

## “MIRAR Y VER; EL CONTACTO EMOCIONAL” EN LA VEGETOTERAPIA REICHIANA, por Jerónimo Bellido Pérez

### Introducción

Cuando al principio, el propio Reich, pretendía darle una consistencia emocional al conflicto psicológico, recurrió a nociones o conceptos que hasta la fecha no tenían el apoyo mayoritario de los análisis freudianos de entonces. La “regla de oro” del psicoanálisis era la asociación libre, lo que, gracias a la verbalización de la problemática individual, el sujeto podía llevar a la conciencia la realidad de su conflicto intra-psíquico, hasta ahora retenido en los mecanismos de defensa o en los avatares del propio Super-Yo.

Reich consideraba que la realidad mental propuesta por Freud como único espacio donde podemos vislumbrar la presencia de nuestro Yo, no daba suficientemente cuenta de la complejidad que envuelve la problemática en la que el sujeto se halla inmerso, respecto del valor económico de la enfermedad y del sentido del placer.

La realidad verdadera del ser humano tiene una parte que corresponde a lo mental, a todo aquello que hace referencia al conflicto psíquico, pero también se hace tributaria de toda una serie de estructuraciones musculares que corresponden al propio cuerpo, a su propia historia personal: son estas estructuraciones hechas, la mar de veces, de bloqueos, de rigideces, de contenciones que se traducen en un pobrecimiento de todo aquello que nos hace humanos y de aquello que nos acerca o nos pone del lado de la naturaleza: ya sea la dificultad a la hora de realizar una respiración profunda, o el hecho anodino de suspirar profundamente, o la imposibilidad de movilizar el diafragma con cierta intensidad: solo los niños y los “primitivos” pueden gozar de la expresión natural del cuerpo, nosotros los habitantes de la Modernidad lo hemos perdido. ¿Para siempre?. Ponerse del lado de las emociones, era la forma que tenía Reich, de reivindicar la importancia que reviste para el humano la capacidad de poder expresarlas intensamente, como de forma reivindicar el principio del placer, frente a las exigencias de la represión del Super-Yo, y de la sociedad.

El salto epistemológico dado, fue de envergadura: pasó del centro neurológico con su actividad mental, es decir, de la importancia de la verbalización y de la palabra centrada en el pensar (con las alegorías que hacían referencia al S.N.C.) a lo vegetativo, al sentir, al sistema nervioso vegetativo (lugar del cuerpo dominado por dos grandes haces: el Simpático y el Parasimpático, reguladores de la expansión y de la contención de las emociones): lugar sin duda alguna del cuerpo real, en donde el sujeto se constituye de acuerdo con la capacidad de expresarse y en relación con el grado de dicha capacidad emocional. La dialéctica es ahora entre el centro (el corazón) y la periferia (la musculatura) y la relación funcional que se establece deviene relación permanente entre el conflicto psíquico y la realidad real del cuerpo, que se manifiesta en sus bloqueos y en su estructuración muscular (relación entre las defensas caracteriales y los bloqueos musculares, origen del estudio y del interés hacia las denominadas enfermedades psicosomáticas).

El Yo es entonces un Yo-Cuerpo, es decir, una instancia “cogida” a la realidad psicológica o mental del sujeto pero también a su realidad del cuerpo real, que se tensa, muestra dolor o rabia contenida, llanto que no puede expresarse, u odio a flor de piel o imposibilidad de expresar amor por temor al contacto corporal y a la expresión de los afectos. Es el efecto “piel de cebolla”: muchas capas arropan y nos protegen de la

verdadera naturaleza humana, mucho de nosotros está puesto al servicio de las defensas y de las resistencias, de modo que mucho de lo nuestro está aún por inventar, es decir, habitamos un cuerpo y una realidad psíquica que desconocemos: lo mejor de nosotros mismos está por llegar.

### **El aspecto psico-motor**

Somos personas inmersas también en una dimensión espacio-temporal, en cuanto que somos capaces de descubrir, de inventar, es decir, capaces de investir un espacio en un tiempo determinado según la lógica del desarrollo cognitivo-motor. Descubrir un espacio es tener la capacidad de situarse en un sitio –no en cualquier sitio- frente al Otro: y del Otro nace uno mismo como ocurre con la etapa del espejo (Lacan), porque el Otro a su vez también nos habla de nosotros mismos (el nacimiento y el desarrollo de la comunicación humana tiene que ver con esto).

El descubrimiento del espacio quiere decir que se pudo descubrir y reconocer al Otro: y construir el espacio supone interiorizar el movimiento con cierto ritmo, con cierta ritmicidad que dé consistencia a ese espacio y a la relación que en él se pudo instaurar (como cuando mama el bebé: al mamar mira el pecho de su madre y luego los ojos de su madre y poco a poco va dinamizando la cadencia hasta convertirlo en un movimiento rítmico: de la nariz a los ojos, del otro a uno mismo). Ese ritmo sólo se puede desarrollar adecuadamente si la actividad es placentera; y así es como una actividad se carga energéticamente de placer (al igual que ocurre al moverse de un lado para otro, o al cogerse de los pies y balancearse con ellos, o al mover los brazos y las manos en el agua): cuando una actividad deviene placentera es porque ha sido investida libidinalmente, quiero decir que ha pasado de algún modo por la prueba del amor. Que esta actividad motora tenga seguridad del reconocimiento y la posibilidad de ser investida es lo que dará lugar a la capacidad del bien-hablar: hablar es decir algo que anteriormente fue investido, es señalar lo que en la etapa pre-verbal tuvo la consistencia propia de la actividad placentera, el placer del movimiento; en algún lugar y en algún momento el bebé fue investido narcisísticamente y es señal de significado y por tanto de afecto, aquello que anteriormente fue reconocido como signo de amor. ¡El amor hace milagros, que decía el poeta!

Caminar, andar, sentir el contacto con las plantas de los pies en el suelo es una forma de tomar conciencia del grado de conflicto o del grado de represión de dicha actividad: a través del caminar observamos el sentido del arraigo en la tierra (según el sentido dado por Lowen a este término) y observamos también de que modo la planta de los pies entra en contacto con el suelo o de que modo se apoyó. Todos sabemos que el grado de intensidad emocional determina el modo de entrar en contacto con la tierra (los pies nos son muy necesarios, ¡quién o iba a decir!).

Reactualizar el pasado a través de un actino, es decir, de los ejercicios grupales propuestos y de nuestra actividad corporal presente es también una forma de sentir la intensidad nuestro malestar cuando observamos que numerosas vivencias de nuestro pasado se acomodan eternamente, lo que resalta la mecanización de la represión en detrimento de cualquier proyecto de placer. Hay entonces más de angustia, de miedos arcaicos, de temores que no nos dejan vivir (fundados o infundados), que de actividad puesta al lado de placer. Podemos decir que son como construcciones fantaseadas, relicarios de nuestra vida infantil que no han podido ser integradas adecuadamente y que van dando tumbos por nuestras cabezas recreando el malestar, el temor sin miedo, la angustia difusa, el no-se-que-me-pasa, el miedo sin nombre. Es entonces cuando observamos que todo ello tiene que ver con reminiscencias de la “escena primaria”,

fantasías que ocupan todo un espacio (por no decir que lo ocupan todo) y entonces es cuando vemos que las funciones corporales y sus órganos no pueden ser reconocidos con naturalidad, sino que son percibidos por el sujeto como terroríficas, llenas a veces de objetos “persecutorios”, fantaseados como peligrosos y que pueden hacer daño (es el caso del sujeto que habla del cuerpo sexuado como cuerpo terrorífico o de la función sádica del pene, o del peligro que puede suponer la vagina para la integridad de la virilidad por ejemplo): la función sexual o mejor, el cuerpo del sujeto constituido en cuerpo sexuado deviene peligroso (peligroso para sí mismo cuando se siente “lleno” de pulsiones sexuales y por lo tanto más o menos peligrosas porque más o menos persecutorias) porque para el sujeto la sexualidad como experiencia primaria de placer, tuvo que ver mucho más con lo referente a la represión y a la acomodación a las exigencias del propio Super-Yo (o a las exigencias del medio familiar y social) que a una vivencia corporal basada en mecanismos de mayor libertad, proyectada en una capacidad emocional-sexual más amplia. Confusiones de funciones corporales, de órganos (seno-pene/vagina-ano) y que al ponerle palabras y a sus representaciones mentales, el niño producirá altibajos verbales, o tropezones en las construcciones verbales; es entonces cuando comprenderemos mejor el sentido del rechazo y la pobreza de la comunicación con el Otro: el temor al contacto corporal, el malestar frente a la desnudez corporal está arropado con discursos, a veces, que hacen referencia a valores morales basados en el temor a una expresión sexual más “natural” (es decir no contaminada por excesivas demandas de represión) cuando no hacia prácticas “higienísticas” de perfección (sexual) según el grado e intensidad de los, ideales del sujeto (Ideal del yo).

### **El desarrollo práctico del Taller**

El taller sigue las líneas maestras de lo que sería una sesión denominada Terapia de Grupo.

La Clínica de la Vegetoterapia analítica se ciñe a las exigencias de la Terapia Individual, tal como está recogida en la práctica de las diferentes terapias profundas de inspiración psicosomática y dinámica.

Llegado el momento concreto del propio proceso terapéutico se propone a la persona pasar a formar parte de un grupo de Terapia Grupal, enriqueciendo de este modo su propio proceso individual con las aportaciones y adquisiciones que genera la propia Terapia Grupal.

Así pues, en la Terapia de Grupo trabajamos al unísono con la dinámica vivencial individual, siguiendo los tempos o los momentos dinámicos de acuerdo con el principio energético-natural propuesto por Wilhelm Reich en la “Función del Orgasmo”, teniendo en cuenta que todo movimiento expansivo-involuntario se rige por la fórmula del Orgasmo, a saber: tensión-carga-descarga-relajación, o que es lo mismo contracción-expansión, envuelto todo ello en la lógica interna de la relación funcional.

### **Punto de partida**

En un primer momento, desde las enseñanzas de la terapia activa, se propone a todos los miembros del grupo que caminen por la sala a su manera según su propio ritmo, intentando empezar a sentir-en la medida de lo posible- el contacto de los pies descalzos con la tierra: no hay pues un ritmo predeterminado, ni se indica tampoco el modo estándar de realizarlo, ni se pretende buscar un modelo perfecto de hacerlo; queremos decir el sujeto se mueve en estos primeros compases tal como lo suele hacer

normalmente, invistiendo el espacio de acuerdo con sus posibilidades libidinales más inmediatas. Son momentos que traducen y reproducen una determinada configuración psíquica, unas características musculares y corporales particulares; son momentos expresivos también por parte del sujeto, por más que permanezca mudo, porque en realidad es el cuerpo el que “habla” desenvolviéndose a través del espacio....y el tiempo.

Y observamos entonces como progresivamente, el propio sujeto ya se atreve a entrar en contacto con su propio sentir, al percibir –gracias a una mayor expansión corporal- el placer que supone caminar, pues de algún modo, al impregnar con sus pies el suelo, puede investirlo libidinalmente con un ritmo que cobra mayor significado, según el peso, la intensidad emocional o la experiencia vivencial que se traduce, a modo de retailación, inmediatamente, en consonancia con la historia personal de cada uno.

De modo que este primer encuentro grupal se hace posible, gracias al descubrimiento del espacio común, en donde cada uno vive; pero sin olvidar tampoco que dicho espacio, es un lugar inexorablemente compartido por el Otro: el Uno esta presente en el Otro.

Así pues, este primer momento enriquecido con la propia dimensión espacio-temporal significada por la presencia del Otro, lo construimos por una aproximación vivencial determinada, cuanto no por una relación concreta o por una mayor o menor capacidad para producir empatía; así, gracias a la presencia de los afectos, podemos trabajar dinámicamente con el sentido de la realidad puesto en los límites. Es decir: ¿hasta dónde puedo relacionarme con el Otro?, ¿hasta dónde ya no puedo insistir?,...etc.

### I) *El primer momento*

Este inicio toma el nombre de “grupo sensorial” en donde se pone de manifiesto, en la dinámica relacional, la impregnación arcaica de los componentes psicológicos que emergen ahora y aquí, cargados de contenidos que hace pensar en el temor infundado, el miedo primitivo, la angustia profunda y lejana, la sensación catastrófica de nuestra existencia, lo desconocido, todas las sensaciones profundas que no podemos darle nombre...

Esta sensorialidad primigenia y carnal, esta fuertemente impregnada de un alto contenido corporal, que se traduce en sensaciones de piel de gallina, o de hormigueos en las extremidades, o en un frío intenso por la superficie de la piel; sensaciones de angustia difusa en el vientre, mareos, vértigos a veces...

Progresivamente, vamos introduciendo algunos contenidos corporales nuevos, siguiendo con la dinámica que impone el movimiento, como es la introducción progresiva y suave de la respiración profunda que será una de las actividades primeras que nos facilitarán la emergencia y el desarrollo de las aberturas emocionales, (lo que supone la introducción de una de las primeras significaciones también de nuestro hacer).

### II) *El segundo momento*

Estamos pues en otro momento dinámico, el segundo, que introduce la noción de “círculo” a través del cual y gracias a la insistencia respiratoria podemos acceder al suspiro lo que nos permite liberar las tensiones de la coraza muscular, favoreciendo las primeras descargas que el organismo está en condiciones de poder integrar, al soportar la intensidad emocional unida a ellas.

En estos momentos nos encontramos en un registro dominado por la intensidad vocal ya que el sujeto se permite expresar y manifestar sus propios sonidos con mayor

intensidad, ya sea a través del grito o a través de la queja (¡y con razón!) por los dolores que sufre: observamos en todo caso que ya puede expresar – al menos sin tanta culpa o en todo caso, con menor sentido del ridículo- la queja por todo lo que considera innecesario en su vida o por su capacidad a la hora de enfocar su existencia de otro modo.

Para Reich la respiración es la fuente de la vida y si no podemos llegar a percibir dicha capacidad respiratoria, tampoco es posible llegar a entrar en contacto con las emociones más profundas e intensas. Esta respiración en cuestión es diafragmática, quiero decir, profunda, llegando a abarcar en su expansión tanto al tórax como al bajo vientre ( las entrañas) y también en su expansión hacia fuera, a la barriga (como lo observamos en los niños y en los “primitivos” ) y a los intercostales, tocando casi, en esa expansión respiratoria desahogada, la espalda (¡es un decir!). Como veremos, es todo el tronco el que entra en esa gran actividad expansiva e involuntaria, produciendo una incidencia significativa en la pelvis, lo que facilitará un efecto relajante en toda la zona genital y anal, mayormente.

De este modo, la capacidad para restablecer el movimiento profundo en el organismo, guarda una relación directa con la capacidad para poder acceder al estado de quietud: quietud emocional que lo podríamos definir como un estado mental y físico marcado por la capacidad para la actividad introspectiva: es éste una especie de estado, momento existencial básico que se vislumbra como necesario para poder acceder adecuadamente a la realidad conflictiva de nuestro mundo interno.

Es la capacidad de acceder a mayores dosis de quietud, lo que nos permite entrar progresivamente en un estado, marcado esta vez, por la presencia del silencio, gracias al cual podremos elaborar con mayor riqueza e intensidad nuestra propia capacidad para reconocer el sentido de la frustración, así como la necesidad interna de renunciar a la omnipotencia infantil. Son estos dos aspectos, relicarios psicológicos de nuestro pasado, que, incrustados en mayor o menor medida en nuestro presente, necesitan ser retomados constantemente, a fin de tener asegurado un mayor desarrollo mental y emocional que nos pueda asegurar la realización de una integración social que satisfaga las expectativas personales, tal como cada sujeto las pueda entender.

Seguimos dando vueltas por la sala, cada cual a su aire, intentando percibir desde ahora de qué manera nuestros pies se acomodan –al caminar- con el suelo y de que forma se equilibra el eje de todo el cuerpo, es decir de qué modo todo el cuerpo va tomando conciencia de su ser en el espacio, cobijado por su propio movimiento energético, de manera que ya pueda aproximarse al sentir de sus principales puntos de tensión, a esos puntos que cada uno viene a percibir de manera más contundente y tenaz. Si podemos sentir esa tensión propia, quiere decir que aceptamos la invitación que el Yo nos hace a la reflexión, en el sentido reichiano, pues la forma que toma el cuerpo a la hora de estructurarse corporalmente no fue debida al azar, sino que guarda una relación estrecha con estructuraciones musculares y psicológicas de las que el sujeto echa mano con frecuencia para defenderse, al evitar entrar en contacto con las que no puede tolerar sentirlas. Cuando no es una forma de poner en lo corporal o en el organismo, lo que no puede ser resuelto a nivel mental (aquí el esquema corporal y la imagen del cuerpo se interrelacionan en una relación funcional, dando cuenta de los conflictos psíquicos y somáticos, permitiéndonos comprender la dinámica de las denominadas enfermedades psicósomáticas).

De nuevo damos vueltas por la sala dejándonos llevar – en la medida de lo posible- por las sensaciones agradables que cada nos provoca el hecho de entrar en la dinámica de movimientos más sueltos; y así al andar, nos miramos a los ojos, en pareja, buscando el contacto con el Otro a través de la mirada, en un encuentro ausente de cálculo previo,

formando una pareja de improviso. Y mantenemos entonces la mirada fijamente en los ojos del partenaire, así, en silencio y sin movernos por unos minutos, dejando sentir la respiración profundamente y sintiendo al mismo tiempo el contacto con la tierra, lo que nos ayuda a dejarnos llevar por el movimiento involuntario que genera nuestro propio cuerpo.

Son estos primeros momentos grupales, como vemos, momentos de tanteo, que sirven a su vez para redefinir en cada uno de los principales el sentido de la exploración, marcado por el interés en reconocer un espacio dado y hacerlo suyo, así como una necesidad de darle una lógica vivencial al encuentro con el Otro.

Dentro de esta lógica del encuentro, en donde se movilizan las energías hacia formas cada vez más sutiles de dinamismo y transformación del Yo, se propone luego el actino de formar un círculo cogidos de las manos, insistiendo en la importancia del apoyo en la tierra a fin de vivenciar personalmente el arraigo, pero también requiere poner atención hacia lo que supone el dejarse apoyar y ayudar por el Otro: el hecho de cogerse de las manos es una forma de comunicarse a través del contacto, pero es también una forma de ponerse en manos del vecino, de depositar en él nuestra confianza.

Cada uno busca poner su mirada en el que esta enfrente, a lo lejos, mirando siempre a la misma persona (sin gafas y sin lentillas) sin cambiar la mirada hacia otro sitio. De nuevo la concentración en la mirada del Otro, el silencio y la respiración profunda, ocupan la realización de este acting durante unos minutos.

De algún modo, los temores infundados previos, pueden dar lugar dinámicamente a un cierto reconocimiento de obnubilación, de fascinación o de reconocimiento del otro lo que dará lugar a la comprensión de los mecanismos arcaicos de identificación proyectiva dentro de una cierta lógica de Verdad, es decir según el sentido real que el sujeto ya puede darle a lo que esta viviendo frente al otro, y no tanto centrado en prejuicios iniciales introyectados masivamente pero faltos de una notable elaboración. Se propone al final del acting hacer unas muecas, cerrando y abriendo los ojos, moviendo toda la cara; cerrando y abriendo a su vez la boca, uniendo los labios con fuerza pero sin apretar los dientes. Todos los músculos faciales entran en acción, provocando una relajación global de la cara y del cráneo, lo que facilita la relajación a nivel mental (mente “en blanco”).

### **Definición del acting**

Llegados aquí diremos que el acting es un artificio que tiene su utilidad como soporte muscular de la emoción. El acting, en el sentido etimológico, expresa el movimiento desde dentro hacia fuera y aunque guarde ciertas connotaciones mecánicas, preferimos este término al de ejercicio, pues consideramos que dicho vocablo preserva mejor la dimensión de actividad o movimiento del cuerpo hacia el exterior, pero marcado no sólo por lo muscular sino también por los contenidos tanto psicológicos como emocionales, ligados a vivencias arcaicas y que se actualizan en el presente.

Así, gracias al acting, podemos actualizar la experiencia vivida en nuestro pasado más arcaico: experiencia que fue vivida de manera displacentera o que fue vivida en nuestra tierna infancia de forma “catastrófica” (trauma) no siendo integrada por el Yo adecuadamente. Observamos entonces que el sujeto se defiende de esa inadecuación recurriendo a mecanismos psicológicos de escisión, a fin de sufrir menos, pues esa separación entre lo que siente y lo que piensa es vivido la mayoría de las veces con gran dolor, por más que quede disimulado a través de formas de conducta que denoten una buena integración social (falso self). También desde la estructuración de la coraza muscular, podemos observar esta escisión entre una forma determinada de verbalizar

una emoción entre una forma determinada de verbalizar una emoción (o ante la dificultad de expresar los afectos) y una estructuración corporal que no se hace cargo de lo que dice (Navarro).

Desde este punto de vista podemos decir que, gracias a la carga emocional, el acting llega –por intermedio de la abreacción emocional (neuro-muscular y afectiva)- a hacer presente lo distorsionado del pasado, lo que introduce en el funcionamiento psíquico la capacidad de discriminar: discriminar es la capacidad del sujeto de poner cada vivencia emocional en su sitio, cada relación en su momento vivencial, cada carga de afectos en aquella o aquella que corresponda; es también la capacidad de percibir las sutilezas de las significaciones y de las vivencias puestas en solfa cuando interviene la expresión de la palabra.

### *III) El Tercer momento*

Volvemos de nuevo al círculo dando vueltas por la sala, cada cual a su ritmo, insistiendo en el contacto de los pies en la tierra, a fin de ponernos mejor a la “escucha” corporal de los puntos de tensión.

En estos momentos cada individuo da vueltas entre los miembros del grupo, y ya se permite desperezarse, estirar los brazos y los hombros, emitir sonidos,...nos encontramos con un deseo cada vez mayor de liberarse de las presiones, “expulsarlas” del propio cuerpo, lo que sugiere una actitud hacia mayores aperturas.

En este momento el individuo se permite expresar sus emociones más profundas, a través del contacto con el otro: el contacto ya no es sólo la mirada (como lo que puede tener intensidad como su afecto o su mayor o menor grado de desconfianza) sino desde el contacto físico, donde entra en juego el tocar: tocar al otro, sus brazos; acariciar la piel, cogerse de la cintura, de las manos...

En este aspecto la Vegetoterapia Grupal es también una socio-terapia en el sentido que dinamiza constantemente los aspectos psicológicos del Yo en su relación con el Soma, y del Yo en su relación con el Mundo exterior: realidad compleja en donde entran en juego la dialéctica relacional del sujeto en su totalidad biológica, psíquica, histórica y social, tanto consigo mismo como con los demás.

Este tercer momento dinámico lo denominamos “Grupo de implosión emocional”, en donde se exige un mayor grado de expresión corporal con participación intensa de todo el cuerpo a través del grito o de la expresión y la manifestación externa de una emocionalidad sentida con toda su crudeza y dolor.

Los ejercicios propuestos invitan a participar ya sea desde la globalidad del grupo (como la cabeza-busca-tierra), técnicas del psicodrama analítico o del rol playing o desde una actividad por parejas (la silla-a-dos por ejemplo).

En estos momentos observamos la trascendencia que reviste el movimiento en el desarrollo psico-motor, como principal dinamizador de los contenidos energéticos corporales, bloqueados en los diferentes segmentos/ o círculos de energía (los 7 chakras según la tradición oriental).

### *IV) El cuarto y último momento*

Tiene que ver con la verbalización: es “el grupo de interrelación grupal” en donde se pretende dar, a través de la palabra (y ya relajados y sentados por el suelo, muy cerca los unos de los otros) el peso y la intensidad que una palabra puede significar, a lo que antes fue percibido desde el sentir.

Este último aspecto introduce la dimensión mental puesta al servicio de la elaboración y de la simbolización.

Si Reich desde su teoría de la “relación funcional” insistía en la necesidad de dejar constancia en lo corporal, de las relaciones entre lo psíquico y lo somático de manera constante, esa es la razón por la que pretendemos introducir desde la vegetoterapia reichiana la misma relación dialéctica entre lo sensorial y lo simbólico. Con ello pretendemos insistir en la necesidad de recurrir a la idea de un concepto como es el de aparato mental (Bion) que nos ayude a poner en él todo aquello que haga referencia al desarrollo y al crecimiento psicológico y emocional. Sería un aparato capaz de metabolizar mentalmente las experiencias vividas inicialmente, pero capaz de ponerlas luego en palabras propias, gracias al efecto de elaboración, pues un exceso de sensorialidad en las estructuras del Yo-Cuerpo nos pondría del lado de los contenidos arcaicos-por lo que tiene de no resolución de los aspectos profundos de la personalidad- en detrimento del reconocimiento del lado real de la realidad y de una adecuada integración (tanto psicológica, como social) de los contenidos emocionales mentales. Es como resultante de la capacidad de introducir la palabra sentida en la dimensión sensorial, que podremos pasar posteriormente con toda nuestra capacidad creadora, a los efectos de la simbolización y a los contenidos inherentes que tienen que ver con la organización social y grupal.

Desde este punto de vista cobra sentido la noción de dimensión creadora, emparejada con el sentir cósmico propuesto por Reich en los últimos años de su vida, al hacer referencia a dicha capacidad como logro real, que se manifiesta en nuestra cultura a través de las obras de arte, cual “don” del que tan solo disfrutaban algunos seres excepcionales.

Pero para el sentir reichiano, el sentido y la razón de ser de la capacidad de crear tiene su fuente en la facultad inherente propia a todo ser humano, pues al estar adherida al desarrollo del conocimiento y al placer puesto en él, el sentido de crear deviene razón de ser de la experiencia, entendida como una obra de arte.

Dicha capacidad, es un signo inalienable que nos hace humanos, gracias a la cual podemos crear redes sociales basadas en organizaciones simples y complejas a la vez, puestas al servicio de una mejor socialización y de una mayor comprensión del significado de la vida, en su aserción más amplia.

Desde este punto de vista podríamos definir también al proceso terapéutico como proceso de creación pues al englobar la dialéctica mente-cuerpo es una relación funcional constante, retoma la idea de totalidad, y no de parcelación o de funcionamiento escindido.

Esa dinámica creadora es una apuesta por una mayor capacidad para el desarrollo emocional y psicológico del animal humano, a fin de facilitarle en el presente, la posibilidad de una resolución más firme a la hora de poder apropiarse de aquella parte del Yo reprimida o escindida (la parte “natural” de la personalidad que tiene que ver con los contenidos biológicos, afectivos y emocionales, instintivos en suma) y que los mecanismos defensivos dificultan o impiden la integración en su totalidad, percibida desde ahora por el propio sujeto, con mayor riqueza, gracias al desarrollo fecundo de su personalidad.

## **Los cuatro pilares conceptuales de la Clínica Reichiana**

### *II. El contacto*



El desarrollo del trabajo clínico a través del contacto, implica a la coraza muscular y caracterial por lo que tiene de defensiva frente a la emergencia de los propios afectos que nacen del interior del individuo y el temor al contacto con el mundo exterior. Sigue por tanto una dirección en doble movimiento y en relación a la dialéctica entre el centro (el Yo) y la periferia.

- a) Contacto con el Otro a través de la mirada, como dispositivo que permite entrar en el mundo interior; mundo arcaico vivido la mar de la veces como “terrorífico” o “catastrófico”, lo que dificulta los procesos de individualización.
- b) Contacto a través del contacto corporal, del tocar al Otro, lo que favorece los mecanismos relacionales con el Otro y lo que conlleva de reconocimiento de los límites (capacidad de discriminación: el Otro no soy Yo-aceptación de la diferencia de sexos).

Estos aspectos del Yo, de algún modo están impregnados de una cierta sensorialidad (como dimensión psicósomática arcaica) y que con el devenir del desarrollo emocional, se irán elaborando, permitiendo una mayor capacidad de integración mental, en detrimento de la excesiva sensorialidad inicial.

## *II. La función del Orgasmo*

Esta función está sostenida por la capacidad del animal humano para dejarse llevar por la expansión vegetativa (respiración profunda) y el movimiento.

Conviene recordar que el movimiento no es la velocidad sino la capacidad de abandonarse a las sensaciones involuntarias que el propio organismo produce, según la fórmula inherente a todo ser vivo, a saber: expansión, carga, descarga y relajación. Esta capacidad de crear su propio ritmo, dentro de la lógica causal del tiempo (nos hace falta el tiempo, para que las cosas ocurran).

- a) El desarrollo psico-motor tiene que ver con esto, por lo que podemos decir que el aparato psíquico (el Yo) se construye al mismo tiempo que la motricidad, lo que determina la estructuración de un cuerpo donde el Yo recoge su experiencia sobre la base de un modelo sensorio-motor.
- b) Si dividimos el cuerpo en siete segmentos o anillos, es para hacer más operativo el trabajo corporal y analítico, pero no perdemos de vista la dimensión global del cuerpo y de la personalidad.

Queremos decir que cada segmento tiene su propia realidad específica de acuerdo con la configuración neuro-muscular que el conflicto psíquico motivó (ejemplo, oralidad frustrada, bloqueo en la boca) pero todos ellos guardan una interrelación mutua, según la lógica dialéctica (relación longitudinal) y también funcional (relación transversal) formando al final, un todo relacional.

Dicha división guarda una relación estrecha con el desarrollo propioceptivo.

Estos segmentos son los siguientes:

- 1º segmento: hace referencia a los denominados telerreceptores) los ojos y por extensión la nariz y los oídos.
- 2º segmento: la boca.
- 3º segmento: el cuello.
- 4º segmento: el pecho (tórax) y por extensión los brazos, las manos y la espalda.
- 5º segmento: el diafragma.
- 6º segmento: el abdomen (y bajo vientre).
- 7º segmento: la pelvis (donde anidan los genitales externos en el hombre, internos en la mujer- y el ano) y por extensión las piernas y los pies.

### *III la energía*

Para Reich la energía es de origen sexual y se halla impregnada en los humanos por las pulsiones que emanan de lo más profundo del ser (núcleo biológico primitivo) y buscan un objeto donde descargarse.

Pero se hace necesario recordar, que la energía de las pulsiones es una energía vital, necesaria para el bien estar y la salud, y no está localizada solamente en el ámbito del sexo (no podemos escapar al efecto de la pulsión, decía Freud). El deseo lo impregna todo, aún a nuestro pesar.

Una de las funciones principales del análisis reichiano es la de restituir la energía vital, equilibrando las funciones energéticas del cuerpo gracias a mayor capacidad del sujeto para situarse del lado del placer sexual, lo que supone la capacidad para dejarse llevar a los movimientos involuntarios, a las oscilaciones intensas que produce la apertura de la piel y la sensorialidad de los tejidos, la calidez del contacto humano lo que genera situaciones de encuentro con el objeto de amor, en un profundo abrazo genital.

Pero la pulsión no está suelta sino que se halla ligada y funcionaría como nexo de unión entre lo psíquico y lo somático. La pulsión necesita de su representación.

Frente a lo energético (pulsional) Reich propone la relación funcional de lo somático con lo psíquico.

Capacidad de ponerse del lado del placer sexual, pero también reconocimiento de la realidad psicológica que el género implica, es decir, se es hombre o mujer lo que introduce la noción de identidad sexual, cuando en la madurez encontramos que podemos recurrir a la diferencia de sexos y de generaciones.

Esa energía vital es también cósmica, y de algún modo “todos nos bañamos en el océano del Orgón”.

La “luminosidad” que desprenden algunos adultos pero sobre todo los niños, tiene que ver con esa capacidad para poner en armonía el conflicto psíquico con la realidad somática del cuerpo, posibilitando entonces la expresión del lado biológico o “natural” de la personalidad (carácter genital).

### *IV. La verbalización*

La palabra es también –junto con el trabajo corporal- una herramienta fundamental, porque permite poner nombre, es decir, identificar los aspectos, y la carga emocional que se llega a sentir en la realización de cada actino.

Pero también no siempre es posible entrar de inmediato en la realidad (acorazada) del sujeto. El análisis del carácter y de las resistencias, permiten tomar conciencia de una realidad mental puesta al lado de la resistencia caracterial. Es como si el paciente no pudiese entrar en contacto con su propia emocionalidad y su sentir.

- a) La palabra en un primer momento tiene la función de poder elaborar los contenidos psíquicos puestos de manifiesto a través de las resistencias, lo que dará lugar a un mayor dinamismo psicológico y una mayor capacidad de reconocimiento del conflicto intra-psíquico.
- b) En un segundo momento, como consecuencia de esa mayor capacidad introspectiva, el sujeto ya se permite sentir el propio conflicto, pero localizado en un segmento corporal, lo que al poder entrar en contacto con él, libera la carga de afecto retenida en la zona (abreacción neuro-muscular). La palabra permite ahora elaborar el grado de intensidad emocional que hasta entonces habitaba en lo corporal, con verdadero desconcierto, pero al poder ser entendida, (es decir, conectada con el núcleo biológico) facilita la unidad mente/cuerpo, gracias a un

mayor grado de mentalización en donde los contenidos psíquicos encuentran su soporte en una realidad somática; contenidos intensos, muchas veces dolorosos, pero que desde ahora ya son tolerados mejor por el propio sujeto lo que le permitirá realizar una labor de integración del conflicto emocional, poniendo las energías personales en la dinámica de resolución del conflicto.

Así pues para Reich, la emoción deviene el camino regio de acceso al inconsciente, que ya no es una realidad solamente psíquica, sino realidad “cogida” al cuerpo. Podríamos decir que deviene el nexo de unión de lo psíquico con lo somático, integrada en una unidad psico-somática.

## **Bibliografía**

- D. ANZIEU “*El grupo y el inconsciente. Lo imaginario grupal*”. Biblioteca Nueva. Madrid, 1986.
- D. BOADELLA “*Corrientes de vida*” Ediciones Paidós, 1995.
- E. BAKER “*Man in the trap*” Ed. The Mewillan Company. New York, 1969. (en italiano “*L’ Uomo nella trappola. Le cause del blocco dell’ energie sessuale*”. Ed. Astrolabio. Roma, 1973).
- ARTHUR BALASKAS “*La vida del cuerpo*”. Ediciones Paidós, 1981.
- T. BERTHERAT y C. BERUSTEIN “*El cuerpo tiene sus razones*” Círculo de lectores. Madrid, 1976.
- R. BION “*Aprendiendo de la experiencia*” Ediciones Paidós, 1966.
- B. BRENNAN “*La psicodinámica y el cuerpo energético humano*” en *manos que curan*. Ed. Martínez Roca. Barcelona, 1990.
- CLARENCE y GLACKEN “*Huellas en la playa de Roda: Naturaleza y Cultura en el pensamiento occidental*” SERBAL. Barcelona, 1996.
- G. DEULEUZE “*Le Bergsonisme*” P.U.F. París, 1968.
- ANTHONY ELLIOT “*División sexual, identidad de género y orden simbólico*” en *TEORÍA Social y psicoanálisis en Transición*. Amorrortu Editores. Buenos Aires, 1995.
- S. FREUD
- “*Las pulsiones y sus destinos*” (1915)
  - “*El final del complejo de Edipo*” (1924)
  - “*Algunas consecuencias psíquicas de la diferencia sexual anatómica*” (1925), en todos los Textos fundamentales del psicoanálisis. Alianza Editorial. Madrid, 1988.
- B. GOSE “*Le développement affectif et intellectuel de l’ enfant*” Editorial Paidós, 1990.
- PH. GROSSKURTH “*Melaine Klein. Su mundo y su obra*”. Ediciones Paidós, 1980.
- A. HELLER “*Instintos, agresividad y carácter*” Ed. Península, 1980.
- J. LACAN “*Le stade du miroir comme formateur de Je*” *Ecrits I, Senil*. París, 1971.
- JEAN LE BOULCH “*Hacia una ciencia del movimiento humano*” Ediciones Paidós, 1980.
- JEAN LE DU “*El cuerpo hablado. Psicoanálisis de la expresión corporal*” Editorial Paidós, 1980.
- G. y P. LEMOINE “*Teoría del Psicodrama*” Gedisa. Barcelona, 1989.
- A. LOWEN y L. LOWEN “*Ejercicios de Bioenergética*” Editorial Sirio, S.A. Málaga, 1990.
- M. MERLEAU-PONTY “*El ojo y el espíritu*” Ediciones Paidós, 1986.
- H. MONTAGNER “*L’ attachement. Les débuts de la tendresse*” Editorial Odile Jacob. París, 1988.
- A. MONTAGU “*El sentido del tacto*” Ediciones Aguilar, 1971.

- A. MONTGU y F. MATSON “*El contacto humano*” Ediciones Paidós, 1983.
- AMPARO MORENO “*Pensar la historia a ras de piel*” Ediciones de la Tempestad. Barcelona, 1991.
- J.L. MORENO “*Teatro de la espontaneidad*” Vancu. Buenos Aires, 1977.
- H. NAREJA “*Desarrollo de la teoría de la libido en Freud*” Ed. Hormé. Buenos Aires, 1975.
- J.D.NASIO “*La Mirada en Psicoanálisis*” Gedisa. Barcelona, 1992.
- F.NAVARRO “*Un autre regard sur le pathologie: la somatopsychodynamique*” Ed. EPI. París, 1984.
- M.PAGES “*La vida afectiva de los grupos*” Editorial Hogar del libro. Barcelona, 1988.
- J.L.PANIAGUA “*El hombre energía estructurada*” Editorial Eyras. Madrid, 1985.
- J.PICO. Recopilación. “*Modernidad y Posmodernidad*” Alianza Editorial. Madrid, 1988.
- W.REICH
- “*El análisis del carácter*” Ediciones Paidós, 1975
  - “*La función del Orgasmo*” Ediciones Paidós, 1977
- JEAN PAUL SARTRE “*Bosquejo de una teoría de las emociones*” Alianza Editorial. Madrid, 1983.
- RENE SPITZ “*El primer año del niño*” Ediciones Aguilar. Madrid, 1981.
- LIVIO VINARDI “*Bio-Psico-energética: el ser humano como medida*” Editorial Barath. Madrid, 1987.
- D.WW.WINICOTT “*La nature humaine*” Ediciones Gallimard. París, 1988.