



LA DEPRESIÓN Y EL CUERPO: LA BASE BIOLÓGICA DE LA FE Y LA REALIDAD.



Alexander Lowen.
Alianza Editorial, 2001, 312 pp.

Por inicios de la década del 80, tuvimos la oportunidad de leer por primera este texto, mientras ejercíamos nuestros primeros pasos en terapia sexual y psicoterapia; un libro pequeño, introductorio, escrito en un lenguaje simple y coloquial, uno casi diría un texto de divulgación, pero cuya premisa fundamental giraba entorno a la idea de que la Depresión mas que una enfermedad en el sentido clásico, era una reacción a un suceso emocional, donde el cuerpo imposibilitado de tramitar los aspectos de ese suceso se organizaba en torno a controlar los flujo energéticos asociados, y en consecuencia a perturbar el natural pulso biológico del soma.

La idea, nos parecía revolucionaria y se entroncaba con los desarrollos teóricos de W. Reich -a la época muy devaluado y denostado, especialmente asociado a sus conceptos de biones y orgón-. Lowen así, aparecía como un divulgador más cercano del paralelismo psicósomático, que aunque sin la fuerza revolucionaria de Reich, no había perdido su conexión con el orden social y con lo que éste es capaz de tolerar y asimilar.

El texto ofrecía, en consecuencia su comprensión de la Depresión entendida como la incapacidad para responder a los estímulos ambientales, sobre todo aquellos que tienen que ver con la generación de respuestas de placer; que a su vez se asociaba a una cierta “falta de realidad” de la persona deprimida en tanto tendencia a vivir en el pasado. Pero lo mas sustantivo de esto era que esta forma de entender la depresión se vinculaba con el acontecer del cuerpo; y que ofrecía una serie de ejercicios para movilizarla y tramitar los afectos cristalizados en ella, para por esta vía dinamizar los procesos energéticos subyacentes y activar las capacidades de trabajos naturales del soma.

Las personas depresivas, según afirmaba Lowen, manifestaban claramente una relación entre personalidad y energía. Al margen de todos los factores que generen ese estado depresivo, hay algo que aparecía muy claro: el individuo deprimido muestra una aminoración de su energía, y la depresión de su nivel energético se podía observar fácilmente en la disminución de todas sus funciones; desde la respiración, pasando por el apetito, hasta su vigor sexual.

De esta suerte, nos fuimos acercando al conocimiento de una aproximación que vinculando la Depresión al cuerpo, nos ofrecía una aproximación terapéutica con la cual trabajar clínicamente, permitiéndonos enriquecernos en recursos clínicos, a medida que exploramos éste y otros textos de Lowen. Veinte años, después nuevas versiones del mismo titulo, testimonian la permanencia de un saber que si bien abandonó

un tanto la fundamentación teórica del mismo, expandió como pocos las técnicas del trabajo corporal y el quehacer de los bodyworkers.

EN: <http://www.alsf-chile.org/libros-clinicos.html>

Volver a Libros Clínicos

PÁGINAS DEL PORTAL ALSF-CHILE

<http://www.alsf-chile.org> - <http://www.biopsique.cl> - <http://www.indepsi.cl>

Contacto: alsfchile@alsf-chile.org.