

PSICOTERAPIA SOMÁTICA, SUS RAÍCES Y TRADICIONES(*) UNA PERSPECTIVA PERSONAL.



David Boadella (**)

*Dedicado a la memoria y visión
de Jacob Stattman*

“Los movimientos de la expresión en el rostro y en el cuerpo son muy importantes para nuestro bien-estar. Son la primera forma de comunicación entre madre e hijo: la madre sonrío aprobando o frunce el ceño desaprobando, y así incentiva al hijo a hacer lo que está bien... los movimientos de la expresión dan vivacidad y energía a las palabras que decimos: pueden revelar, y a menudo lo hacen, los pensamientos de una forma más verdadera que las palabras, que pueden ser adulteradas. La expresión libre de una emoción a través de señales externas la intensifican. Se puede generar pasión poniendo a las personas en actitudes convenientes. Por otro lado, la represión de todas las señales externas suaviza la emoción”

Charles Darwin, 1872

“El ego deriva esencialmente de las sensaciones corporales, sobre todo de las que brotan de la superficie del cuerpo. Por eso, puede entenderse el ego como una proyección mental de la superficie del cuerpo”

Sigmund Freud, 1923

“Si pudiéramos reconciliarnos con la verdad misteriosa de que el espíritu está en el cuerpo vivo, visto de dentro y que el cuerpo es la manifestación externa del espíritu vivo, siendo ambos un único, entonces podremos entender porqué el intento de trascender el actual nivel de consciencia debe pagar su tributo al cuerpo. Veremos también que la creencia en el cuerpo no tolera una perspectiva que lo niegue.”

Carl Jung, 1928

“La neurosis no es sólo la expresión de un disturbio del equilibrio psíquico, sino que de una forma más auténtica y profunda, también es la expresión de un disturbio crónico del equilibrio vegetativo y de la motilidad natural.”

Wilhelm Reich, 1937

INTRODUCCIÓN

Jacob Stattman tenía un sueño: la convergencia de muchas tradiciones diferentes en una Psicoterapia Corporal europea. En la estructuración de la I conferencia Europea de Psicoterapeutas Orientados para el Cuerpo en septiembre de 1987, en Davos, Suiza, reunió miembros de muchas escuelas diferentes de Psicoterapia Somática con la finalidad de encontrar una unidad en su diversidad y también de fortalecer la diferencia entre los estilos de terapia de forma que fuese compatible con su deseo de integrarlos en un movimiento más amplio.

En 1989, en Berlín, me encontré de nuevo con Myron Sharaf, el biógrafo de Reich, que es mi amigo y compañero hace más de treinta años. Él sugiere que las diferentes escuelas de terapia pos-reichianas son como habitaciones en una mansión: hay pisos y secciones diferentes, unos cuartos están al final del pasillo, otros cerca del piso bajo o en el sótano, pero todos tienen algo único e importante. Me incitó a intentar escribir mi visión de la casa, su arquitectura, y tal vez algo sobre su estructura fundamental.

Al escribir este artículo intenté no sólo encontrar el sentido de mi propio cuarto en relación a los otros, los que están debajo de la escalera, o en el piso de arriba o en el de abajo, sino también elaborar una perspectiva de cómo se relacionan las tradiciones reichianas con otros abordajes del cuerpo en la psicología profunda.

El Dr. Richard Meyer describió en una serie de artículos los grandes dominios que engloba el término “terapia”: *Psicoterapias* cuya metodología principal se realiza a través del lenguaje, *Somatoterapias* cuya modalidad principal se realiza a través del cuerpo, y *Socioterapias*, cuyos principales medios de acceso son interacciones grupales.

La categoría “somatoterapia” de Meyer incluye un amplio grupo de sistemas terapéuticos buenos, como la eutonía, el trabajo de Feldenkrais, el trabajo de Alexander, muchos otros aún no trabajando psicoterapéuticamente, y psicoterapias somáticas como las que se incluyen en este artículo. Lo que deseo es describir las tradiciones que surgieron de la sobreposición entre las terapias somáticas y las psicoterapias. Algunas utilizaron métodos grupales y otras no.

El campo de sobreposición, *psicoterapia somática*, significa que estamos tratando con el cuerpo sin excluir la mente, y con la mente sin excluir el cuerpo. Ken Dychtwald utiliza el término *bodymind*¹ para indicar la inseparabilidad de estos dos aspectos de la persona.

Decidí no intentar describir los principios de ninguna escuela, sino compartir mi comprensión de cómo las escuelas terapéuticas reflejan tendencias culturales más profundas dentro de las corrientes analíticas próximas de Freud. En un artículo anterior, tracé con detalle la evolución del trabajo de Reich a partir del de Freud: una exposición más breve del tema se encuentra en mi libro *Wilhelm Reich: La evolución de su Trabajo*. Se generaron líneas de descendencia de este trabajo que se mezclaron con otras tradiciones históricas de origen psicoanalítico.

Este artículo tiene como propósito hacer una descripción de las mismas. Entre 1981 y 1986 viajé por muchos lugares y trabajé como profesor en los programas de formación de la mayoría de las tradiciones terapéuticas pos-reichianas. Fui encontrando compañeros que tanto compartían conmigo un único punto de vista, como a veces entrábamos en áreas ásperas de discordia, incluso de conflicto. Pero en cada escuela encontré también inspiración, nuevos *insights* y nuevas maneras de ver creativamente viejos problemas.

A las personas que formo, enseño que para cada principio terapéutico sobre el que puedan pensar, partiendo de cualquier escuela terapéutica, hay otro opuesto. Veán algunos ejemplos sencillos:

Tumbese..... Póngase de pie
Suelte sus sentimientos..... Conténgalos
Expire..... Inspire
Abra los ojos..... Cierre los ojos
Sostenga..... Suelte.

El arte de la terapia, bajo mi punto de vista, consiste en mantener en mente los dos principios opuestos, comprendiendo la metodología que está por detrás de ambos y dando mucha atención a la experiencia presente de la persona que tiene delante, de forma que la singularidad de una historia personal de vida y la expresión de vida puedan ayudar a encontrar el lado cierto de la dialéctica de la respuesta (Zurich, 1 de Enero de 1990).

LIBIDO Y ESTRUCTURA DEL CARÁCTER

De Karl Abraham a las relaciones objetales y la tradición de Gestalt: Karl Abraham fue uno de los primeros, en el círculo de Freud, que hizo la transición del entendimiento de las tendencias libidinales (oralidad, analidad, etc.) al concepto de carácter neurótico. Wilhelm Reich destacó en su libro *Análisis de Carácter* (1933) la influencia de Abraham en la elaboración de su teoría del análisis de carácter. Abraham era el terapeuta de Melanie Klein, que introdujo la comprensión del carácter en el abordaje inglés de las relaciones objetales donde los patrones de relación primaria se entendían como la clave para la comprensión de la personalidad. Esta tradición pasó a Ronald Fairbairn, y de él a Harry Guntrip.

David Smith escribió una serie de artículos importantes que conectan el trabajo de los teóricos de las relaciones objetales a los principios somáticos. Había una segunda corriente de terapeutas de las relaciones objetales que abordaremos seguidamente.

El análisis caracterológico de Reich fue continuado por Tage Philipson de Dinamarca, quien lo relacionó con las ideas del trabajo posterior de Reich en la vegetoterapia. Se puede decir que el entendimiento carácter-analítico está en la base de muchas de las tradiciones citadas en este artículo. Myron Sharaf, profesor asistente de psicología en Boston, enriqueció la comprensión carácter-analítica obtenida a partir de su estrecha relación y terapia personal con Reich, y de los principios de una amplia variedad de tradiciones reichianas y pos-reichianas, especialmente la ergonómica y la bioenergética. Pero al contrario que muchas escuelas pos-reichianas, Sharaf siempre enfatizó la importancia de no excluir el lenguaje al buscar técnicas de alta carga energética, y subrayó la necesidad de lo que llamó “articulación del conocimiento psicológico”. También aportó al entendimiento del carácter una base más amplia que la de la psicología clínica, introduciendo ejemplos de la literatura mundial y de las ciencias humanas, con el propósito de sensibilizar a las personas para la dinámica subyacente al comportamiento personal.

El trabajo de Reich en el análisis caracterológico fue simplificado enormemente y popularizado por Fritz Perls, que oponiéndose a la escuela de las relaciones objetales, que trabajaba principalmente con material histórico, realzó más directamente el comportamiento presente y la expresión corporal. En 1951 el libro sobre la *Terapia Gestalt de Perls, Goodman y Hefferline* marcó el nacimiento oficial del movimiento gestáltico. Goodman y Hefferline eran psicólogos teóricos y Fritz Perls psicoanalista. Este realizó terapia carácter-analítica durante algún tiempo con Wilhelm Reich pero la interrumpió antes de acabar el proceso. La terapia Gestalt debe al análisis caracterológico la comprensión de la expresión no-verbal del lenguaje corporal, la capacidad de leer la intención a partir de la postura, y el estilo provocativo de confrontación que algunos terapeutas gestálticos adoptaron, amoldándose a Perls.

Barry Goodfield fue pionero en la utilización del video para objetivar la presentación de los trazos de carácter a un cliente. Goodfield también usó la termografía para demostrar científicamente los cambios energéticos en el metabolismo que acompañan tanto la expresión emocional como el entendimiento interior. Pero el método de Perls debía mucho no sólo a Reich, sino también a Jacob Moreno, que en 1933 (según Ilse Orth) fue el primero que usó el término “trabajo corporal” y de quien Perls adoptó muchos aspectos psicodramáticos para la terapia Gestalt.

Aunque la terapia Gestalt utiliza a veces los métodos carácter-analíticos de Reich de forma excesivamente simplificada, muchos terapeutas gestálticos la ignoran en gran parte, pues trabajan con el cuerpo la comprensión detallada del equilibrio sutil del sistema nervioso autónomo, fundamental en la vegetoterapia de Reich.

La tradición gestáltica fue muy enriquecida y revitalizada por terapeutas que tenían una buena comprensión de los principios gestálticos y además aportaron un conocimiento profundo sobre el comportamiento somático que adquirieron del trabajo con pacientes.

Wolf Bütig, director del Centro ZIST, cerca de Munich, aunó algunos principios de la Gestalt a una profunda comprensión del cuerpo. Su abordaje tiene gran influencia de la bioenergética, de los métodos del proceso somático de Stanley Keleman, de las ideas orgánicas de Malcolm Brown y de las meditaciones somáticas de Karlfried Graf Dürckheim. Bütig trabajó profundamente con patrones psicosomáticos, incluido el cáncer, con el propósito de desarrollar un sentido de corporificación, esencialización² y auto-responsabilidad.

Eugene Gendlin, un terapeuta de la tradición de Carl Rogers, desarrolló un abordaje de fuerte consciencia corporal en una terapia a la que llamó Focusing, que es más introspectiva y menos confrontadora que la Gestalt. La Focusing se desarrolló paralelamente a otras psicoterapias somáticas reichianas como Hakomi, de Martin Siems, que la relaciona con el modelo de carácter desarrollado en la Bioenergética. En su instituto en Zurich, Ernst Juchli y Christiane Geiser combinan el trabajo verbal, Focusing y el trabajo corporal de Biosíntesis. Hablaré más tarde del trabajo de Hilarion Petzold e Ilse Orth.

LA RUPTURA DENTRO DE LO VEGETATIVO

Wilhelm Reich y el legado de Ola Raknes: Reich llevó a cabo el trabajo caracterológico-analítico en Viena y Berlín, pero al viajar a Escandinavia en 1933 inició un cambio decisivo conectado a la coraza muscular, la liberación de la respiración diafragmática y las corrientes vegetativas. Después de que Reich se fue a vivir a América, Ola Raknes y Nich Waal mantuvieron la tradición de la vegetoterapia desarrollada por él en Noruega. Nich Waal fundó su propio instituto para enseñar a otros terapeutas los principios de lo que había aprendido con Reich y se concentró principalmente en la terapia infantil y en la prevención de la neurosis. Ola Raknes, por otro lado, continuó como terapeuta de adultos y se dedicó a dar formación de vegetoterapia a otros terapeutas.

Es sorprendente como un único hombre puede dar inicio a escuelas tan diferentes de terapia corporal. Raknes, que murió en 1975, dejó nueve corrientes diferentes de influencia. En Noruega, un grupo de terapeutas se juntó a Rolf Grønseth y Asbjörn Faleide, alumnos de Raknes y co-autores de un libro, dando continuidad a la vegetoterapia en su país. Asbjörn Faleide, que es profesor asistente de psicología en la Universidad de Oslo, utiliza una forma de vegetoterapia con toque directo y escribió extensamente sobre la relación entre la coraza muscular y enfermedades psicosomáticas, especialmente la leucemia. Rolf Grønseth practica la “vegetoterapia existencial”, sin toque directo pero apelando al paciente a tener plena consciencia de lo que está pasando en su cuerpo y especialmente a estar atento a la energía para estimular la unificación de lo que antes era una cisión y así elevar el principio de auto-regulación de salud del cuerpo.

Björn Blumenthal fue el noruego más activo por haber ido más lejos de Noruega y por su disposición para aprender con otras tradiciones pos-reichianas, como la psicoterapia orgánica. Björn expandió su conocimiento de la vegetoterapia y estudió con Malcolm Brown, uno de los impulsores del I Congreso Europeo de Psicoterapia Corporal en 1987 en Davos, Suiza, y miembro fundador de la Asociación Europea.

Algunas personas formadas por los vegetoterapeutas noruegos hicieron un trabajo excelente con pacientes limítrofes y esquizofrénicos, utilizando el conocimiento del cuerpo para fortalecer el ego, al mismo tiempo que usaban la regresión creativa en el sentido de una re-parentización³ segura para superar las deficiencias de la infancia.

Otra corriente influenciada por Raknes surgió con Jules Grossman, terapeuta americano que formó personas en Milán y Roma. Al cumplir 80 años, Rakness pasó varios meses en Italia enseñando vegetoterapia a psicoterapeutas italianos. Uno de los principales estudiantes de este grupo fue Federico Navarro, que montó escuelas de formación. Ahora vive en París, enseña vegetoterapia en Francia, España e Italia. Navarro, publicó la exposición más completa de los siete segmentos de la coraza psíquica y somática, descritos inicialmente por Reich en 1949.

Una corriente posterior de trabajo vegetoterapéutico fue desarrollada por Luciano Rispoli y Barbara Andriello, en su centro en Nápoles. Llamaron a su trabajo “Psicoterapia Corporal Funcional”, y su modelo de persona establece conexiones con la investigación psicosomática de Franz Alexander, el abordaje de Maurice Balint y la escuela de relaciones objetales.

Helen Davies, directora del Centro de Psicoterapia de Minster, Inglaterra, trabajó estrechamente con David Boadella entre 1977 y 1985 y mantiene contacto regular con el Centro de Nápoles. Luciano Rispoli fue un activo colaborador en la organización de conferencias sobre psicoterapia corporal en Ciudad de México y Montreal.

En los años 50, Paul Ritter, amigo de Ola Rakness y de A.S. Neill, empezó a practicar la forma más antigua de vegetoterapia, utilizada en Inglaterra. Ritter escribió mucho sobre los conceptos de economía sexual en el crecimiento del niño y sobre los aspectos vegetoterapéuticos de un nacimiento sano. Otra tradición se estructuró en Inglaterra gracias a Peter Jones, alumno de Raknes, que ahora enseña vegetoterapia en el Wigan College. William West, alumno de Jones, formó en el norte de Inglaterra un equipo de terapeutas reichianos laicos, que empezaron a practicar lo que llamó “Terapia de la Corriente de Energía”.

Raknes influyó la Psicología Biodinámica de Gerda Boyesen, la Psicoterapia Organísmica de Malcolm Brown y la Biosíntesis de David Boadella. Era amigo de Stanley Keleman y fue venerado por los orgonomistas americanos como Decano de Orgonomía. No pertenecía a partidos, luchaba vigorosamente por una buena causa, como la reputación de su trabajo en un país que alimentaba sospechas contra él, nunca fue subversivo ni se identificó con las muchas tradiciones reichianas a costa de los otros. Cuando murió en 1975 publiqué un tributo en honor a este gran profesor que tuve.

EN EL MOMENTO DE LA QUIETUD, AHÍ ESTÁ LA DANZA

Elsa Gindler y la Tradición de la Terapia del Movimiento: En el periodo en que se desarrolló la vegetoterapia, la compañera de Reich era Elsa Lindenberg, bailarina alemana, especializada en movimiento. Es fascinante especular sobre la influencia que Elsa pudo tener en Reich y en su interés específico por el cuerpo en aquel preciso momento de su vida.

Elsa Lindenberg era alumna de Elsa Gindler, profesora alemana de movimiento, quien no dejó nada escrito sobre su trabajo, pero influyó un gran círculo de terapeutas. Según Eva Reich, Wilhelm Reich hizo algunas sesiones con Elsa Gindler. En el Congreso de Psicoterapia de 1931 en Dresden, los alumnos de Gindler expusieron la importancia del movimiento en la psicoterapia. A partir de estas raíces Helmuth Stolze desarrolló en 1958 la Terapia Concentrativa del Movimiento. Otro abordaje que nació directamente de las enseñanzas de la sensibilidad para el movimiento de Elsa Gindler fue la Consciencia Sensorial de Charlotte Selver.

El trabajo de Gindler, Selver y Elsa Lindenberg demuestra gran sutileza, donde la atención a los detalles de expresión e intención del movimiento son centrales. La influencia de Gindler también se extendió a Laura Perls, que era alumna suya y que a su vez influyó enormemente en el trabajo de Hilarion Petzold. Elsa Lindenberg también fue muy influenciada por Rudolf Laban con quien entrenó en Berlín. Laban no era terapeuta, pero inició un abordaje al movimiento extremadamente estructurado. Estuvo presente en el Congreso de Psicoterapia de Dresden. Posteriormente, en Holanda, un grupo que estudió Educación a través del Movimiento con él y con Nic Waal, empezó a usar en el tratamiento de pacientes profundamente perturbados y psiquiátricos los principios de peso, tiempo, espacio y flujo elaborados por Laban, articulándolos con un entendimiento psicodinámico. Penny Berstein mostró en un contexto psicoanalítico las ideas de Laban asociadas a las de la psicóloga americana y especialista en movimiento Judith Kestenberg.

Más adelante volveremos a hablar del trabajo de Laban aplicado a la psicoterapia somática y al carácter en *Maps of character* de David Boadella y David Smith. Las ideas de Laban tuvieron mucha influencia en el desarrollo de la danza. Uno de los mejores bailarines del mundo, el japonés Kazuo Ohno, debe la creación de la danza moderna Buto a Rudolf Laban y Mary Wigman. El Buto está íntimamente relacionado a la expresión externa de la esencia interior. La danza de Ohno no es terapia, pero una de sus alumnas Silvia Specht Boadella, desarrolló una forma de terapia Buto donde incluye también *insights* adquiridos a través de su trabajo en Biosíntesis. La terapia Buto ayuda al alumno a entrar en contacto con la cualidad del sentimiento interior y a comunicarlo por medio de la expresión motora en un contexto psicodinámico.

Bonnie Bainbridge Cohen desarrolló, independientemente, la Organ Dance, una forma de danza en que el sistema motor se relaciona energéticamente con el sentimiento orgánico interior. Este trabajo está enraizado en una comprensión sensible de los movimientos evolutivos de la primera infancia. Su concepto de patrones de movimiento primarios es semejante al concepto de “campos motores”, central en la comprensión terapéutica de la Biosíntesis.

Hay muchos ejemplos de principios de danza aplicados a la psicoterapia. Trudi Schoop, amiga de Elsa Lindenberg, utilizó un abordaje al movimiento para ayudar a niños deficientes en Suiza. La Eutonía de Gerda Alexander, en que los ritmos del movimiento eran delicadamente afinados con la respiración, influyó a

Stanley Keleman, y una de sus compañeras de trabajo, Tamara Greenber escribió un libro describiendo su propio uso del movimiento terapéutico.

La tradición psicoterapéutica que más se desarrolló teniendo como base la danza es la de Alberto Pessó y su mujer Diana. La terapia psicomotora de Al Pessó, fundamentada en el teatro y la danza, tiene un fuerte énfasis catártico, modificado sin embargo por el establecimiento de límites claros, contratos firmes y el principio de voluntariedad. El trabajo de Pessó está fuera de las tradiciones reichianas pero tuvo gran influencia en Malcolm Brown y Lisbeth Marcher.

ENTRE PSIQUE Y SOMA

De George Groddeck a la Medicina Orgónica: George Groddeck era miembro del primer círculo psicoanalítico de Freud y amigo personal de él, a quien el 27 de Mayo de 1917 escribió:

“El Ello puede expresarse en la neumonía o en el cáncer de la misma forma que se expresa en la neurosis obsesiva o en la histeria. De la misma forma que la actividad sintomática del Ello en la histeria o en la neurosis exige un tratamiento psicoanalítico, los problemas cardíacos o de cáncer también lo exigen. No hay diferencias esenciales que nos lleven a aplicar psicoanálisis en un caso y no en el otro. Es decir, desde el principio me niego a aceptar la separación entre enfermedad física y enfermedad psíquica”.

Groddeck veía la enfermedad como una forma de comunicación y fue uno de los pioneros de la medicina psicosomática. Tuvo influencia directa en Wilhelm Reich, por medio de su compañero húngaro, Sándor Ferenczi. Franz Alexander, paciente de Ferenczi, avanzó con el deseo de Freud de que un día el psicoanálisis tuviera una base orgánica. Alexander sugirió que los patrones de enfermedad reflejan el carácter subyacente del paciente. La diferencia es, que él tendía a considerar la parte psíquica, “psicologizando” el cuerpo e ignorando la importancia central de la sexualidad en la etiología de la neurosis, que fue la piedra basal del abordaje psicosomático de Reich.

Siguiendo los pasos de Alexander, Flanders Dunbar escribió en los años 40 un libro didáctico sobre medicina psicosomática, en que describía personalidades coronarias, artríticas, ulcerosas y otras que constituían “biotipos” específicos. Dunbar era la mujer de Theodore Wolfe, que estudió medicina en Suiza y fue quien convenció a Wilhelm Reich a salir de Oslo e huir a los Estados Unidos en la deflagración de la Segunda Guerra Mundial.

En América, Reich se concentró cada vez más en formar a médicos y clínicos e interrumpió su práctica anterior que era enseñar a terapeutas no-médicos. Después de su muerte se instauró una lucha por el poder entre dos corrientes de médicos reichianos. Una, liderada por Chester Raphael, Philip Gold y Charles Oller, se asoció al *Trust Fund* de Wilhelm Reich. Raphael daba cursos de medicina orgónica, organizados por esta fundación y mostraba especial interés en la prevención y cura del cáncer. La Fundación Trust re-editó los libros de Reich y lanzó la revista *Orgonomic Functionalism*. La segunda corriente formó el American College of Orgonomy, Colegio Americano de Orgonomía, que publica el *Journal of Orgonomy*. Su primer presidente fue Elsworth Baker, un clínico formado por Reich y autor del libro *Man in the trap*. Este grupo de médicos orgonómicos dirigió su energía a la preservación y continuidad de lo que aprendieron con Reich. Situados en New Jersey y Nueva York realizan un trabajo muy profesional y organizan conferencias en Europa.

Un pequeño número de médicos formados por orgonomistas o por el Dr. Walter Hoppe, el único médico orgonomista europeo, practican esta medicina en Europa. Manfred y Dorothea Fuckert la practican en Alemania, Heiko Lassek dirige un laboratorio de investigación en Berlín, y Giuseppe Cammarella practica medicina orgonómica en Roma. Rafi Rosen, israelita, aprendió con Walter Hoppe y da continuidad a esta tradición en su país. El *Journal of Orgonomy* publicó una serie de artículos de Rober Dew con el título *The Biopathic Diathesis*. En mi opinión estos artículos son de hecho los mejores textos didácticos sobre medicina psicosomática publicados hasta ese momento.

Desde la muerte de Elsworth Baker y de la prestigiada Barbara Goldenberg, el Colegio de Orgonomía da señales de querer hacer un mayor intercambio de conocimiento con las tradiciones pos-reichianas, siendo cada vez mayor, la posibilidad de que esto se concrete.

Eva Reich, hija de Reich y médica, viajó por el mundo entero durante muchos años enseñando los principios de la prevención de la neurosis, los primeros socorros orgonómicos y demostrando principios de terapia derivados de una amplia gama de competencias.

Alan Cott, uno de los médicos orgonomistas formados por Reich, transmitió su conocimiento a Phil Curcuruto, que introdujo algunos de los principios de la osteopatía craneana en su trabajo. A través de la formación de alumnos no-médicos, como Kelley, Rosenberg e Ali, Curcuruto contribuyó a la expansión de la corriente orgonómica más allá de la medicina. En California, Peter Levine, alumno de Curcuruto, fue pionero al aplicar un modelo refinado del sistema nervioso autónomo basado en la teoría de la catástrofe, que pretende entender los estados de estrés y trabaja con micro-movimientos para estimular la sintonía fina del sistema neuromuscular.

Oscar Tropp, otro médico orgonomista, y William Thorburn influenciaron mucho la terapia de Charles Kelley. Simeon Tropp, hermano de Oscar, tuvo influencia en la psicoterapia organísmica de Malcolm Brown. Al Baumann, alumno de Simeon Tropp y también profesor de piano de Reich, introdujo en su terapia elementos de voz dada su formación musical. Baumann trabajó muy de cerca con Michael Smith, quien llamó a su trabajo Sean, término de la tradición indígena americana a la que estaba conectado. Michael Smith impartió formación continua en Hamburgo, en Berlín donde muchos de sus alumnos apoyan el Centro Ströme, y en Viena donde el Dr. Peter Bolen da continuidad a su trabajo. Michel Smith falleció repentinamente en septiembre de 1989.

TERAPIA CATÁRTICA Y EL BIOSISTEMA

De Joseph Breuer a la Terapia del Grito Primal y al Radix: Anna O., paciente de Joseph Breuer, descubrió el método catártico al que llamó “limpieza de la chimenea”. Breuer presentó este principio a Freud y los dos fundadores del psicoanálisis utilizaron este método durante algunos años, antes de que Freud se concentrara en el análisis de las defensas del ego. Aunque para Moreno, Pessó o Reich, la catarsis emocional fue un elemento para la comprensión terapéutica global de la persona, otros terapeutas la utilizaron como principal herramienta convirtiéndola en objetivo y primera finalidad de la terapia. El desarrollo de la Terapia del Grito Primal de Artur Janov a finales de los años 60 ayudó a muchas personas a abandonar sus mecanismos de defensa contra antiguos sufrimientos de infancia, proporcionándoles una ab-reacción de los sentimientos dolorosos. Janov empezó afirmando que practicar esta técnica durante 3 meses era suficiente para curar la neurosis de toda una vida, pero más tarde modificó su declaración. Muchas personas practicaron solas el Grito Primal, lo que siendo tan peligroso llevó a algunas de ellas a sucumbir a la locura o al suicidio. Daniel Casriel desarrolló posteriormente otra forma de Terapia del Grito Primal.

Richard Meyer hizo una descripción completa de los principios de los dos tipos de Terapia del Grito Primal y en su libro, *Le corps analytique*, defendió enfáticamente la utilización de métodos catárticos (y el abordaje de hiperventilación de Leonard Orr). Meyer llama a su trabajo “Somatoanálisis” y se esforzó para integrar estas formas de terapia catártica en un cuadro de referencias psiquiátrico y psicoterapéutico. Organizó tres Congresos Internacionales de Somatoterapia en París, Montevideo y Estrasburgo. Aunque el abordaje cabal de Janov fue objeto de muchas críticas, las investigaciones que hizo junto con Michael Holden son impresionantes. El trabajo de Paul Yakovlev, que relatan Janov y Holden, define tres formas de expresión: la mesocinésica (expresión del movimiento), la endocinésica (expresión emocional) y la telecinésica (orientación sensorial). El trabajo de Yakovlev es una de las raíces del abordaje embriológico desarrollado en Biosíntesis.

Bill Swartley desarrolló otra forma diferente de trabajar con el grito primal a la que llamó Integración del Grito Primal, reafirmando así la tradición de Breuer. Swartley influenció a Frank Lake, que en los años 70 empezó a hacer en Inglaterra un trabajo catártico muy profundo sobre las formas de nacimiento. El método de integración de Lake era usar mucho el lenguaje verbal en la regresión profunda y construir un contexto de extremo cuidado, antes, durante y después del trabajo.

Charles Kelley, fundador de la Terapia Radix, publicó críticas excelentes sobre los fallos de la Terapia del Grito Primal de Janov. Estas dos terapias catárticas tienen entre sí semejanzas y diferencias importantes. Una de las principales diferencias es que Janov estimulaba a sus pacientes a tener una ab-reacción con los ojos cerrados para poder así acceder a los sentimientos reprimidos, mientras que Kelley insistía en

que mantuvieran los ojos abiertos para preservar el contacto con el aquí y ahora y permitir que los ojos se beneficiaran de la expresión de carga emocional. Kelley estudiaba el método de Bates para el desarrollo natural de la visión. La combinación de ejercicios para los ojos y expresión emocional dio origen a la terapia “Visionetics”, desarrollada posteriormente por Lisette Scholl.

El trabajo de Radix, una evolución norte-americana del abordaje catártico de Reich, no dio importancia al lenguaje en la sesión terapéutica y tendió a desconsiderar el significado de la transferencia. Kelley reconoció más tarde la importancia del trabajo cognitivo en lo que él llamó “Educación para la Determinación” como complemento del trabajo de liberación catártica al que llamó “Educación para el Sentimiento”⁴

Algunos profesores de Radix ampliaron su comprensión terapéutica perfeccionando nuevos conceptos para tratar las “estructuras suaves” (personas underbounded). En particular Joel y Anne Isaacs de California iniciaron un trabajo llamado core contact y core flow. En Francia, Will y Lilian Daves enfatizaron la contención y el trabajo “en cadencia”⁵, para contrabalancear el énfasis en la descarga de la Terapia Radix. David Cornsweet intentó combinar los principios de Radix y de la Biodinámica con la “biocomunicación”.

La Integración Postural de Jack Painter articula su experiencia en Rolfing con los conceptos reichianos para liberar emociones de la coraza nuclear y producir un masaje en los tejidos profundos facilitando la catarsis emocional, que Rolfing no defendía. Este trabajo sólo puede considerarse una psicoterapia cuando sea utilizado por un terapeuta en un contexto psicodinámico y con la comprensión de la estructura de carácter y transferencia.

Al trabajar con liberación de emociones, es importante obtener un buen equilibrio entre emociones simpáticas, como la rabia y el miedo y emociones parasimpáticas, como la tristeza y la alegría. Jerome Liss, médico y autor del libro *Free to feel*, relata parte de la historia del abordaje catártico, pero su Terapia Biosistémica se fundamenta en la comprensión completa de la psicofisiología del sistema nervioso autónomo basado en el trabajo de Gellhorn y Laborit. Liss cambió su vínculo anterior con el abordaje catártico y se abrió a otras tradiciones reichianas como la Biodinámica, la Organísmica o la Biosíntesis. También escribió mucho sobre cómo mejorar la comunicación y la metacomunicación, dando especial atención al lenguaje, tanto en la descripción de la experiencia como en la formación de conceptos.

TEORÍA DEL CAMPO GENÉTICO Y EL SEGUNDO NACIMIENTO

De Sándor Ferenczi y René Spitz a la Psicología Somática del Ego: Sándor Ferenczi, amigo de Georg Groddeck y uno de los discípulos de Freud más conocidos, fue pionero en los métodos de la consciencia corporal. En el II Congreso Europeo de Psicoterapia Corporal en Seefeld, Austria, en septiembre de 1989, Ilse Orth dio una conferencia describiendo la influencia de Ferenczi de la siguiente forma:

Ferenczi fue pionero en el trabajo corporal, incluso antes de que su colega más cercano, Wilhelm Reich, entrase en este campo. La conceptualización de Ferenczi era no obstante bastante diferente de la de Reich, que pretendía “superar la coraza del carácter” para quitar los bloqueos del cuerpo y permitir el flujo libre de energía. Ferenczi estaba utilizando la interacción corporal como reproducción de un clima de socialización precoz, para conseguir una “experiencia emocional correctiva”, como definió su discípulo Franz Alexander:

El tocó a sus pacientes porque el mismo estaba impresionado (“tocado”) con su dolor, miseria, historias de vida llenas de malos tratos o ausencia de amor y consuelo... Con este abordaje inauguró el concepto de *parenting*, que más tarde su nieto analítico Donald W. Winnicott formuló con el famoso postulado: “un terapeuta tiene que ser para sus pacientes una madre suficientemente buena”. Estos conceptos no pretendían manipular el flujo energético como lo hacen las tendencias reichianas, sino que se centraban en la “atmósfera” y en los “micro-climas emocionales” propios de las interacciones padres-hijos. Miembros de la escuela Húngara, como René Spitz, Margaret Schönberger (Margaret Mahler) y Donald W. Winnicott dieron continuidad a estos conceptos.

René Spitz era alumno de Sándor Ferenczi y paciente de Freud. Fue uno de los primeros psicólogos del Yo que empezó a estudiar como éste se desarrolla en la primera infancia. Spitz elaboró su teoría del desarrollo del niño a semejanza de la del campo genético, en que se daban funciones organizadoras específicas de la

psique en fases clave del desarrollo y por analogía al desarrollo embriológico. El trabajo de Spitz sobre la respuesta a la sonrisa y el aprendizaje a expresar el “no” tuvo mucha influencia en la humanización de las rutinas de hospitales en el sentido de minimizar los peligros emocionales de la separación entre el niño y la madre. El trabajo de Spitz tuvo gran influencia en el psicólogo inglés John Bowlby, cuyo enorme trabajo sobre el vínculo, la separación y pérdida, compilado en tres volúmenes, se fundamenta en las evidencias etológicas y en los patrones de comunicación no-verbal de la vida animal para así sustentar su comprensión psicodinámica de los patrones de vínculo entre madre e hijo. Varios psicólogos del Yo intentaron refinar la comprensión de estos patrones de vinculación, pero pocos refirieron los estudios de Bowlby sobre los patrones no-verbales de comunicación, es decir, somáticos. Niko Tinbergen, colega de Konrad Lorenz, aplicó de forma brillante el abordaje etológico en su terapia para niños autistas, donde no era posible la comunicación verbal.

Margaret Mahler, alumna de Ferenczi y analista de D. W. Winnicott, cambió el foco de las deducciones psicológicas sobre el vínculo infantil basadas en el análisis de pacientes neuróticos y la evaluación de los patrones relacionales en la infancia para la observación de las interacciones normales entre madre e hijo. Su exposición del nacimiento psicológico del niño, pasando por 6 etapas de separación e individuación, relata la historia de la formación del ego del niño en los tres primeros años de vida, en que dos tercios del tiempo no se relaciona con lenguaje verbal. A partir del trabajo de Mahler y del de su alumna Louise Kaplan, podemos ver que en primer lugar y antes de todo, el ego es corporal, una organización senso-motora muy rica, que debemos aprender a respetar, a oír y con la que debemos comunicarnos como la madre lo hace con el niño, a través del toque, del gesto y de la señalización expresiva.

Para un terapeuta corporal con experiencia, este trabajo es una fuente valiosa de materiales que enriquecen las sutilezas y resonancias del toque terapéutico y de la comunicación no-verbal. Stephen Johnson elaboró un excelente resumen de la teoría de Mahler relacionada con la caracterología bioenergética. Johnson aprendió con Ed Muller, terapeuta bioenergético muy interesado en la psicología del Yo.

Vladimir Iljine, alumno de Ferenczi, también de la escuela húngara era el analista de Hilarion Petzold, que dirige en Düsseldorf la Academia Europea de Salud Psicosocial (anteriormente Instituto Fritz Perls) y fue profesor en la Clínica de Terapia del Movimiento en la Universidad Libre de Ámsterdam. Petzold, que también estudió con Ola Raknes, integró los abordajes fenomenológicos de Gabriel Marcel y Marcel Merleau-Ponty con el abordaje del movimiento de Lily Ehrenfried, alumna de Elsa Gindler, y con otras muchas influencias, desde Perls al psicodrama de Moreno.

El trabajo de Ilse Orth en el Instituto de Petzold está centrado sobre el cuerpo como fuente de creatividad, usando recursos de multimedia para despertar cada sentido del cuerpo, de la regresión a la expresión, y combinando de forma integrada una amplia gama de recursos y capacidades creativas. El trabajo de Petzold y Orth tiene una base fenomenológica al margen de las principales tradiciones reichianas, como el de Yvonne Maurer, que dirigió el Instituto de Psicoterapia Orientada para el Cuerpo en Zurich. Yvonne fue pionera al utilizar la consciencia corporal y el movimiento integrativo con pacientes limítrofes y psicóticos. Trabajó con Petzold pero reconoce la gran influencia que Stanley Keleman tiene en su trabajo.

André Lapierre y Bernard Aucoutourier de Francia desarrollaron un trabajo terapéutico basado en el estudio de la psicomotricidad y siguiendo muy de cerca las fases del desarrollo del movimiento en el niño en la fase de madurez sensorio-motora. Lapierre debe parte de su trabajo a René Spitz y sus estudios de depresión analítica, en la que el niño responde a la sensación de pérdida en la relación con depresión y disturbios profundos del tono muscular. Lapierre también debe mucho a la bioenergética del niño de Piaget, quien realizó un trabajo notable aunque al margen de las principales tradiciones reichianas.

En la tradición reichiana hubo un número considerable de métodos con una dirección semejante. Jack Lee Rosenber, terapeuta de la tradición de Curcuruto, desarrolló junto con Marjorie Rand una terapia llamada Psicoterapia Corporal Integrativa, que procura dar atención a la importancia del trabajo de Mahler en la comprensión de los aspectos más profundos de la formación del carácter. George Downing, terapeuta bioenergético con influencia del proceso somático de Stanley Keleman, creó métodos para trabajar profundamente con la transferencia utilizando principios de la psicología del ego en un contexto somático. Robert Lewis, terapeuta bioenergético especializado en la comprensión del tipo de toque corporal, principalmente en la cabeza, indicado para disturbios muy precoces, escribió brillantemente sobre la relación

entre los resultados del desarrollo al principio de la infancia y los principios somáticos. En California, Abdul Hameed Ali (pseudónimo A. Almaas) creó un abordaje psicoespiritual profundo, articulando las ideas reichianas clásicas, la psicología del ego de Margaret Mahler y las teorías de las relaciones objetales, con una comprensión profunda del desarrollo espiritual esencial de la tradición sufi.

Por último, en Canadá, James Healey elaboró una terapia orientada para el cuerpo, que inspiró a John Pierrakos para desarrollar el método de core-energetic. Healey se especializó en los problemas de pacientes limítrofes y tuvo mucha influencia de Otto Kernberg. Su compañera, Anna Binswanger, alumna de Bonnie Bainbridge Cohen y Judith Kestenberg desarrolló una terapia para adultos enraizada en la comprensión de la motilidad del desarrollo del niño. En Inglaterra, Mike Noak junto con Angelika Golz tuvieron gran influencia de Healey y también de la Biodinámica, desarrollando en su Centro en Totnes la “Resonancia” y especializándose en el trabajo biodinámico con la voz.

EL MÉTODO ACTIVO Y EL CICLO RÍTMICO DEL CAMBIO

De la Bioanálisis a la Bioenergética y más allá: Sándor Ferenczi no se limitó a inspirar la tradición descrita anteriormente, sino que desarrolló el “método activo”. Estudió el tono muscular y la postura antes de Wilhem Reich, quien habla de Ferenczi en la primera página del libro *Análisis de carácter* publicado en 1933, un año antes de la muerte de Ferenczi. El “método activo” surgió a partir de 1920 y en el libro *Thalassa* publicado en 1924, Ferenczi propone un “bioanálisis”, primer movimiento para el entendimiento psicósomático de la neurosis. Su alumno Alexander tomó el desafío, pero abandonó la idea de la esencia sexual de la neurosis, que Reich estaba investigando en su teoría del orgasmo el mismo año que se publicó *Thalassa*. Ferenczi apoyó la teoría del orgasmo de Reich y escribió: “estoy completamente de acuerdo con la opinión de Wilhelm Reich según la cual todos los casos de neurosis vienen acompañados de disturbios de la genitalidad”. Ferenczi tuvo una influencia enorme, no sólo en Wilhelm Reich, sino en su alumno Alexander Lowen, quien lo cita en la introducción de su primer libro *The language of the body*.

Lowen es más activo que Reich al trabajar con los pacientes en posición vertical y estimular ejercicios expresivos. Gracias a Lowen, la importancia de enraizar a un paciente en la realidad de su cuerpo y de su vida se convirtió en un valor terapéutico central. Los terapeutas formados en Bioenergética clásica que tuvieron influencia de otras tradiciones reichianas y enfatizan el lenguaje orgánico interior del sistema vegetativo y el lenguaje muscular exterior del sistema óseo-muscular, mantuvieron contacto con la sutileza de la tradición vegetoterapéutica tal como era cuando Reich la desarrolló en Escandinavia.

Lowen estableció relaciones claras entre el “id” de los analistas y el sistema nervioso autónomo (vegetativo), entre el “Yo” freudiano (la “superficie de la superficie”) y los sistemas motor y sensorio-perceptivos del cuerpo. También relacionó el concepto reichiano de coraza muscular al superyo freudiano: la garra de la cultura en el cuerpo del cliente...La Bioenergética focaliza detalladamente la situación edipiana y los correspondientes problemas.

El sistema de análisis de bioenergética fue desarrollado por Lowen junto con sus compañeros William Walling y John Pierrakos. Walling falleció pocos años después, y Pierrakos y Lowen dirigieron juntos la corriente bionérgica durante 20 años hasta que aproximadamente en 1975 Pierrakos formó una corriente independiente a la que llamó Core-Energetics, donde daba mayor énfasis a las cualidades energéticas del aura y a la esencia espiritual del hombre. Junto con su mujer, Eva Broch Pierrakos, una medium que estaba canalizando una enseñanza llamada Pathwork, creó centros en Estados Unidos, Holanda, Alemania y Austria, para la práctica de este trabajo terapéutico y espiritual.

Joseph Cassius, terapeuta bioenergético, propuso en su libro *Body scripts* varias conexiones entre la caracterología bioenergética y el Análisis Transaccional de Eric Berne. Stephano Sabetti, americano ubicado en Munich, tuvo influencia tanto de Lowen como de Pierrakos y de conceptos orientales sobre el flujo de energía en la estructuración de su Terapia de la Energía de Vida. Sabetti combina su interés en la energía holística con un fuerte énfasis en las cualidades de la atención.

Un sistema terapéutico independiente que surgió de la bioenergética es la Terapia Hakomi desarrollada por Ron Kurz, quien recurrió a muchas metodologías en su trabajo. Hakomi es una palabra de la tribu indígena Hopi que significa: ¿Cómo te posicionas en este reino? (otra forma de preguntar: ¿quién eres tú?). Kurtz

dio gran énfasis al concepto del proceso en su trabajo, abarcando ideas de Jean Piaget sobre acomodación y asimilación, principios de trabajo con el lenguaje influenciados por la Programación Neurolingüística, y de Albert Pesso. La Terapia Hakomi introdujo el concepto de “ciclo de sensibilidad” que puede ser bloqueado por barreras en varios puntos del ciclo.

Ronald Robbins, terapeuta bioenergético, sugirió que cada patrón de carácter primario está relacionado con un conjunto de necesidades del desarrollo que forman un ciclo rítmico de cambio. Tanto el trabajo de Robbins como el de Hakomi aportaron una actitud reflexiva a la terapia para contrarrestar el énfasis en la actividad voluntaria propia de la bioenergética y del Core-Energetics.

RESPIRACIÓN INTEGRADA, PSICOPERISTALSIS Y LA EXPRESIÓN SIMBÓLICA

De Otto Fenichel a las Psicoterapias Escandinavas: Cuando Reich se fue a vivir a Noruega en 1935, era amigo de Otto Fenichel, autor de un libro muy conocido sobre técnica psicoanalítica. En ese círculo de amigos estaban también Trygve Braatøy, Ola Raknes, Nic Waal y la compañera de Reich, la alemana Elsa Lindenber, bailarina y especialista en movimiento.

En Noruega, Trygve Bratøy, psicoterapeuta del círculo de Reich en los años 30 y autor de un libro importante sobre el método psicoterapéutico, tuvo un alumno fisioterapeuta, Aadel Bulow-Hansen, que inició una tradición de trabajo con masaje directo en la musculatura tensa para aliviar los sentimientos y soltar los movimientos. Berit Bunkan es un prominente profesor en Noruega del sistema de Bulow-Hansen llamado Psico-motorik.

La principal mujer a quien Reich enseñó en Escandinavia fue la médica noruega Nic Waal. Mientras Bulow-Hansen se concentraba en la musculatura tensa, Waal desarrolló un test muscular aplicable a adultos y niños para detectar las tendencias hipo e hipertónicas. Una terapeuta crítica y atenta al trabajo de Bulow-Hansen y de Waal, fue la noruega Lillemor Johnsen, que se especializó en la detección sutil de respuestas de respiración hipotónicas, algo que hasta entonces no había sido considerado por otros terapeutas corporales. Johnsen desarrolló una forma de codificar áreas musculares en el cuerpo a través del color para identificar zonas de mayor o menor tono muscular. Después relacionó esas zonas a la deficiencia o stress en periodos específicos de la infancia, y dio una de las primeras interpretaciones mundiales del desarrollo sobre la historia infantil y el tono muscular subsiguiente. Johnsen ponía mucha atención a la respiración de sus pacientes, que según ella podía conectarlos a su yo verdadero o “ser autónomo”. El trabajo de Johnsen tuvo continuidad durante mucho tiempo, principalmente con pacientes limítrofes en hospitales psiquiátricos de Oslo y Copenhague.

Lisbeth Marcher, una terapeuta danesa inspirada en Johnsen, transformó el esquema de codificación por colores en un “mapa corporal” y dio continuidad al estudio del desarrollo del niño y el tono muscular. El método Kroppsdynamik de Marcher se enseña en Escandinavia y Estados Unidos, y miembros de su escuela han empezado a publicar los primeros documentos de Marcher, sistematizando la descripción de los patrones somáticos del carácter de modo más preciso. Uno de los mejores modelos de carácter tuvo origen en esta escuela, iniciándose así un trabajo muy detallado sobre el nacimiento.

Gerda Boyesen, alumna de Bulow-Hansen, que estudió vegetoterapia con Ola Raknes, articuló el trabajo psicomotor y la vegetoterapia. Cuando se fue a vivir de Oslo a Londres en 1969 desarrolló la teoría de la psicoperistalsis, que más tarde se convertiría en la psicología biodinámica actual. Los principios biodinámicos de Gerda Boyesen revelan un entendimiento rico de la relación entre niveles de expresión emocional y sentimientos interiores con características sutiles de líquido y carga en los tejidos corporales y vísceras. En sus principios, a través de diversas formas de toque, Boyesen destaca la importancia de mantener contacto con el “ego motor” del paciente. Boyesen agradece a Johnsen por haberla introducido a la importancia de la musculatura hipotónica, que está relacionada con las tendencias de carácter underbounded y las características de la personalidad limítrofe.

Oponiéndose a la tradición gestáltica, que tiende a interpretar el cuerpo exageradamente y perder el contacto profundo con los ritmos vegetativos del paciente, el análisis psicorgónico de Paul Boyesen, hijo de Gerda, está firmemente enraizado en la tradición de la vegetoterapia que conoció a través de la psicología biodinámica. Paul Boyesen fue más allá de la biodinámica, enfatizando la importancia de la relación entre

el deseo libidinal y las sutilezas de la expresión verbal, y en su trabajo procura reintegrar el lenguaje vegetativo del cuerpo con los patrones comportamentales de expresión en la riqueza simbólica del lenguaje. Paul Boyesen trabaja en conjunto con su mujer Joell, formada con Lacan, y que ofrece la rara oportunidad de reconectar el análisis intelectual detallado de la estructura profunda del lenguaje del modo como se practica en la escuela lacaniana a los sutiles mensajes intencionales del cuerpo y su lenguaje no-verbal, reflejando un contexto y una cultura específicos.

Para completar esta exposición de terapeutas corporales escandinavos, diré que las hijas de Gerda Boyesen, Ebbah y Mona-Lisa, no sólo fueron activas en el desarrollo y divulgación de los métodos y principios de la psicología biodinámica, sino que dieron su propia aportación. Mona-Lisa Boyesen desarrolló una variante de la biodinámica en forma de auto-ayuda con el objetivo de aliviar tensión sin provocar una descarga emocional profunda, lo que necesitaría un terapeuta competente. Este trabajo se llama “Bioalívio”. Ebbah Boyesen desarrolló un método llamado “Psicorgástica”, que trabaja con fuertes movimientos reflejos del cuerpo y que va más allá del reflejo del nacimiento o del orgasmo, buscando afirmar el placer primario de estar vivo.

El trabajo biodinámico fue desarrollado con bastante vigor en Australia, donde Jeff Barlow, formado en el Instituto de Psicología Biodinámica en Londres, creó el Centro de Biogenesis, y más recientemente fue elegido presidente de la Asociación Australiana de Psicoterapia Somática. En Alemania y Austria, Ken Speyer creó una escuela de psicología biodinámica específica, situada en Göttingen. Speyer, llevó los principios biodinámicos que aprendió con los Boyesen, a una amplia gama de talentos creativos y de improvisación que reflejan una preocupación con los temas existenciales del ser y no ser, y con las consecuencias de lo paradójico, influenciados por la tradición oriental y por el trabajo de Jay Stattman. En Berlín, Rob Bennett, con una base biodinámica agrupó elementos de diversas tradiciones reichianas a un trabajo de danza de contacto que aprendió con el coreógrafo americano Steve Paxton. Esta es una forma dinámica de grounding en el movimiento y un gran recurso para alimentar el “ego motor”.

SENSACIÓN DEL ÓRGANO Y ANATOMÍA EMOCIONAL

De Alfred Adler al Trabajo de Proceso Somático: Alfred Adler es conocido como el fundador de la Psicología Individual alejándose del psicoanálisis de Freud al enfatizar la importancia de la fuerza del Yo y de la autodeterminación. También dio mucha importancia al cuerpo y desarrolló un entendimiento analítico profundo sobre como un trazo de superioridad o inferioridad puede ser comunicado al sistema interno de los órganos. Adler creó el concepto de “dialecto del cuerpo” y de somatización de los conflictos psíquicos en síntomas corporales. Wolf Bütig lo considera uno de los precursores de la psicoterapia corporal y de la medicina somática.

Stanley Keleman, que estudió en el Instituto Alfred Adler, desarrolló las primeras ideas de este y las relacionó con lo que estaba aprendiendo en la “Eutonía” con Gerda Alexander del movimiento terapéutico danés, en la teoría de la emoción con Nina Bull de la Psicología de la Actitud y con Alexander Lowen del Análisis de Bioenergética. Fue profesor de Bioenergética durante muchos años. Keleman es un hombre que comprende el funcionamiento del cuerpo de forma multidisciplinar. En su Centro de Estudios Energéticos en Berkeley, lanzó una serie de publicaciones importantes sobre la anatomía emocional del cuerpo, y muchos aspectos del proceso somático, de la sexualidad, del grounding, del vínculo humano y de la relación con el vivir y el morir. Keleman no da formación sino que ofrece una serie de programas de educación somato-emocional para profesionales. Aunque tiene una gran influencia reichiana a través de Lowen y Pierrakos, él se sitúa fuera de ésta, ejerciendo una de sus principales críticas al defender el principio formativo en vez del principio catártico.

La investigación de Keleman sobre anatomía emocional tuvo la influencia del trabajo de Sheldon sobre las variaciones del físico humano, pero al contrario de éste, Keleman examinó el interior del cuerpo profundamente para descubrir cómo los tejidos responden a diferentes estímulos. Trabajó íntimamente con Joseph Campell, tal vez el primer mitólogo del mundo antes de su muerte: el trabajo del proceso somático está fundamentalmente preocupado con la forma como corporificamos un mito personal. Actualmente, está preparando una serie de libros sobre el tema de la mitología somática, que es lo que Campell y él enseñaron juntos durante décadas.

El trabajo de Keleman es al mismo tiempo profundamente biológico y cognitivo. Su Centro de Estudios Energéticos en Berkeley publica el *Journal of Somatic Experience*, que atrajo la aportación de una gran gama de experiencias clínicas y también de filósofos, poetas y artistas. En función de su naturaleza interdisciplinar y de las influencias que recibe, es difícil categorizar el trabajo de Keleman, una vez que está continuamente evolucionando y cada año añade nuevos significados.

Keleman creó un modelo de vínculo transferencial en la Serie de Educación Clínica en Proceso Somático. Ese modelo observa cuatro niveles de desarrollo del crecimiento y considera diferentes cualidades de transferencia en cada nivel. También aclara detalladamente el concepto de resonancia somática entre las personas. Dos terapeutas de la tradición de la Psicoterapia Unitiva hicieron referencia a las ideas de Keleman: Gustl Martock, que critica el modelo médico de terapia debido a la tendencia a deshumanizar y objetivar excesivamente al paciente, y Maarten Aalberse, que inspirado por el modelo de vínculo de Keleman, desarrolló una rica exposición de las distorsiones colusionales y simbióticas de una relación transferencial saludable.

La propuesta de Keleman sobre el principio formativo tuvo una influencia primordial en el desarrollo de la Biosíntesis a pesar de las diferencias que existen entre ambos métodos.

DEL ÚTERO DEL INCONSCIENTE A LA EMBRIOLOGÍA DE LA PSIQUE

De Otto Rank a la Biosíntesis y a la Psicología Perinatal: Otto Rank dirigió su atención en primer lugar a la importancia del nacimiento en la formación subsiguiente de la neurosis y de los patrones de carácter. Su alumno, Nandor Fodor, dio continuidad a este énfasis de la influencia de la vida uterina en la vida pos-natal, y el alumno de este, Francis Mott, un psicoterapeuta inglés, describió dos corrientes básicas de afecto en el desarrollo embriológico. Mott usaba la palabra “Biosíntesis” para describir el proceso integrativo de madurez dentro del útero. Mott influenció a Frank Lake, otro psicoterapeuta inglés que trabajaba en la tradición de las relaciones objetales de Melanie Klein, Fairbairn, Guntrip y Winnicott. Este último trabajó con sus pacientes con movimientos semejantes a los del nacimiento y los describió como un tipo de “reptilación”⁶. Lake dedicó los últimos quince años de su vida al estudio de la formación del carácter durante el periodo pre-natal. Colaboró con Stanilav Grof, cuya teoría de las matrices básicas perinatales enriquecen enormemente la comprensión de este periodo. Un colaborador de Janow, Michael Holden, contribuye con el trabajo del psicólogo americano Paul Yakovlev sobre los tres tipos de afectos relacionados a los principios embriológicos: endocinesis, mesocinesis y telecinesis. Así nació la Escuela de Psicología Perinatal interdisciplinar con el objetivo de estudiar las formas y expresiones de la consciencia durante los nueve meses de gestación. Yo, desde 1973 desarrollé algunos aspectos del trabajo de Mott, el concepto de Lake de polaridad en la formación del carácter y los integré con la tradición reichiana principal que recibí de Ola Raknes, Od Havrevold y Paul Ritter. Mantuve el nombre de “Biosíntesis”.

La Biosíntesis se basó inicialmente en la morfología dinámica del embriólogo alemán Otto Hartmann. La descripción de Hartmann de la relación entre los movimientos rítmicos de la barriga, los brazos y la cabeza ayudaron a ampliar la base para la distinción terapéutica entre el centering, ritmos endodérmicos, el grounding y su sonido mesodérmico, y las experiencias ectodérmicas. Otra raíz de la Biosíntesis, aunque más distante, es la Psicoterapia de la Liberación de Caron Kent, que trabajó con las fuerzas del crecimiento embriológico. Un segundo embriólogo alemán, Erich Blechschmidt, creó el concepto de campos embriodinámicos formando tejidos en el cuerpo durante la morfogénesis. Esto contribuyó para la creación del concepto de “campos motores” en la Biosíntesis, patrones dinámicos de contracción y expansión conectados a la cualidad de intencionalidad.

Al enfatizar los principios embriológicos, la Biosíntesis vuelve a un tema que intrigó a Freud, cuyos primeros estudios de embriología sobre Paul Roux influenciaron el modelo tripartito de psique.

El abordaje embriológico fundamental para la Biosíntesis y los conceptos de grounding horizontal y vertical resultantes del diálogo con mi compañero David Smith, fueron adoptados por diversas escuelas de psicoterapia somática (biodinámica, organísmica, unitiva).

Hans Krens, colega de Jacob Stattman y fundador de la Academia Internacional de Psicoterapia Corporal utiliza conceptos centrales de la Biosíntesis en su abordaje a la enfermedad psicosomática. Krens se formó

en tres escuelas de psicoterapia corporal (organísmica, unitiva y biodinámica) y su trabajo hace confluir saludablemente las varias tradiciones.

El modelo de carácter de Biosíntesis tuvo mucha influencia en la *Body-namic Scholl* de Lisbeth Marcher y también fue una de las raíces de una nueva teoría del vínculo elaborada por Maarten Aalberse de la Psicología Unitiva. Una colega formada en Biosíntesis fue co-autora de una tesina en la que relaciona su trabajo terapéutico a la teoría del sistema abierto, la teoría de la “fluctuación” de Ilya Priogogine y a la biología cognitiva de Humberto Maturana: Christof Kreimeyer es co-director del Centro de Psicoterapia de Búsqueda en Braunschweig, Alemania.

La Biosíntesis se expandió no sólo en Europa, sino también en Sudamérica y Japón donde se impartieron cursos con el patrocinio del Instituto de Medicina Psicosomática de la Universidad de Tokio. *Energy and Character*, la revista de Biosíntesis, publica muchas ideas llave de esta escuela y también estuvo abierta como forum de psicoterapia somática publicando numerosos artículos de las principales tradiciones citadas en este texto.

SUEÑO, CUERPO E IMAGEN CORPORIFICADA

De Jung a la Psicoterapia Organísmica y a la Psicología Unitiva: Cuando Carl G. Jung se separó de la escuela de Freud adoptó el punto de vista de que la sexualidad no era tan importante como para Freud. Posteriormente Reich asumió que las necesidades espirituales de una persona eran de enorme importancia lo que había sido negado por el psicoanálisis. El desarrollo de la terapia junguiana aconteció en los paisajes arquetípicos del inconsciente y en las mitologías del alma. Así, tendió a perder la base del cuerpo, dando al proceso de formación de la imagen una importancia central lo que no fue así para los freudianos o reichianos.

Caron Kent, una psicoterapeuta australiana, creía que en la formación de la imagen y el sueño se activan fuerzas poderosas de crecimiento, y en su trabajo terapéutico declaró que esas fuerzas de crecimiento podían ser dirigidas y utilizadas en resonancia. El cuerpo de un paciente podría ser cambiado orgánicamente conforme fuese liberando tensiones fisiológicas que expresan el imaginario del inconsciente restrictivo.

Arnold Mindell, un antiguo terapeuta junguiano, desarrolló el concepto de cuerpo de sueño y Psicoterapia Orientada para el Proceso en la que usó una mezcla ecléctica de métodos de consciencia corporal y experiencias de contacto con el cuerpo para ayudar a los pacientes a abrir canales bloqueados de comunicación. El trabajo de Mindell da más atención al cuerpo que los junguianos normales y demuestra más consciencia de experiencias propioceptivas de los órganos internos que la expresada por Perls.

En Inglaterra, un grupo biodinámico conducido por Jochen Lude y Bernd Eiden formó el Centro de Psicoterapia Quiron, nombrado así por el descubrimiento del décimo planeta en el sistema solar. Quiron representa el arquetipo de sanador herido. La terapia del Centro Quiron utiliza los principios astropsicológicos y los lleva al cuerpo a través de recursos biodinámicos.

Roger Woolger, un terapeuta junguiano con alguna comprensión reichiana, desarrolló una terapia poderosa de expresión somática para trabajar con experiencias que se presentan en forma de emociones e imágenes de vidas pasadas. En su trabajo, la memoria, la expresión motora, la carga emocional y el significado simbólico se integran para ayudar a trabajar la experiencia de vidas pasadas en muchos niveles de significación.

Malcolm Brown, terapeuta rogeriano influenciado por Caron Kent, Gerda Boyesen, Ola Raknes, Alexander Lowen y el organomista americano Simeon Tropp, desarrolló su propio estilo de psicoterapia corporal usando una combinación de toque catártico y nurturing touch. Brown adoptó el concepto de las cuatro áreas corporales en el tronco asociadas a diferentes centros de afecto y organización de D. H. Lawrence y los conceptos de capas embriológicas y grounding horizontal y vertical de la Biosíntesis.

La Psicoterapia Organísmica de Brown tiene raíces en las ideas de Kurt Goldstein sobre el equilibrio organísmico, muy importante para la Psicología de Gestalt alemana. El trabajo de Brown fue también influenciado por los principios arquetípicos y está más próximo de los temas junguianos que de muchos otros terapeutas de la tradición reichiana. En su libro *The healing touch* y en la tesina de su mujer y co-terapeuta Kathleen Ennis Brown sobre *The Shadow and the body*, se encuentra un puente entre el trabajo junguiano de imagen y el trabajo directo con el cuerpo. La terapeuta junguiana americana Deldon Anne McNeely, formada por la pareja Brown se dedica actualmente a la integración de la psicología analítica profunda y la lectura organísmica.

Jacob Stattman, colega de Malcolm Brown, desarrolló el sistema de Psicología Unitiva donde destacó la interacción constante entre el impulso del cuerpo como generador de sensaciones, impulsos e imágenes y el flujo de atención consciente del imaginario enraizado en el cuerpo. Stattman sólo publicó un libro, *The creative trance*, que en mi opinión es una obra prima de integración entre lo somático y lo imaginario, y una fuente para los que buscan el puente entre lo existencial y lo esencial. Otros aspectos del trabajo de Stattman serán tratados seguidamente.

EL CUERPO DE DIAMANTE

Anatomía Sutil y la Corporificación de la Espiritualidad: Jung incluyó muchas tradiciones orientales en su trabajo de arquetipos, y donde esto es más evidente es en la introducción de la traducción de Richard Wilhelm del libro *The secret of the Golden flower*, un clásico del yoga taoísta, que fue probablemente escrito en el siglo VII a.C. En el budismo, taoísmo y sufismo existe una tradición del Cuerpo de Diamante, un campo sin forma física que se conecta al cuerpo físico a través de los vértices de energía que los hindús llaman “chacras” (ruedas).

La relación entre el yoga hindú y la psicoterapia fue señalada por Ken Dychtwald en el libro *Bodymind*, pero fue más desarrollada por Rama et alii en el libro *Yoga and Psychotherapy*, en el que la disfunción psicológica se relaciona con perturbaciones energéticas del cuerpo sutil. Los libros de Lawrence Bendit y Phoebe Payne desarrollan aspectos posteriores del desequilibrio de los chacras del punto de vista médico y psíquico.

John Pierrakos, médico, describió estos centros de energía y menciona el trabajo de Karagulla, también médico, describiendo lo que llamó niveles supra-sensibles de realidad. Existen soportes de estos niveles de realidad originarios de la teoría del orden implícito del conocido físico cuántico David Bohm, de la biología mórfica de Rupert Scheldrake, y de la teoría holográfica de la mente de Karl Pribram.

Bárbara Brennan, alumna de John Pierrakos y Eva Broch Pierrakos, esta última fundadora del Pathwork, va más lejos en la descripción e ilustración de las propiedades del campo de energía humano o aura, relacionándolo con diferentes funciones del carácter según la definición bioenergética y psicodinámica, y aportando muchas descripciones específicas de como reequilibrar disonancias en la anatomía sutil trabajando directamente en el campo de energía. El campo de energía es actualmente objeto de investigación de la termografía (ver el trabajo de Barry Goodfield), y de la fotografía de descarga coronaria por la Asociación Médica Británica. El cuerpo sutil o algunos aspectos de este son hoy en día prácticamente aceptados y, ya no pertenecen a la esfera mística ni de la clarividencia.

De la lejana tradición oriental del Zen en Japón, Karlfried Graf von Durkheim desarrolló un trabajo de transformación con meditaciones somáticas para fortalecer el contacto con el hara y una variedad de prácticas para profundizar el vínculo con el Yo Superior por detrás del ego mundano. Este trabajo tuvo gran influencia en Wolf Büntig y Stanley Keleman.

Una forma diferente de Psicoterapia Zen que usa cierto número de métodos somáticos incluyendo la práctica de la así llamada “corrida al éxtasis”, fue desarrollada por un grupo de orientación de psicólogos polacos en Varsovia, liderado por Voytek Eichelberger, un profesor zen con muchos años de experiencia.

Tarhang Tulku elaboró un trabajo de transformación profunda basado en los principios del budismo zen y fuertemente enraizado en el cuerpo a través del sistema Kum Nye, que significa “integración del cuerpo” en tibetano. Se trata de una serie de movimientos realizados muy despacio y con énfasis en las cualidades de las sensaciones interiores y en contacto con el ritmo de la respiración.

Muchas personas con formación en psicoterapia corporal los utilizan como alternativa a los ejercicios de bioenergética de Alexander y Leslie Lowen. Tulku proviene de la tradición Nyingmapa (Escuela antigua) del budismo tibetano, en la que la meditación Dzogchen (yoga Ati) tiene una importancia central.

Jay Stattman, fundador de la Psicología Unitiva, recibió mucha influencia zen y del budismo tibetano, y poco antes de morir dio una entrevista con Sogyal Rimpoche, el líder del Dzogchen en Occidente. Una alumna de Stattman, Eva-Maria Jansen, escribió su tesina de graduación universitaria sobre la relación entre la Psicoterapia Unitiva y el Dzogchen.

En Inglaterra, Maura y Franklin Sills desarrollaron la Psicoterapia del Proceso Nuclear, que fue influenciada por la Energética Nuclear, por el Sistema de Polaridad de Randolph Stone que estudió en la India y por la consciencia budista.

De la tradición Shinto en Japón viene el sistema terapéutico de movimiento llamado Sei Tai (que también significa “integración del cuerpo”), desarrollado por Haruchiko Noguchi. Este sistema influenció la creación del Organ Dance de Bonnie Bainbridge Cohen. Sei Tai es un reequilibrio sutil de la energía del cuerpo por el uso de masaje y movimiento. Se combina con una caracterología rica y detallada, llamada Tai-Heki (Posturas Corporales), que describen seis pares de estructuras somáticas polarizadas de carácter.

El “*Abordaje del Diamante*” de Hameed Ali está enraizado en una comprensión del sonido de la psicología del ego, como ya fue mencionado anteriormente. Ali elaboró un trabajo profundo basado en la tradición sufi del lataif, un nivel de esencia más sutil que el sistema de chacras. Este trabajo de desarrollo esencial se basa en el cuerpo porque muchas de las cualidades de la esencia se expresan como sabores y sensaciones sutiles mientras que la pérdida de contacto con estas cualidades aparece en forma de tensiones físicas, bloqueos y defensas del ego. El trabajo de Ali sobre los estados esenciales está enraizado en un abordaje muy central de la sexualidad, en el que se combinan de forma única la teoría del orgasmo de Reich y la presencia de la esencia. Este trabajo sufi también trae consigo un análisis del carácter de profundidad psicológica llamado Eneagrama, en el que esquematizan nueve tipos de carácter.

Jes Bertelsen, prominente psicólogo junguiano danés, escribió una serie de cuatro libros de psicología profunda, en los que partió de Jung para estudiar a Reich, Grof, Rank y la psicología perinatal. Bertelsen, muy dedicado a la meditación, descubrió el trabajo del sanador irlandés, Robert Moore, que vivió en Dinamarca desde el principio de los años 70. Jes Bertelsen empezó recientemente un proceso de cooperación con Lisbeth Marcher del Instituto de Biodinámica de Copenhague. Las prácticas de Bob Moore, desarrolladas en su Centro Psíquico en Ringkjøbing, son consideradas como uno de los trabajos con el cuerpo más importantes del mundo, y en mi opinión, aunque él no se autodenomine terapeuta, su trabajo es de la mayor relevancia para la práctica de la psicoterapia somática.

A través de la meditación y del masaje de energía sutil, Moore estimula la circulación de energía en diferentes niveles del aura, y así aumenta el contacto entre el nivel físico, mental, emocional y espiritual de la persona. Aunque parte de la espiritualidad de la nueva era sea profundamente desenraizada, parcialmente nublada por fragmentos no digeridos de tradiciones místicas discrepantes y a menudo anti-sexuales o asexuales, la enseñanza de Moore está profundamente centrada en el corazón, afirma categóricamente la sexualidad y se preocupa extremadamente en que no perdamos el contacto con las situaciones fundamentales de la existencia diaria en el desarrollo de nuestras cualidades esenciales. Moore utiliza mucho el concepto de polaridad. Su trabajo ha tenido un impacto profundo en la Biosíntesis, particularmente en el concepto de grounding interior.

David Boadella

(*) Este artículo fue escrito para coincidir con la fundación de la Asociación Profesional Europea de Psicoterapia Corporal, después de los dos primeros congresos de Psicoterapia Corporal celebrados en Davos, Suiza, y en Seefeld, Austria, en los que participaron terapeutas de 16 países europeos.

(**) Formado en neuropsicología y embriología en la Open University. Trabajó muchos años como profesor en psicología humana en la Antioch University International. Es el creador de la Biosíntesis y editor de la revista *Energía y Carácter*.

Volver a Artículos Clínicos
Volver a Newsletter 12-ex-66

NOTAS:

- 1.- *Bodymind*, una combinación de las palabras *body* (cuerpo) y *mind* (mente). (Nota del traductor)
- 2.- En inglés, *ensoulment*, en contraposición a *embodiment*, corporificación. (Nota del traductor)
- 3.- En el original, *re-patenting* (Nota del traductor)
- 4.- En el original, *Education for Purpose* y *Education for Feeling*, respectivamente. (Nota del traductor).
- 5.- En el original, in *stroke*. (Nota del traductor)
- 6.- En el original, *reptation*. (Nota del traductor)