

Alfredo Muñoz Medina

Médico. Vegetoterapeuta.

Miembro docente del Instituto Wilhelm Reich.

Instituto Wilhelm Reich

Centro de Formación e Investigación en:

- Psicoterapia emocional de integración cuerpo-mente
- Sexología y clínica psicosomática
- Psicoterapia de pareja, de grupo y comunicación humana.

En colaboración con Jerónimo Bellido.

Vegetoterapeuta.

Director del Instituto Wilhelm Reich.

e-mail: momotombo@telefonica.net

COMUNICACIÓN

AMOR A LA VIDA:

En general se ha venido pensando que la relación entre razón, emociones y sentimientos respondían a sistemas separados, independientes, para cada uno de ellos. La experiencia clínica, sin embargo, nos ha venido sugiriendo que la razón, las emociones y sentimientos están íntimamente interrelacionados, aunque neurológicamente se identifiquen, más o menos, en zonas independientes del sistema nervioso central.

No es posible, en esta charla, debido al tiempo, ahondar en la complejidad neurológica de la interrelación entre funciones fisiológicas básicas, emociones, sentimientos y procesos cognitivos. Pero sí que haré un esbozo general para saber dónde se soporta nuestro saber, dónde está nuestra ignorancia, nuestros

límites (nuestra humildad) y nuestras posibilidades futuras.

La mente tuvo que estar relacionada con el cuerpo o no hubiera existido. Sobre la base de la referencia fundamental que el cuerpo está proporcionando de forma continua, la mente puede estar relacionada después con otras muchas cosas, reales o imaginarias.

Esta idea se fundamenta en las siguientes afirmaciones:

- 1 El cerebro humano y el resto del cuerpo constituyen un organismo indisociable, integrado mediante circuitos reguladores bioquímicos y neuronales mutuamente interactivos (componentes endocrinos, inmunológicos y vegetativos);
- 2 El organismo interactúa con el ambiente como un conjunto: la interacción no es nunca del cuerpo por sí solo ni del cerebro por sí solo;
- 3 Las operaciones fisiológicas que podemos denominar mente derivan del conjunto estructural y funcional y no sólo del cerebro: los fenómenos

mentales sólo pueden comprenderse cabalmente en el contexto de la interacción de un organismo con su ambiente.

Creo que, en relación al cerebro, el cuerpo proporciona algo más que el mero soporte y la simple modulación: proporciona una materia básica para las representaciones cerebrales. La primacía del cuerpo que aquí se propone podría esclarecer una de las cuestiones más irritantes desde que los seres humanos empezaron a preguntarse sobre su mente: ¿cómo es que somos conscientes del mundo que nos rodea, que sabemos lo que sabemos y que sabemos que lo sabemos?

En la perspectiva de la hipótesis que acaba de formularse, el amor, el odio y la angustia, las cualidades de bondad y crueldad, la solución planeada de un problema científico o la creación de un nuevo artefacto, todos se basan en acontecimientos neuronales en el interior de un cerebro, a condición de

que el cerebro haya estado y esté ahora interactuando con su cuerpo. El alma respira a través del cuerpo, y el sufrimiento, ya comience en la piel o en una imagen mental, tiene lugar en la carne.

En resumen: podemos decir que en proceso evolutivo de la consciencia percibimos tres sistemas fundamentales del cerebro que la soportan: el tronco cerebral que se encarga de las sensaciones, el sistema límbico o emocional y el neocortex o cognitivo.

A todo esto añadir el resto del cuerpo como base sensorial que está proporcionando de forma continua la interrelación con el medio interno y externo.

Todos estos conocimientos rabiosamente modernos coinciden con el paradigma reichiano que contempla al animal humano como un ser biopsicosocial; es decir, como una totalidad:

- 1 biológica;
- 2 psíquica (emocional, cognitiva);

- 3 social (las modalidades relacionales del sujeto con el otro).

Una mirada compleja que no complicada.

Por todas estas razones es que el método de trabajo de la vegetoterapia centra su interés en el cuerpo para movilizar todas esas huellas mnésicas atrapadas en el cuerpo y facilitar la toma de consciencia de la vivencia del mundo arcaico que nos facilitará reconstruir adecuadamente la historia existencial del sujeto.

Desde la lógica del sentir del propio cuerpo es que podemos pasar al registro del pensar y desde aquí a la simbolización. Nuestro pensamiento se transforma en un pensamiento sentido.

Durante todo este proceso se recupera la expansión vegetativa, el ritmo y la relación funcional en la historia de la evolución del sujeto: el presente engancha con el pasado. Mediante el trabajo de elaboración mental vamos a permitir que lo vivido se integre en la totalidad de la consciencia de modo que lo

somático se integre con lo psíquico, facilitando una verdadera consciencia de sí mismo, en donde la facilidad que da la palabra lleve al sujeto a tomar consciencia de su propia identidad yoica, atravesada ésta por su dimensión intrapsíquica y el sentimiento profundo de su propia corporeidad.

Todo ello nos permite decir que el amor a la vida es posible si existe amor a sí mismo y esta condición abre el camino para amar al otro. Si no se ama a sí mismo, odia a su propio cuerpo, desprecia sus genitales.

El signo vital es la expansión, es el ritmo, que conecta a través de la respiración con la pelvis y los genitales.

En los genitales lo celebra el Humor.

Humor para el amor; humor para la pérdida de vergüenza; humor para la renuncia al otro como persecutorio y exigencia y visto mejor como complaciente, con lo que uno mismo puede dar. Es decir, el amor que comparte no está pendiente de lo que el otro da, sino de lo que uno puede dar en realidad

(caos de la maravilla del poder). En este caso el caos sería el poder de dar y recibir; de recibir y dar; el poder de fusionarse y separarse; el poder de acercarse y alejarse; el poder integrar de forma espontánea y natural ese ritmo dinámico y vital.

Hace falta un yo fuerte para poder entrar en la dinámica fusión-separación, de modo que la separación con el otro introduzca a éste como cómplice.

A través de la respiración y la expansión vegetativa surge el grito, la risa, la expansión desmedida de la vida como amor por la vida.

Amor fusión, amor represión (función del terapeuta a nivel simbólico: el que refuerza, que pone límites). El amor que el otro da se hace en seguridad, organiza mejor los afectos ya que no todo es posible, ni puede ser a cualquier precio.

Amar es necesario. El amor no es sólo la fusión en el orgasmo; existe fusión pero para que luego haya separación.

Palabras clave: Amor, humor, ritmo, fusión,
separación.

BIBLIOGRAFÍA

Piñón Escura, Isabel. La evolución del ser humano desde el paradigma reichiano.

Reich, W. La función del orgasmo. Paidós. Buenos Aires.

Freud, S. Las pulsiones y sus destinos. Obras completas. Biblioteca Nueva. Madrid 1982.

Damasio, A. El error de Descartes. Crítica. Barcelona 2006.

Damasio, A. En busca de Spinoza. Crítica. Barcelona 2005.

Janov, A. La biología del Amor. Apóstrofe. Barcelona 2001.

Gray. Anatomía. Salvat Editores. Barcelona 1985.