mantienen las enseñanzas de Dave Elman en gran parte gracias a discípulos, como Gerald Kein, o su hijo Larry Elman. Este último autor insiste en que al utilizar la técnica de inducción de su padre debemos considerar que utilizar un guion hipnótico resulta poco adecuado, más bien la inducción debe ser un proceso por los siguientes motivos (Elman, 2011):

- Los guiones hipnóticos no muestran cómo o por qué funciona el proceso.
- Se pierde credibilidad cuando el cliente se da cuenta de que el terapeuta está leyendo.
- Se pierde sinceridad.
- Los guiones no están preparados para lo inesperado.
- Se pierde flexibilidad.

## La inducción de Dave Elman

Como señala Filo (2024), en muchas ocasiones necesitamos tener en cuenta que el tiempo es un factor crítico en una intervención con hipnosis. Sabemos que la inducción de Dave Elman puede considerarse rápida, sin embargo, el proceso está minuciosamente estudiado para que en un tiempo tan escaso podamos obtener los mejores resultados.

Algunos autores han señalado la importancia que tiene el toque y la voz en la hipnosis elmaniana. Pank (2015), señala “el toque no es un tabú en la hipnosis elmaniana, es más bien un concepto de intención por parte del practicante. Hay una sensación de seguridad y de confianza en el hipnólogo”. Más adelante añade: “la voz es también bastante diferente de la que tenemos en mente acerca del hipnólogo. En general se piensa que hace falta una voz profunda, lenta y cavernosa. En la hipnosis elmaniana, incluso cuando en algunos momentos de la sesión se trata de hablar más despacio, la mayor parte del tiempo el timbre de voz y el ritmo son muy naturales. Incluso se da un gran dinamismo, como si estuvieras motivando a tu cliente”.

Vamos a resumir a continuación los pasos que vamos a emplear normalmente en la clínica. En esquema, que vamos a desarrollar a continuación, serían los siguientes:

- Paso 1: establecimiento de aquiescencia
- Paso 2: catalepsia palpebral
- Paso 3: profundización por fraccionamiento

- Paso 4: verificar la relajación física con caída de brazo
- Paso 5: relajación mental y bloqueo en la cuenta de números.

### Paso 1: establecimiento de aquiescencia

Realmente, este primer paso no es muy diferente al que empleamos con otras técnicas, teniendo en cuenta que el paciente ha recibido una explicación previa, en cualquier caso, en la que señalaremos en qué consiste la hipnosis, que puede esperar o cuales son los mitos y creencias erróneas acerca de la hipnosis en general.

### Paso 2: catalepsia palpebral

Se le dice al paciente: *“Ahora, cierra los ojos e imagina que están tan pesados y relajados que no puedes abrirlos. Cuando estés seguro de que tus párpados están totalmente relajados, intenta abrir los ojos”*. (Se puede insistir varias veces si no se logra el bloqueo de los párpados en el primer ensayo).

### Paso 3: profundización por fraccionamiento

Continuamos indicando: *“Ahora puedes abrir los párpados, como cuando yo te indique volverás a cerrarlos, y cuando lo hagas, te sentirás el doble de relajado”* (Se repite esto tres veces, insistiendo en la sugestión de doblar la profundidad cada vez que se cierran los ojos de nuevo).

### Paso 4: verificar la relajación física con caída de brazo

*“A continuación vamos a hacer una pequeña prueba. Voy a levantar tu brazo, sujetándolo por la muñeca y después lo dejaré caer para comprobar que estás*

*profundamente, suficientemente relajado*". (En el caso de que el brazo no caiga al soltarlo, continuaremos con las sugerencias de relajación).

### **Paso 5: relajación mental y bloqueo en la cuenta de números.**

Le decimos al paciente que a continuación comience a contar lentamente hacia atrás desde el número cien y que, con cada número, doblará su relajación mental. Cuando lleve unos pocos números, por ejemplo, al contar 98, se perderá en la cuenta olvidando los números. Le preguntamos entonces si los números se han ido. Si no es así, se le da la sugestión de que desaparecen como si se apagaran las luces o como si los números los borráramos en la pizarra. En muchos casos surge la dificultad de que el sujeto refleja una intención paradójica y en vez de olvidar los números, los tiene todavía más en cuenta. En otras ocasiones, pueden utilizarse letras en vez de números, normalmente comenzando por el final del alfabeto y yendo hacia atrás. También puede utilizarse el recurso de tratar de deletrear un nombre al revés, lo cual favorecerá las sugerencias de amnesia para llegar a ese bloqueo del funcionamiento consciente que suponemos que llevará rápidamente al paciente a un trance profundo.

Se recomienda ceñirse lo más fielmente que se pueda a este proceso, cumpliendo secuencialmente los cinco pasos para obtener resultados óptimos.

En mi opinión, el paso 5 es el más complicado, ya que requiere lograr una relajación mental rápida, que Elman asocia con la amnesia; de hecho, él piensa que esta maniobra nos lleva a un trance sonambólico, aunque habría autores que no estarían de acuerdo con este concepto

de sonambulismo que maneja Elman. Una precaución que debemos mantener al llegar a este quinto paso es asegurarnos de que el sujeto se bloquea en los números porque realmente no los recuerda y no porque está demasiado relajado para utilizar su aparato fonatorio. Conviene después de la hipnosis que la persona nos aclare si era capaz de ver los números o las letras o no. En cualquier caso, sería interesante tener en cuenta que, aunque esa amnesia no se dé, la relajación física de por sí sería muy significativa.

Se añadirán a los anteriores otros pasos para lograr el coma hipnótico, o estado Esdaile, pero no vamos a profundizar en este nivel posterior para no hacer demasiado compleja la exposición. Cuando Elman se refiere al estado Esdaile, se centra en la figura histórica de James Esdaile, que conseguía esa anestesia profunda difícil de reproducir en muchos casos. Hay que recordar que, en el siglo XIX, este autor utilizaba el mesmerismo para producir anestesia en los pacientes sometidos a cirugía. En su trabajo en Calcuta, llevó a cabo alrededor de mil operaciones de importancia mediana y unas trescientas operaciones de mayor gravedad (Esdaile, 2008).

Elman señala que este estado permite una anestesia generalizada espontánea y una catatonía que permite una posición rígida de una parte del cuerpo mientras que el resto de las partes permanecen en laxitud. A pesar de esta profundidad, el sujeto no está inconsciente.

En realidad, según Elman, el coma hipnótico es un estado de cierta euforia del que el sujeto no quiere salir. Al principio, Elman creía que este estado tan profundo solo podía obtenerse de forma accidental, pero después descubrió que podía aplicarse un protocolo obteniendo en poco

tiempo el nivel que lograba Esdaile (Véase el capítulo 13 en el libro citado de Elman).

La pretensión de Dave Elman era que su método pudiera ser utilizado prácticamente por cualquier persona, siguiendo los pasos descritos. En cuanto a las variables del sujeto, aunque él reconoce que no todas las personas van a reaccionar de la misma forma, realmente no se ocupa tanto como sería esperable de cuáles pueden ser las matizaciones que deberíamos hacer en cada caso. Esta es una de las críticas que se podría hacer desde una perspectiva ericksoniana, donde se tiene mucho más en cuenta la individualidad del paciente.

También debemos mencionar el uso que hacía Elman de lo que denominó “Hipno-Sueño”, en el que busca asociar la hipnosis al sueño fisiológico. Se pretende que el paciente entre en un estado muy profundo de sueño natural a partir de la sugestión hipnótica. Para ello, deberíamos seguir los siguientes pasos:

1. Contar las respiraciones del paciente.
2. Llegar al punto en que observamos seis o siete respiraciones por minuto. En caso de que el paciente esté respirando demasiado rápido, esperar hasta que el sueño sea suficientemente profundo.
3. Interactuar de forma muy suave.
4. Hablar al paciente, recordándole su nombre, especificando que puede oír pero que no puede despertar.
5. Utilizar una señal, como puede ser que el paciente levante un dedo para saber que puede oírnos. A

partir de este momento se procede con el trabajo en trance.

Para una descripción detallada de la inducción de Elman, y el procedimiento a seguir en el “Hipno-Sueño” puede consultarse el trabajo de Old (2016).

La rapidez de Elman era sorprendente, porque con sujetos entrenados era capaz de que el proceso que en tres minutos podría llevar al estado Esdaile podría acortarse hasta llegar a solamente un minuto.

Existen múltiples grabaciones de audio originales en las que se puede estudiar con detalle la forma elmaniana de hacer hipnosis. Considerando que en realidad este autor solo escribió un libro, las grabaciones resultan un complemento muy interesante.

Además de su técnica de inducción, Elman también aportó formas de tratamiento hipnótico de las fobias, el tabaquismo o el exceso de peso, entre otros trastornos. Hay que aclarar que todos estos métodos fueron puestos a prueba en sus cursos por los médicos y dentistas que los siguieron. Por ello, aunque él, como lo hemos señalado, no tenía una formación científica, pudo validar su trabajo desde la colaboración de sus propios alumnos.

## Conclusión

Desde la postura ecléctica que mantenemos en *Hipnológica*, nos parece que la figura de Dave Elman es importante, por mucho que se aleje de otras corrientes utilizadas en la hipnosis actual. No es tan contradictorio como pueda parecer que utilicemos técnicas tan rápidas de inducción, incluso si empleamos sugestiones indirectas o metáforas a partir

de la profundización del trance. El tiempo que dedicamos a la hipnosis puede acortarse considerablemente si en tres minutos o menos somos capaces de desarrollar un trance profundo. Si bien es verdad que en la hipnosis ericksoniana se tiende a restar importancia a la profundidad del estado hipnótico, también es cierto que en algunas aplicaciones clínicas la profundidad puede ser un elemento importante. Esto puede ser especialmente cierto cuando estamos tratando casos de dolor, pero también cuando la amnesia puede tener un aspecto relevante, por ejemplo, cuando utilizamos sugerencias poshipnóticas.

Si comparamos la magnitud de las obras completas de Milton Erickson, indudablemente fundamentales para el ejercicio de la hipnosis, con “Hypnotherapy”, el único libro escrito por Elman, parecería que hay una abismal diferencia entre ambos autores, pero en la práctica la importancia de un hipnólogo lego, como era Elman, no debe ser omitida. Creo que para opinar es imprescindible aplicar las técnicas que hemos descrito brevemente en este artículo, por supuesto contando con una información más amplia que la que hemos presentado. La experiencia valdrá la pena.

### Referencias bibliográficas

Banyan, C.D. (2001). *Hypnosis and Hypnotherapy Basic to Advanced Techniques for the Professional*, (págs. 208-211)

Elman, D. (1984). *Hypnotherapy*. Glendale, California: Westwood Publishing. (La Obra original se tituló *Findings in Hypnosis*, 1964). (págs. XIII y XIV).

Elman, H. Larry. (2011). *Blueprint of the Dave Elman Induction*. Henderson, NC: Dave Elman Hypnosis Institute.

Esdaile, J. (2008). *Mesmerism in India and Its Practical Application in Surgery and Medicine*. BiblioBazaar.

Filo, G. (2024). *Rapid Hypnosis: The Clinician's Guide*. Publicación Independiente. Amazon.

Old, G. (2016). *The Elman Induction*. CreateSpace Independent Publishing Platform.

Pank, C. (2015). *Hypnose Elmanienne: Une Hypnose Moderne et Directe*. HnO Edition. (pág. 23)

Robles, T. (2024). *Comunicación Personal*.

