



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



Universidad de la República

Facultad de Psicología

*La elaboración del trauma desde la Bio-Energética Suave. El
Butterfly Touch como herramienta*



María Victoria Mato Couselo

C.I. 4.175. 689-6

Tutor: Luís Gonçalvez Boggio.

Montevideo, octubre/2015

Índice

Resumen.	3
Introducción.	4
Aspectos Autobiográficos de Eva Reich.	4
Surgimiento de la Bio-Energética Suave (B-ES).	6
Momentos de intervención de la B-ES.	8
Principios éticos de la B-ES.	8
Revisión de los principios terapéuticos de la B-ES.	9
Energía Vital.	11
Concepto de Trauma en la B-ES.	16
La B-ES y el concepto de trauma primal o pre-verbal.	17
Concepción.	18
Dentro del útero.	18
Nacimiento.	19
Después del nacimiento.	21
Traumas verbales.	22
Coraza.	22
Mecanismos llave.	23
Segmentos de la coraza.	23
Síntomas de acorazamiento en los segmentos.	24
Mecanismos llave relacionados al flujo de energía.	26
Mecanismos llave relacionados a la coraza caracterológica.	27
Mecanismos llave relacionados a las emociones intra-útero.	27
Importantes principios para recordar al trabajar con las corazas.	27
Cada tensión tiene su historia.	28
La coraza de cada persona es única.	28
Algunas corazas son necesarias para sobrevivir.	28
Proceso terapéutico.	29
Algunas herramientas de la B-ES.	29
Indicaciones para el uso de la Metamorfosis.	30
Evidencias de la existencia de los bancos de memoria en el cuerpo.	31
Línea del Trauma.	31
<i>Butterfly Touch</i> (El toque de la mariposa).	34
Indicaciones para el <i>Butterfly Touch</i> .	35
Reflexiones personales.	38
Referencias Bibliográficas.	41
Anexo.	44

Resumen

El presente trabajo monográfico busca dar cuenta de la importancia del abordaje terapéutico en el trauma primal. Entendiendo por trauma primal el período que va desde la concepción hasta los dos años, durante el cual las experiencias traumáticas se alojan en el cuerpo, generando patrones de comportamiento que impactan a lo largo de la vida.

El abordaje terapéutico que se describe en este trabajo es a través de las herramientas de la Bio-Energética Suave (B-ES). Este enfoque fue desarrollado por Eva Reich, quién profundizó el trabajo de su padre Wilhelm Reich con niños.

A través de su experiencia clínica e investigaciones desarrolla el Butterfly Touch, una herramienta de abordaje para restaurar el flujo de la energía vital en los bebés, haciéndola posteriormente extensiva a otras etapas de la vida. Es Eva Reich una pionera en materia de los derechos del recién nacido y del reconocimiento de la importancia del primer vínculo madre/padre/bebé. El trabajo de su vida se ha dirigido a la atención de los traumas en el nacimiento.

Este trabajo además realiza un recorrido conceptual y filosófico sobre la teoría que sostiene la práctica de este enfoque, se incluyen dentro del análisis autores no sólo de la B-ES, sino también de la Bioenergética, la Vegetoterapia y la Biología pues dan luz y sustento teórico a las prácticas terapéuticas fundadas por Eva Reich.

Palabras Claves:

Bio-Energética Suave, Trauma, Coraza, Energía Vital, Butterfly Touch.

Introducción

La selección del tema para el trabajo final de grado surge, a partir de mi formación en la Facultad de Psicología en la UdelaR, donde en el curso de Bioenergética coordinado por el profesor Luis Gonçalvez, tomé contacto con la Psicoterapia Corporal.

Posteriormente tuve la oportunidad de realizar una formación en Bio-Energética Suave (B-ES) con Richard Overly como coordinador del curso “Módulos avanzados de Bioenergética”¹. El Profesor Overly es el director de la Asociación de B-ES en Estados Unidos y colaborador directo de Eva Reich, quien es pionera en derechos del recién nacido, reconociendo el valor duradero de los buenos inicios y de la importancia del primer vínculo madre-padre-bebé, enfocando su trabajo en traumas del nacimiento. Es en esta formación que tuve la oportunidad de experimentar las técnicas de la BES en mi cuerpo y observar sus beneficios.

El grupo estaba compuesto por distintos actores del ámbito de la salud, médico psiquiatra, enfermeras, terapeutas corporales que trabajaban a nivel hospitalario en el área oncológica, es importante destacar que las técnicas corporales están insertas dentro de las practicas hospitalarias en Estados Unidos.

El Butterfly Touch es la herramienta principal de este enfoque que permite restaurar el flujo natural de la energía vital dentro de un escenario amoroso, que reconoce al “toque” como la primera vía de contacto y comunicación entre la mamá y su bebé.

Aspectos autobiográficos de Eva Reich

Eva Reich nació en Viena (Austria) en 1924, en el seno de una familia de psicoanalistas. En 1930, debido a los acontecimientos políticos de la época, tuvo que vivir en distintas ciudades: Viena, Berlín y Praga. Cuando tenía 14 años, con su familia emigró a Estados Unidos para escapar del Nazismo.

Asistió al *Brookling* y *Barnar Colleges*, graduándose a los 24 años en la Universidad Femenina de Medicina de Pensilvania. Completó dos años de internado en 1950,

¹ La capacitación se llevó a cabo en Filadelfia, en el mes de mayo del 2015, y tuvo una duración de 32 horas.

hasta que comenzó a discrepar con los lineamientos médicos tradicionales. Fue entonces cuando se unió, en Ranglely, Maine, como investigadora asistente al laboratorio de su padre: Wilhelm Reich, promotor del orgón o energía orgónica.

A partir de ese momento se comprometió con la nueva ciencia orgónica. Después del experimento *Oranur* (Orgonomy Antinuclear Radiation) realizado en el laboratorio de su padre, fue expuesta a radiación y se tornó muy sensible a las radiaciones electromagnéticas (luces fluorescentes, tubos catódicos con rayos gama).

En sus notas autobiográficas (2005) Eva Reich menciona que durante su residencia en Pediatría del *Harlem Hospital de Nueva York*, tomó conciencia de que las prácticas hospitalarias hacen del nacimiento un acto médico y de ese modo invaden el ciclo natural de la vida. Por eso desarrolló el *Butterfly Touch*, que más tarde aplica también en adultos.

Entre 1952-1962 E. Reich ejerció la Medicina en el ámbito rural como médica de familia, llevando una vida que definió como "simple". En su práctica médica aplicaba la terapia orgónica y utilizaba el acumulador de energía.

Eva siguió en contacto con el trabajo de su padre y cuando este comenzó a ser perseguido por la FDA (Food and Drug Administration), en 1954, se trasladó temporalmente a Tucson (Arizona) para acompañarlo. Posteriormente alterna su práctica en Maine y lo asiste en sus investigaciones durante los inviernos.

La subsecuente persecución, encarcelamiento y posterior muerte en prisión, en 1957, de su padre, afectó su vida. En 1958 Wilhelm Reich murió, Eva retornó a Maine, le costó profundamente recuperarse, fue su trabajo con los bebés lo que la ayudó a superar el dolor. En 1960 dio a luz a su única hija, entonces tuvo la ocasión de reafirmar el concepto de buenos inicios: niños deseados, nacimientos naturales, educación y preparación para el parto, masaje al bebé.

En 1975 comenzó a coordinar talleres por Estados Unidos. Entre 1976 y 1992 se convirtió en una viajera del mundo, docente y terapeuta en treinta países, redefiniendo y desarrollando la Bio-Energética Suave con el fin de proteger los comienzos humanos. En 1992, debido a un leve derrame, regresó a Maine, donde vivió una vida tranquila hasta que murió en 2008 con ochenta y cuatro años de edad.

Surgimiento de la Bio- Energética Suave (B-ES)

Richard Overly para referirse al modelo terapéutico utilizado por Eva Reich, altera y separa la escritura de Bioenergética a Bio-Energética. En la búsqueda del origen de la palabra descubrió que antes de que Wilhelm Reich usara el término Bioenergética se utilizaba en la literatura de la Biología Molecular. El término aludía a la transferencia de energía entre células vivientes. Emilio Gosalbez (1983) decía que los seres vivos toman energía por medio de la respiración y los alimentos directamente del medio ambiente, y la utilizan para el crecimiento, la actividad, la producción de calor, las emociones, etc. Esto significa que los organismos vivos poseen un metabolismo energético, vale decir que sin suficiente energía podría devenir la muerte. Cuando los nutrientes proveedores de energía faltan por largos períodos, los procesos bioenergéticos se ven afectados y las adaptaciones para la supervivencia de las especies pueden alterar el sistema genético. En definitiva, sin suficiente energía, no habría movilidad, creatividad, ni crecimiento, siendo así, el concepto de “suficiente energía” se podría definir como la energía necesaria para vivir, comer, amar y trabajar. (Cfr.: 1983: 57)

Por su parte, Overly (2005) sostiene que la transferencia de energía vital entre personas es similar a la transferencia de energía entre células, tal como lo describe la Biología Molecular.

La Bioenergética refiere a cómo la energía vital fluye libremente, o bien es bloqueada por una coraza resultante de experiencias traumáticas. El acorazamiento en los seres humanos es como los procesos de supervivencia adaptativos en la bioenergética de los animales.

La B-ES surge de las observaciones de Eva Reich sobre el trabajo suave de su padre con niños. Eva definió el objetivo de la B-ES como un proceso para restaurar el flujo de la energía vital, pues uno de sus mayores aportes fue el reconocimiento del trauma primal como impacto dramático en el desarrollo natural de la vida humana.

Eva desarrolló el *Butterfly Touch* para disolver suavemente la coraza en lugar de forzar su rompimiento, dentro de un proceso auto-regulado por el paciente. En dicha práctica el uso del lenguaje es simple para que pueda ser entendido por todos, el rol del terapeuta no es un colaborador en asimetría con el paciente, es un igual, pues es el paciente el que regula los tiempos emocionales.

Eva observó que los recuerdos de las experiencias en la etapa primal son almacenados en el cuerpo y usando la terapia del *Butterfly Touch*, asegura que se pueden sanar las memorias del trauma primal.

La B-ES se focaliza en la mínima estimulación necesaria para aflorar los recuerdos, la fórmula que proporciona Eva Reich es: “mínima estimulación, para máxima respuesta”. (2005: 21) La B-ES no es exclusivamente terapia corporal, si bien la memoria de ciertos eventos específicos es alojada originalmente en el cuerpo, esta incluye un trabajo integral con todas las dimensiones del individuo: cognitiva, física y emocional. Se trata de un enfoque no invasivo para elaborar el trauma, recobrar recuerdos y liberar bloqueos emocionales, para comprender afectaciones en la vida presente.

La técnica sigue el ciclo de carga y descarga respetando el tiempo de relajación posterior a la descarga para luego poder integrar la experiencia en un trabajo de colaboración y aceptación con el terapeuta.

Tres conceptos fundamentales gobiernan la B-ES: energía vital, trauma y coraza.

La *energía vital* es natural, pulsátil, se expande y se contrae, carga y descarga, circula a través del cuerpo, fluye para la superficie de la piel formando un campo de energía que rodea el cuerpo. Se experimenta la energía vital a través del flujo de las emociones y las sensaciones. Cuando se experimenta un trauma, se altera el flujo natural de la energía vital.

El *trauma* definido por la B-ES es una experiencia subjetiva percibida como amenaza. El trauma modifica el flujo natural de la energía vital, pudiéndose producir en cualquier etapa de la vida desde la concepción. Wilhelm Reich afirmaba que venimos al mundo con el impulso biológico de satisfacer nuestras necesidades en forma inmediata, el conflicto se genera entre la satisfacción y la no satisfacción de esas necesidades provenientes de la madre, de lo que emerge el miedo a la pérdida del amor materno, y obliga a protegernos, y formar la coraza, o sea, la primera defensa.

Como resultado del trauma se desarrollan las *corazas* de protección. Las corazas son los patrones conscientes o inconscientes, físicos, emocionales, cognitivos, energéticos que generamos para defendernos de las sensaciones y emociones producidas por el trauma. Podrían implicar también un esfuerzo para que el trauma no se repita, por lo cual la coraza no solamente protege, también altera el fluir de la energía vital y la capacidad de

estar completamente vivo. Coraza y trauma están en relación, puesto que la memoria del trauma se mantiene en el cuerpo por medio de la coraza.

Algunos traumas no son el resultado de un shock aislado, sino la consecuencia de experiencias repetitivas, por eso Eva Reich dice que “el acorazamiento se desarrolla en forma similar a las estalactitas y estalagmitas de las cavernas: por el lento goteo del agua mineralizada.” (2005: 23)

Momentos de intervención de la B-ES

- Posteriormente al trauma para disolver la coraza existente, sanar los recuerdos traumáticos y restaurar el flujo natural de la energía vital.
- A modo preventivo, antes que un trauma potencial aparezca.

Se trata de un abordaje que posibilita la toma de contacto con los recuerdos más primarios y profundos almacenados a nivel celular. Alexander Lowen plantea que mediante el trabajo con el cuerpo se puede devolver a la conciencia muchos sucesos significativos ocurridos en los primeros años de vida. (1999: 86)

Principios éticos de la B-ES

La psicoterapia corporal demanda al terapeuta aceptar el desafío de poner el cuerpo en el encuentro con el paciente y dejarse afectar por el campo bioenergético que se genera. Con respecto a esto Luis Gonçalvez manifiesta,

“Desde el punto de vista bioenergético, acepto ser influenciado..., y siento esa influencia concreta como contacto de campo y como superposiciones de campos energéticos..., ese encuentro implica un intercambio biológico elemental. Un encuentro humano que se despliega en todos los niveles: somático, emocional, mental y energético.” (1999: 44)

Otro principio es conocer la teoría, adquirir competencia en la práctica, usar la herramienta y experimentarla en uno mismo para disolver la propia coraza. En tal sentido, Roberto Sassone dice:

“El psicoterapeuta es un hombre que vive... Vivir significa sentir y nosotros sentimos porque somos cuerpo, cuerpo entendido no como un conjunto de órganos, sino como un proceso energético siempre dinámico.” (1983: 81-82)

El tercer principio es el respeto a la dimensión corporal del paciente, a quien se le debe informar la modalidad de trabajo e indagar sobre la sensación de confort o discomfort en el escenario terapéutico.

Finalmente se reconoce el principio de auto-regulación, que significa que el paciente tenga control sobre su terapia, que puede detenerse y decir “no” en cualquier momento del proceso. La auto-regulación es un derecho individual de saber y responsabilizarse de las propias necesidades y deseos en el proceso cooperativo con el terapeuta.

Revisión de los principios terapéuticos de la B-ES

Eva Reich desarrolla una serie de metáforas que a continuación se enumeran para facilitar la comprensión de los principios terapéuticos. (Cfr. 2005)

Derretir la coraza en lugar de romperla. Utiliza el *Butterfly Touch* como herramienta principal para disolver suavemente la coraza y abrir el flujo de la energía vital.

Trabajar debajo de los mecanismos defensivos. En la B-ES se trabaja por debajo de los mecanismos defensivos, reconociendo la importancia de la existencia de las defensas, respetando la tolerancia y el ritmo individual de cada persona.

Mirar como un halcón. El terapeuta no opera con ideas preconcebidas sobre lo que debería suceder, y debe estar alerta frente a lo que va emergiendo.

Brillar y fluir. El objetivo de la terapia es reavivar la energía vital y lograr que se proyecte a través del cuerpo.

El principio de la ostra. Si se toca el caparazón de una ostra en forma fuerte o rápida esta se cerrará defensivamente y la oportunidad de explorar se perderá. En el trabajo terapéutico debemos explorar suavemente para que el organismo no se cierre y se pierda la posibilidad de descubrir lo que hay en su interior.

Estimulación mínima para máxima respuesta. Estimular suavemente, para luego simplemente observar. Más no es sumar en este trabajo. Este principio es utilizado en la aplicación de todas las herramientas de la B-ES.

Construir capacidad. Este principio surge de la dinámica de inflar un globo. Al principio el globo está rígido y si tratamos de forzar su inflado antes de que la membrana se estire, puede explotar. Con las personas ocurre lo mismo, se debe aprender a expandir lentamente sin forzar la expansión de la energía emocional, respetando el ritmo individual.

Hacer sólo un ciclo de carga y descarga en una sesión. Abrir el flujo de energía en forma progresiva respetando el ciclo completo de carga y descarga, en orden de permitir la integración.

Toda coraza es una cuestión de supervivencia. Es trabajo del terapeuta y del paciente identificar el sentido de la coraza de una forma amorosa, contenedora y libre de prejuicios. Sólo de esta forma encontraremos el camino para liberar las defensas innecesarias.

El principio de la cebolla. Se va retirando capa sobre capa de la coraza, al tiempo que se va permitiendo a la persona sanar, en lugar de ir directamente al núcleo y causar dolor. Trabajar en forma gradual y segmentada hasta llegar al núcleo, otorga tiempo para adaptarse a cada nuevo nivel o capa, como en la cebolla.

La ola respiratoria se puede lograr en una sesión. En contraste con el principio de la cebolla que se trabaja una capa por vez, la liberación respiratoria se puede lograr en una sesión. Este principio fue desarrollado por Eva Reich en su trabajo con mujeres embarazadas, si bien esta apertura puede no ser permanente, le permite al paciente conectarse con el libre flujo de la energía a través de su cuerpo.

La integración y la armonización. Después del tratamiento es importante darle al paciente la oportunidad de descansar, en orden de poder tomar contacto con las sensaciones producidas en el ciclo de carga y descarga. De esta forma se integra en el proceso terapéutico la experiencia, para luego poder lograr la armonización. A su vez este principio proporciona la seguridad de que el paciente pueda reincorporarse a sus rutinas.

Sacar la cebolla hacia afuera y mirar sus raíces. Generalmente dentro del proceso terapéutico trabajar con el trauma primal nos permite lograr rápidamente identificar y resolver las raíces subyacentes de la coraza.

Prevención de la neurosis desde la concepción. El método de Eva Reich se dirige a evitar las neurosis que perturban la circulación de la energía vital, rigidizando, encapsulando y paralizando al individuo. Por eso, el abordaje terapéutico tiene como objetivo ensanchar la conciencia sobre la importancia de la concepción, el periodo intra-uterino, el nacimiento y las prácticas en la crianza, destacando la importancia de la amorosa triada vincular entre madre, padre y bebé.

Energía Vital

La B-ES concibe al ser humano como una entidad formada por cuerpo, mente y energía. En el núcleo de cada organismo viviente hay una fuente de energía vital a la que Wilhelm Reich denominaba energía “orgónica”. “de donde todo viene y a donde todo va.” (Overly: 2005: 2)

La energía vital es reconocida por varias culturas con distintas denominaciones. Por ejemplo en el Antiguo Testamento se utilizaba el término *Ruah*, que refería al espíritu o aliento de Dios. Los hindúes de la tradición védica la llamaban *Prana*, los chinos *Chi*, los japoneses *ki* y en el kabala *Luz Astral*.

El término *Core* para la B-ES refiere al centro de energía del ser humano. Si bien Eva Reich nunca estuvo conforme con otorgarle una localización exacta a este centro, decía que su padre lo ubicaba en el plexo solar, en el abdomen, cerca del ombligo. De hecho, con algunas emociones sentimos cómo se nos contrae esta área. En resumen, se trata del núcleo central de sensaciones de nuestro ser, por donde la energía vital se irradia.

La energía vital se expresa en una constante interrelación de:

Pulsación (expansión y contracción). Lowen sostiene que esta característica está presente en “todas las cosas vivas, así como en el universo físico -al fin y al cabo, tanto el sonido como la luz se trasladan en ondas-.” (1999: 20) Eva Reich le otorga al padre el descubrimiento de la pulsación en bioenergética (Cfr. 2005: 3), en efecto, W. Reich

afirmó que “toda actividad biológica se reduce a la función básica de la pulsación plasmática.” (1957: 301) Por eso el objetivo de la terapia B-ES es restaurar la natural pulsación.

Brillar y fluir. La energía brilla y se irradia desde el centro de nuestro cuerpo más allá del límite de nuestra piel. Es lo que se denomina campo de energía. Eva Reich usaba los términos “brillar” y “fluir” para describir los fenómenos de este campo, que puede colapsar como resultado de un trauma. La vida comienza brillando y fluyendo, los bebés, antes del nacimiento, comparten con sus madres el mismo campo energético por estar integrados en él. Esta fusión de campos lidera la unión y es la base de la capacidad de relación. Después del nacimiento es importante que el bebé permanezca en el campo energético de su madre hasta que pueda desarrollar y mantener el propio. Con relación a ello Wilhelm Reich escribió esto:

“La energía orgónica descubierta en 1939, aportó la explicación de este fenómeno: la mitigación de la angustia del niño mediante el contacto corporal de la madre se explica, desde el punto de vista orgonbiofísico, en base a la expansión orgonótica del biosistema del niño, sistema que se orienta hacia la madre. Existe un contacto entre los campos orgónicos de ambos organismos.” (1957: 194)

El trabajo clínico de la B-ES pone en evidencia el traumático impacto en personas de todas las edades que fueron separadas de sus madres inmediatamente después de nacer, puesto que los bebés se repliegan cargando sus corazas a lo largo de sus vidas.

Sensaciones y corrientes. La ira, el placer, la alegría son emociones que se experimentan en un estado expansivo del flujo de la energía. La tristeza, el miedo, el dolor son emociones que se vivencian en un estado de contracción de la energía. Esta pulsación de expansión y contracción con sus correspondientes emociones responde al flujo normal de energía. Hay tiempos de expandir y tiempos de contraer, hay tiempos de explorar y tiempos de protegerse. Cuando una persona está enferma o en crisis la energía se desplaza hacia adentro para sanar y protegerse. Cuando una persona está feliz la energía se mueve hacia afuera, puede experimentar calor, cambios de tonalidades en su rostro y movimiento corporal.

Wilhelm Reich citó a Weber (1926) quién dijo que “las sensaciones de displacer van unidas a un movimiento centrípeto de los fluidos corporales; las sensaciones de placer, a un movimiento centrífugo de los mismos fluidos.” (1957: 237)

La salud emocional se entiende como la capacidad de movimiento, de experimentar libremente la emoción adecuada en respuesta al acontecimiento vivido. Se podría pensar que la expansión es el estado saludable, porque está conectada con la alegría, sin embargo la contracción también puede ser un estado saludable, si el organismo lo requiere para preservar la vida. (Cfr. Overly: 2005: 5)

Nuestra capacidad de expresar alegría y amor está relacionada a nuestra habilidad de expresar ira, si no aprendemos a expresar ira de una forma segura, tampoco podremos conectar con el estado de placer. Al reprimir la ira se reprime también la expresión de la alegría y viceversa. Expresar el flujo de las emociones no es una cuestión de hablar de ellas racionalizándolas, se trata de entregarse a la experiencia libremente, sin temor ni violencia. Expresar las emociones tiene como objetivo la descarga de la energía emocional con movimientos, sonidos e intensidad.

Amar y dejarse amar es un principio fundamental en la B-ES, pues desde el inicio de la vida existe el deseo de amar y ser amado. Cuando permitimos que la energía se expanda podemos expresar amor, cuando la contraemos podemos confiar y recibir el amor de los otros formando una unión. En definitiva, la satisfacción y la cantidad de felicidad experimentada a través de relaciones amorosas son la clave de la B-ES.

Nuestro cuerpo experimenta sensaciones a través de la variación del flujo de la energía vital. Estas sensaciones se experimentan físicamente en la temperatura corporal, el tono muscular, las pulsaciones, las sensaciones de hormigueo o una ligera corriente eléctrica. Cuando la energía fluye hacia afuera la temperatura corporal se eleva, el color cambia, los músculos se sienten relajados, pero energéticos y móviles. Por el contrario, cuando el cuerpo está contraído la energía fluye hacia adentro del cuerpo, la piel tiene una apariencia de falta de brillo y color, el cuerpo está frío, los músculos tensos con poca movilidad, y se puede sentir bloqueo y desconexión.

La terapia ayuda a las personas a reconectarse con las sensaciones del cuerpo. Las sensaciones pueden ser el vehículo para abrirse a la emoción, y de esa forma más tarde almacenarla en la memoria. En la medida que vamos disolviendo la coraza se puede experimentar el *streaming*, término que podría definirse como la experiencia subjetiva de la profunda corriente de energía fluyendo en el cuerpo. (Cfr. E. Reich: 2005: 8)

Tensión-Carga-Descarga-Armonización. La energía llega a un punto máximo de carga en el cual es necesario descargar, y cuyo resultado es una sensación de satisfacción, seguida por integración y armonización. Este proceso se repite una y otra vez. Eva Reich (2005) describió cómo su padre originalmente observó este fenómeno durante la investigación de la función del orgasmo. En el funcionamiento sexual saludable el proceso se desarrolla de la siguiente forma: se genera tensión, que va acumulando carga (congestión de los tejidos con fluidos), hasta un punto en el que se produce la descarga de fluidos y de energía en el orgasmo, que luego es seguida de una sensación de bienestar. La armonización que sigue a la descarga de energía incluye satisfacción, integración, relajación y la necesidad de descansar. Es importante destacar que la potencia orgásmica no es sólo un tema de rendimiento sexual, si no que envuelve a la persona íntegramente, pues incluye el sentido del amor, la conexión y el cuerpo entero integrado en tal experiencia.

La tensión-carga-descarga-armonización ocurre en todos los aspectos de la vida y no está limitado a la actividad sexual. En cada latido del corazón hay una tensión, una carga, seguida de una descarga y luego una pausa refractaria. En cada ola del mar, se forma un cenit de tensión y carga, luego una descarga con un periodo de calma entre las olas.

Durante el alumbramiento esta secuencia es obvia, la labor del parto llega en olas, tensión-carga-descarga, y luego reposo entre los dolores hasta que el bebé nace.

Eva Reich asegura que cuando el proceso natural es alterado por la intervención médica, los recuerdos a menudo se mantienen en el cuerpo durante años. En efecto, cuando no se respetan los tiempos naturales y se interfiere en el nacimiento, se corre el riesgo de que el bebé retenga el nivel de tensión en su memoria corporal. El proceso de carga y descarga está también presente en la lactancia, la tensión y carga de la mama, se derivan de la congestión dada por la acumulación de leche materna. La carga es liberada cuando el bebé se alimenta y luego hay un tiempo de armonía para la mamá y el bebé. El fenómeno también aparece en el ciclo menstrual.

Se puede generar descarga con ejercicios físicos, trabajo, orgasmo, un baño, llorar, gritar, o una sesión bioenergética, lo cierto es que cuanto más profunda es la descarga más completo y satisfactorio es el estado de armonización.

David Boadella cita a Ola Raknes en su descripción sobre las tres condiciones que debe cumplir un metabolismo sano y energético: que pueda absorber la energía necesaria,

que esa energía pueda circular libremente y que el organismo pueda en todo momento descargar la energía absorbida. A su vez Raknes reconoce que hay factores sociales y educativos que pueden actuar como favorecedores u obstaculizadores de los ritmos naturales de la vida. (Cfr. 1983: 197)

El exceso de energía no descargado puede hacer que el individuo experimente discomfort. Es también importante y parte del ciclo, tener un tiempo para la relajación y la armonización después de la descarga, para lograr la integración.

Este proceso natural puede verse interrumpido por el trauma y el acorazamiento.

Algunas personas no logran tener un alto poder de carga, y permanecen en un estado de bajo nivel de energía, eso puede estar relacionado al trauma primal. Estos individuos, según Overly, a menudo en una intervención Bioenergética tienden a tomar una posición fetal, por lo cual el objetivo terapéutico es sanar sus recuerdos y aumentar su capacidad de carga.

Otras personas generan un constante estado de sobrecarga, sin poder generar la adecuada descarga, por lo que la ruptura del proceso natural de descarga puede darse tanto en el nacimiento como en la niñez, donde el mensaje emitido es que cada vez que haya un aumento de tensión energética, en lugar de seguir el proceso natural de descarga se tiende a la contención. Los patrones aprendidos de contener el enojo, el placer, la tristeza, el miedo, el dolor en las primeras etapas de la vida se convierten en estados de sobrecarga, tornándose peligroso para la salud física y emocional.

Otros individuos sólo logran descargas parciales, sin llegar a la etapa de la relajación y la integración, lo cual impide conectarse con la satisfacción y lograr la armonía. También están quienes no se habilitan al tiempo de la armonización y están siempre en movimiento y en guardia.

Richard Overly (2005) afirma que los traumas experimentados desde el nacimiento interfieren en el flujo natural de la energía vital, algunos podrán desarrollar una pulsación negativa en que el flujo se revierte, volcando la ira hacia el interior en lugar de soltarla. El resultado es que tanto hombres como mujeres comienzan a negar sus emociones y sensaciones.

La sesión terapéutica reproduce las etapas de la Energía Vital, tensión-carga-descarga-armonización-integración, logrando en el paciente una nueva forma de experimentar la energía vital. Por el contrario si en la sesión se refuerzan los aspectos contractivos primarios de la energía, se estarán intensificando los patrones de comportamiento menos saludables y los efectos del trauma. La sanación incluye la posibilidad de experimentar las distintas emociones, aprender a expandir y contraer y no quedarse pegado a un solo aspecto de las experiencias, promoviendo la flexibilidad en vez de la rigidez.

Concepto de Trauma en la B-ES

Para la B-ES el *trauma* es definido como una experiencia significativa para el individuo, que irrumpe y altera el flujo de la energía vital, con un impacto que es percibido como una amenaza a la vida y cuyas memorias son almacenadas en el cuerpo. El trauma puede ser experimentado en cualquier momento de la vida y sus fuentes pueden estar vinculadas a actos, eventos o situaciones intencionales o no intencionales. Eva Reich (2005) utiliza la metáfora de los “recuerdos cassettes” grabados en nuestra mente y en nuestro cuerpo, desde la concepción al presente, que influyen nuestro comportamiento de forma positiva o negativa. (Cfr. 2005: 20)

Para el Psicoanálisis, desde una perspectiva económica, “el traumatismo se caracteriza por un aflujo de excitaciones excesivo, en relación con la tolerancia del sujeto y su capacidad de controlar y elaborar psíquicamente dichas excitaciones”. (Laplanche, Pontalis: 1996: 447) Lo cierto es que el trauma es una experiencia única y no cabe hacer generalizaciones sobre su naturaleza, pues cada individuo experimenta el trauma y sus efectos a su manera y esto debe de ser respetado. Por eso en ambas teorías se reconoce la herida que surge de una intensa experiencia vivida y la incapacidad del sujeto de responder adecuadamente, cuyos efectos influyen su vida.

Trauma y coraza son conceptos que se encuentran altamente relacionados, puesto que debajo de toda coraza hay una historia de traumas. Como consecuencia de una experiencia traumática construimos inconscientemente una coraza para protegernos de sentir nuevamente lo que nos produjo el hecho traumático. Si la coraza es consciente o inconsciente es relativo a la edad de la persona, al tiempo del acorazamiento y a la severidad del trauma.

No obstante la coraza no sólo protege, también impide el flujo de la energía vital. La terapia de la B-ES implica la reversión de este proceso identificando la coraza, derritiéndola, sanando los recuerdos del trauma subyacente y restaurando el flujo natural de la energía vital.

En la B-ES se categorizan los traumas como pre-verbales y verbales. El trauma pre-verbal ocurre generalmente antes de los dos años de vida y el recuerdo del evento traumático es almacenado en el cuerpo. El trauma verbal ocurre después de los dos años y el recuerdo se expresa de forma verbal y corporal. Un principio básico de la B-ES es abordar el trauma tan pronto sucede, de modo de poder sanar e integrar los recuerdos de forma inmediata.

La B-ES y el concepto de trauma primal o pre-verbal.

La B-ES es una adecuada línea de abordaje en la elaboración del trauma, siendo particularmente efectiva en el trauma primal. Hace foco en los traumas primales por su función constitutiva de la persona, pues como dijo Eva Reich, “son base y cimiento de todo lo que sigue en la vida”. (2005: 21) Las corazas pueden originarse como resultado de traumas en la concepción, en el útero o al momento del nacimiento.

Francisco Dragotto dijo que “todos nosotros venimos del tiempo en que las experiencias no tienen palabras y los recuerdos se escriben en el cuerpo.”(1983: 214) Por cierto, los recuerdos preverbales se almacenan en la memoria corporal, parte de esta información puede haber sido compartida verbalmente por familiares. Es importante para los niños conocer su historia de vida, concepción, gestación, nacimiento y desarrollo, es decir la información cognitiva que corresponde a sus memorias corporales, de esta forma podrán estar en mejores condiciones de integrar la energía emocional a las experiencias corporales. Los traumas en el período primal no son necesariamente faltas de la madre o el padre, pueden responder a prácticas médicas o costumbres culturales, motivo por el cual es tan importante conocer las raíces de los patrones y decisiones que han afectado nuestras vidas de modo de poder generar el cambio.

Concepción

La experiencia del Trauma puede iniciarse al momento de la concepción. Las personas mantienen recuerdos de su gestación en su sistema bioenergético. El objetivo de esta terapia es recobrar y sanar las memorias. Las posibles causas de trauma en el período de la concepción pueden ser:

- No planificada o no deseada.
- Resultado de un acto violento o una violación.
- Durante otro trauma, como puede ser una guerra.
- Cuando el amor no está presente.
- Cuando la pareja está bajo el efecto del alcohol o drogas.
- Cuando la madre se encuentra en estados emocionales dolorosos, como luego de un aborto involuntario.
- Muy próxima a otro embarazo.

La magnitud del valor que le adjudicamos a cada una de las situaciones que envuelven la concepción está relacionada con la educación, las pautas culturales, sociales y religiosas de cada grupo familiar.

Dentro del Útero

La idea de que el útero es un lugar aislado, como si fuera una isla pacífica no influenciada por el exterior, es falaz. El bebé experimenta sensaciones, emociones, experiencias de vida de la madre a nivel físico y emocional. En un aspecto ideal el útero materno debería ser un cálido, amoroso y sostenedor ambiente donde el bebé pueda desarrollarse en condiciones óptimas, pues cualquier situación que interrumpa el flujo de energía vital en ese período puede traumatizarlo.

El trauma en esa instancia puede estar relacionado con:

- Estados emocionales de los padres, particularmente de la madre: depresión, ansiedad, tristeza, miedo, dolor, ira, rechazo al embarazo.
- Estados físicos y energéticos de enfermedad materna: toxemia (hipertensión y aparición de proteínas en la orina), cirugías, fracturas óseas, consumo de alcohol, drogas, cigarrillos, café.
- Experiencias de la madre de fallecimiento cercano, violencia, abuso, violación.

- Otras experiencias: muerte de un gemelo, intentos de abortos fallidos, etc.

El bebé que se desarrolla en un ambiente emocional estresante, se conecta naturalmente a estos estados emocionales durante su vida. Los estados emocionales de los padres, particularmente de la madre, como el miedo, la ira, la ansiedad, la depresión serán transmitidos al bebé. El estado físico de la mamá, también influenciará al feto.

Bruce Lipton afirma que los bebés en el útero materno, a través de la sangre reciben junto con los nutrientes las hormonas que la madre libera. En ambientes estresantes la sangre del feto se dirige fundamentalmente a los músculos y al cerebro (responsables de los comportamientos dirigidos a la supervivencia), afectando el aporte nutricional al resto del organismo. Lo dice así:

“Cuando atraviesan la placenta las hormonas de una madre que padece ansiedad crónica alteran profundamente la distribución del aporte sanguíneo del feto y cambian las características del desarrollo de la fisiología de su hijo”. (2007: 145)

Por su parte Federico Navarro reconocer el valor de las experiencias dentro del útero, en orden de poder ayudar al niño a sanar sus heridas:

“aspiramos a una sociedad alternativa en la cual cada individuo pueda ser reconocido como ser humano, es pues muy importante tener un buen inicio en la vida. Se sabe que la vida emotiva existe ya antes del nacimiento, durante los nueve meses de gestación.” (1983: 37)

Nacimiento

María Montero plantea que el parto es la primera gran prueba del bebé. Es un acto de transición representado por el abandono del útero materno. La estimulación sensorial recibida en este proceso tendrá un papel estructurador y organizador. La autora toma a Greenacre para reafirmar su idea y agrega que el nacimiento estimula el cerebro de tal forma que contribuye a la organización de los patrones de angustia, con lo cual se incrementa la defensa del bebé y deja huellas únicas e individuales que se superponen a las pautas de angustia genéticamente determinadas. (1988: 241)

Los nacimientos tienen efectos a lo largo de la vida. El mejor nacimiento es el natural, si bien no se puede negar que hay casos de emergencia que necesitan la intervención médica, nuestra cultura ha tratado de hacer de todos los nacimientos un proceso médico en lugar de un proceso natural.

Por su parte, P. Jones (1983) agrega que,

“ayudar a una madre a dar a luz, feliz y dignamente para que el niño se sienta satisfecho de haber nacido, es el meollo de la terapia preventiva, y es el primer paso para el niño a lo largo del camino de la salud y de la felicidad.” (1983: 141)

Experiencias durante el nacimiento que pueden producir trauma:

- Cesáreas.
- Partos prematuros o tardíos.
- Partos acordados por la conveniencia del médico.
- Uso de anestesia.
- Inducción de la labor.
- Uso del forceps o aspirador.
- Cordón umbilical alrededor del cuello.
- Aislamiento.
- Incubadora.
- Experiencias traumáticas del nacimiento de la propia madre.
- Situaciones de riesgo de vida de la madre o el bebé.
- Ausencia del padre.

Otras dificultades derivan de las prácticas médicas, como separar al bebé tan pronto nace. Como resultado de esto, el bebé se retrae, se vuelve pálido y su campo energético se debilita. Tanto la mamá como el bebé necesitan expandir su campo de energía, la energía y la tibieza, el bebé sólo la encontrará en el cuerpo de la madre.

Eva Reich llega a aseverar que constituye un derecho del bebé el hecho de que el nacimiento sea una cálida y expansiva experiencia. (Cfr. 2005: 27) Y Michel Odent cita a W. Reich para recalcar la necesidad de generar una nueva mirada social al derecho incuestionable de nacer de forma natural:

“La civilización comenzará el día en que la preocupación por el bienestar de los recién nacidos prevalecerá sobre las demás.”(1983: 149)

El objetivo de la B-ES es proveer de los primeros auxilios a la madre y al bebé al momento del nacimiento, tal como lo plantea Eva Reich utilizando el *Butterfly Touch*.

Después del Nacimiento

Potenciales causas de traumas posteriores al nacimiento:

- La circuncisión.
- Falta de amamantamiento.
- Enfermedades y cirugías.
- Adopción.
- Estar comprimido (por ejemplo, pañales apretados).

Después del nacimiento lo natural es que el bebé quede sobre el pecho materno, permaneciendo en el campo energético de la madre. Es importante que el bebé esté junto a ella, hasta que su sistema energético se vuelva suficientemente fuerte, lo que usualmente toma alrededor de tres meses. Es importante respetar las necesidades del bebé, sus tiempos de descanso, escuchar el reloj biológico del niño. El bebé necesita sentirse sostenido y seguro, pero no al extremo de impedir sus movimientos, inhibiendo la libre respiración y el flujo de su energía vital.

Desarrollo

El período que va de los 6 meses hasta los 2 años se relaciona con el desarrollo de experiencias básicas y naturales: ir al baño, comer, dormir, explorar. En esta etapa las madres y los padres deben conectarse con el principio de auto-regulación de su hijo. El principio de auto-regulación es la capacidad innata de los organismos de conocer lo que desean y lo que necesitan, como también de encontrar el camino para lograrlo.

Traumas Verbales

Eva Reich afirmaba que no tenemos una memoria verbal de los traumas antes de los dos años de edad. De los tiempos primales los recuerdos que perviven son los corporales o los que provienen de la información proporcionada por la familia. En cambio los recuerdos vividos luego de los dos años pueden ser verbales y corporales. (Cfr. 2005: 34)

Es importante que en el proceso terapéutico de sanación no se repitan situaciones de abuso, más bien es vital respetar el derecho a decir “no”. El proceso no es sobre culpas, sino sobre la conciencia de las decisiones tomadas, como resultado del impacto de un trauma. Y es también permitir a los otros ser responsables de sus acciones y dejar que las energías bloqueadas a nivel de lo sensitivo y emocional puedan fluir.

Richard Overly le da importancia al proceso de trabajar las memorias corporales para poder sanar, pero destaca la integración del proceso cognitivo, pues la B-ES no es solamente terapia, también es una enseñanza individual para saber cómo cuidarse y actuar por uno mismo en la sanación y mantenimiento del flujo de la energía. (Cfr. 2005: 36)

Coraza

Overly plantea que como resultado de experiencias traumáticas un individuo realiza, para protegerse, inconcientes elecciones, y en raras ocasiones también elecciones concientes. El propósito funcional del mecanismo es la sobrevivencia, el individuo cree que no sobrevivirá en la vida, si no se coloca en un plano de defensa.

La expresión “coraza” en inglés es *armor*, que significa armadura. La metáfora indica de forma clara que las corazas funcionan a modo de protección, como lo hacían las armaduras de los caballeros medievales.

La coraza es antítesis de experimentar libremente el flujo de energía vital, incluyendo emociones y sensaciones. Se puede formar como resultado de una sucesión de experiencias traumáticas durante un periodo de tiempo prolongado o puede ser también resultado de un único trauma. La forma en cómo el individuo percibe cada experiencia

traumática determina el desarrollo de la coraza, pues para una persona una experiencia puede significar un trauma, mientras para otra puede ser solamente un suceso.

Eva Reich explicó que el acorazamiento puede verse como las láminas de una cebolla. Las láminas más cerca de la superficie envuelven las decisiones más concientes, mientras que las láminas más profundas envuelven los elementos inconcientes. Los procesos concientes pueden comenzar alrededor de los siete años, y la coraza usualmente se forma en los primeros siete años de vida –asegura Eva-, luego las experiencias traumáticas simplemente adicionan nuevas capas.

Mecanismos llave

Eva Reich analizó los mecanismos más comunes de acorazamiento, lo que proporciona la llave para ayudar al desbloqueo y abrir el sistema de restauración del flujo natural de la energía vital. (2005: 40) Ellos son:

- Segmentos de la coraza.
- Flujo de energía.
- Carácter de la coraza.
- Emoción familiar intra-útero.

Segmentos de la coraza

Overly (2005) menciona que este fenómeno fue descubierto por Wilhelm Reich en su práctica clínica al observar que los segmentos de la coraza, se desplazaban en círculos horizontales alrededor del cuerpo, mientras la energía vital fluye en forma vertical hacia arriba y hacia abajo. Dice Overly:

“Los segmentos de la coraza comprenden pues todos aquellos grupos de órganos y músculos en recíproco contacto muscular, que pueden inducirse mutuamente a participar en el movimiento expresivo.” (1957: 304)

Los segmentos son:

El Ocular: desde la punta de la cabeza hasta debajo de los ojos, arriba del borde superior de las orejas, incluyendo el reborde occipital.

El Oral: mentón, mandíbula, orejas y boca.

El Cervical: garganta y cuello.

El Torácico: hombros, pechos, brazos y manos.

El Diafragmático: diafragma, segmento que divide el cuerpo en superior e inferior. *El*

Abdominal: se ubica desde el segmento diafragmático, por el área frontal, hasta la línea marcada por las crestas ilíacas. Y por la parte posterior finaliza en la parte superior de los glúteos. Incluye intestinos y todos los órganos de la cavidad abdominal excepto el útero.

El Pélvico: desde la cadera y sacro hasta los pies, área inervada por el plexo sacral, inervando glúteos, piernas y pies. Comprende el útero, la vejiga, el intestino y la próstata.

Síntomas de acorazamiento en los segmentos

Segmento Ocular: ojos velados, distantes, cerrados, extraños, acuosos, lagrimeantes, sin expresión, con falta de movimiento ocular, frente rígida, y arrugas profundas. Cuando se bloquea este segmento con respecto al resto del cuerpo puede estar vinculado con no haber sido visto y reconocido en su integridad. La importancia de la conexión ocular con la madre es vital. Dice Gonçalvez:

“El bloqueo energético del primer nivel de la disposición segmentada de la coraza muscular (el segmento ocular) se produce generalmente como reacción del recién nacido contra la atmósfera de recesión, rechazo y destructividad que encuentra al nacer.” (1997: 98)

En terapia la interacción ocular entre paciente y terapeuta es parte importante del proceso de sanación.

Segmento Oral: mandíbula apretada, trastorno temporomandibular, labios fruncidos, tensión en los labios, músculo masetero tenso, boca apretada.

Segmento Cervical: músculos cervicales tensos, tensión en el músculo erector espinal, dolor de cuello, dificultad en emitir sonidos y expresar emociones, llanto silencioso, nudo en la garganta, sensación de asfixia, sentir algo alrededor del cuello, disfagia, dificultad para tragar, hombros altos, falta de cuello.

Segmento Torácico: hombros hacia delante o hacia atrás, respiración contenida, “pecho militar”, falta de movilidad, asma, constricción bronquial, manos y muñecas rígidas, manos artríticas, manos frías carentes de color, uñas comidas.

El dispositivo terapéutico tiene como objeto liberar el bloqueo energético a nivel respiratorio, en la medida que el paciente conecte con la raíz de la rigidez de este segmento. Para derretir la coraza y movilizar el pecho se requiere un trabajo suave que respete el ritmo del paciente.

Segmento Diafragmático: sentimiento de separación entre la parte alta y baja del cuerpo, a nivel de piel diferencia de temperatura de estas zonas, parte alta caliente, parte baja fría, patrón respiratorio alterado, respiración contenida, incapacidad para realizar una respiración profunda.

Segmento Abdominal: úlceras, diarrea, colitis, hinchazón, no responde a los movimientos respiratorios, constipación, colon espástico o irritable.

Segmento Pélvico: respiración bloqueada a nivel pélvico, inmovilidad a nivel de pelvis y piernas, disfunción sexual, represión sexual, negación, problemas prostáticos, gases excesivos, músculos rígidos, frialdad, falta de flexibilidad, falta de sensibilidad, ajenidad hacia las piernas, espasmos rectales, vaginismo, sequedad vaginal, impotencia, frigidez, calambres.

Rigidez y contractura de los músculos estriados: los recuerdos de las experiencias traumáticas son almacenados en los músculos, a través de contracturas y nudos. La disolución de la coraza libera la energía vital.

Federico Navarro describe como a través de la tensión o distensión muscular, no sólo se manifiesta el malestar o bienestar cenestésico, sino también el emotivo, vinculando los bloqueos energéticos a la hipertonia muscular generada por la represión de las expresiones espontáneas de la emotividad. (Cfr. 1983: 54)

Acorazamiento en los músculos lisos: el mecanismo de acorazamiento frente al trauma se produce en lo profundo del cuerpo. El síntoma va a estar determinado por el órgano al que el músculo liso esté conectado.

Debajo de todas las rigideces está la historia personal y la necesidad de sobrevivencia, y la principal herramienta de la B-ES para derretir la coraza de los segmentos es el *Butterfly Touch*.

En el proceso de desacorazar, generalmente se trabaja un segmento por vez, comenzando desde la cabeza hacia los pies. El inicio es en la cabeza para que la persona clarifique la mente, para procesar las emociones que llegan de lo profundo del cuerpo y liberar la energía a través de sus ojos. En nuestra cultura cuando una persona llora cierra sus ojos, aprieta la mandíbula, tensa los músculos del cuerpo deteniendo así el flujo de la energía. En la B-ES se promueve que la persona tenga los ojos abiertos para que lágrimas y energía puedan fluir y eventualmente pueda llorar el cuerpo entero.

Mecanismos llave relacionados al flujo de energía

Inmovilización: es un estado en el cual el individuo tiene energía que no fluye por el cuerpo como movimiento vital. La energía es internalizada y no aparece en la superficie. El objetivo del tratamiento es lograr la movilidad y que la persona descubra las raíces del trauma.

Contracción: el campo energético está contraído hacia el interior durante un periodo de tiempo prolongado, produciendo una ansiedad crónica o aguda. La persona se ve falta de color, pálida, temerosa, en este estado de ansiedad la energía parece estar bloqueada en el interior. Las raíces de esta contracción pueden estar originadas durante el período primal. El objetivo terapéutico es la expansión del campo de energía y poder lograr conocer las raíces del evento que forzaron el estado energético contractivo.

Estado de anorgonia: es una condición en la cual hay un extremo nivel bajo de energía vital. Desde el nacimiento, la existencia del bebé no ha sido aceptada, a raíz de eso el bebé no puede establecer el enlace y se contrae hacia adentro de su núcleo. Luego en el correr de la vida sobrevienen experiencias similares al trauma temprano que gatillan los ataques de anorgonia.

Implosión: es el resultado de una pulsación de ira que ha sido revertida, de modo que la energía es volcada hacia sí mismo. Es importante dentro de la curva de la energía vital mover al paciente hacia la descarga, para luego poder lograr la armonización. Cuando el dolor es experimentado en las primeras etapas de la vida, esa energía puede ser volcada hacia sí mismo. El objetivo del abordaje terapéutico será ayudar al paciente a conocer la fuente del dolor, sanar el recuerdo y restaurar el flujo de energía.

Mecanismos llave relacionados a la coraza caracterológica

La coraza caracterológica, expresión que Eva Reich tomó del libro *Análisis del Carácter de padre* (1957), incluye todos los mecanismos de defensa a través de los cuales las personas evitan llegar a la verdad sobre sí mismos. Dichos mecanismos son como disfraces que permiten ser algo distinto, como el actor que juega diferentes roles sin revelar su real naturaleza.

Si bien en la niñez las defensas caracterológicas no están fijas, las raíces de esta etapa podrán ser observadas en la vida más tarde. Para poder moverse libremente en la vida el paciente deberá resolver en la terapia esas defensas.

La B-ES atiende esos mecanismos que quedan anclados en el cuerpo, y el interés no es etiquetar su carácter, sino ver desde un punto de vista funcional cómo interactúan entre sí. En la medida que las corazas corporales y energéticas se van derritiendo, las defensas caracterológicas se vuelven menos necesarias para la supervivencia.

Mecanismos llave relacionados a las emociones intra-útero

Frecuentemente el individuo reacciona emocionalmente a lo largo de su vida en una conexión con las emociones vividas dentro del útero materno. Y repetidamente regresará a ese estado emocional a lo largo de su vida para poder sentirse vivo. En el proceso terapéutico es importante buscar la conexión emocional en las experiencias primales.

Importantes principios para recordar al trabajar con las corazas

Toda coraza tiene una función dirigida a la supervivencia, el proceso terapéutico pretende identificar junto al paciente el origen de la misma. La B-ES hace hincapié en que el proceso de desacorazamiento debe de ser progresivo y no agresivo. Es aplicable el principio de la ostra para evitar la reacción defensiva del paciente durante el proceso terapéutico. El individuo necesita tiempo para la integración cognitiva, entender su sistema de supervivencia y tener control sobre él. Necesita tiempo para desarrollar una capa más adaptativa, para enfrentar las experiencias de vida. La integración cognitiva es importante en el proceso terapéutico para que la persona pueda entender las razones de su acorazamiento.

Cada tensión tiene una historia

La historia comienza como resultado de la percepción del evento traumático, como necesidad de ajuste a una situación dolorosa. Más tarde en la vida aparecen estímulos que retrotraen el trauma inicial. A menudo se responde a esa nueva experiencia usando una coraza defensiva, incluso a sabiendas de que esa respuesta no tiene sentido, la memoria corporal toma el mando y responde de la misma forma que en el pasado.

La coraza de cada persona es única y tiene su historia

Es importante buscar en la experiencia de vida el significado de los síntomas de la coraza para cada individuo, así luego poder liberar la memoria emocional. La información con la que se trabaja la aporta el paciente, puesto que lo que el acorazamiento significa para el paciente es lo significativo. El proceso es único para cada individuo y tiene que ser descubierto para generar el cambio.

La coraza que se desarrolló en el pasado, en el presente puede ser destructiva para nuestra salud física y emocional. Según dijo Wilhelm Reich, “una experiencia infantil traumática puede tener efecto sólo si está anclada en una rígida coraza.” (1957: 313)

Algunas corazas son necesarias para sobrevivir

Hay veces que la coraza es necesaria para existir en este mundo, por eso no debe menospreciarse el significado original del proceso de acorazamiento. La decisión de acorazarse no se da a nivel consciente, es una reacción de supervivencia que se da en la niñez. El niño se siente acorralado sin saber qué hacer, no percibe ninguna otra opción o posibilidad debido a su edad o a las circunstancias a las que se ve enfrentado. Sentir que no hay otra salida dispara un comportamiento instintivo, que se transforma en un patrón a nivel celular y cerebral.

Proceso terapéutico

El proceso terapéutico implica, de acuerdo a Overly, “tratar sistemáticamente la coraza, que es el resultado del trauma, para restaurar el flujo de la energía vital y liberar al individuo para amar y ser amado.” (2005: 63).

La terapia de B-ES combina el abordaje corporal y verbal. Este proceso permite al paciente no solo recuperar los recuerdos cognitivos, sino también los retenidos en el cuerpo. “Cognitivo” aquí refiere a todo lo que se sabe de la propia vida y también el sentido que se le otorga. El cuerpo refiere a los recuerdos que están desde el inicio de nuestra vida, que pueden o no ser conscientes y que a menudo están presentes en respuestas corporales.

En el tercer prólogo del Análisis del Carácter, Wilhelm Reich destaca que si trabajamos solo con un aspecto estaríamos dejando de lado la importancia del otro, por ello “el factor que transforma la estructura humana de „enferma” en „sana”, es la coordinación emocional, bioenergética, del organismo.” (1957: 362)

Algunas herramientas de la B-ES

En el presente trabajo se ha seleccionado la línea del trauma y el *Butterfly Touch* como herramientas para la elaboración del trauma. A continuación en forma breve se hará alusión a otras tres importantes herramientas de este enfoque antes de desarrollar las seleccionadas. Esta línea promueve el “toque suave”, que es compartido por otras terapias corporales. Fernando Ortiz cita a Guash para expresar la importancia de tocar en forma suave sobre las defensas almacenadas en el cuerpo:

“Si un individuo tiende a proteger las zonas más frágiles de su cuerpo acorazándolas por una acumulación de energía, no se le hace ningún favor al intentar romper estas defensas con base en masajes profundos y posiciones estresantes”. (1999: 140)

Bio-Energética Suave Balance. En uno de sus viajes a Australia Eva Reich (2005) tomó contacto con la terapia de la polaridad, desarrollada por el Dr. Randolph Stone, y luego incorporó sus técnicas a la B-ES aunque modificando su aplicación. Más tarde Richard

Overly realiza algunas adaptaciones con el propósito de restaurar el flujo y el equilibrio de la energía vital en el cuerpo.

El *Balance* consiste en una serie de toques suaves que siguen el patrón de los segmentos de acorazamiento, comenzando por la cabeza y llegando hasta los pies, conectando así la energía de todos los segmentos.

A menudo, en la medida que la coraza es derretida, tanto paciente como terapeuta van identificando las llaves de los patrones de vida presentes, lo que facilita poder cambiarlos. El re-experimentar la emoción de las escenas tempranas del trauma que han sido almacenadas en la memoria corporal y que han permanecido inaccesibles, permiten acelerar los procesos terapéuticos. Si bien pudo haber procesado la experiencia verbalmente, no pudo integrar los recuerdos a nivel emocional y corporal.

Metamorfosis. Es una de las primeras herramientas de la B-ES, constituye una experiencia regresiva a las memorias corporales del periodo comprendido desde la concepción al nacimiento. Si bien estas experiencias son de la etapa no verbal los recuerdos se encuentran gravados en el banco de memoria del cuerpo.

Eva Reich encontraba esta herramienta muy eficaz, ella veía cómo los pacientes se reconectaban con experiencias traumáticas originadas dentro del útero materno. La herramienta fue creada por Robert St. John y modificada por Eva para convertirla en un procedimiento de exploración del trauma primal. Robert St. John fue un Reflexólogo Británico que desarrolló y aplicó esta técnica a niños con discapacidad, situando en la zona refleja del pie correspondiente a la columna vertebral, las etapas desde la preconcepción hasta el nacimiento. (E. Reich: 2005: 198)

Indicaciones para el uso de la Metamorfosis

La Metamorfosis está indicada para cualquier trauma que surja de la aplicación de la línea del trauma entre la concepción y el nacimiento. También puede indicarse su uso en los casos en que los pacientes describen que durante toda su vida han tenido sentimiento de ansiedad, tristeza, miedo o depresión sin saber por qué (podrían ser emociones maternas), y para aquellos que se describen como no deseados, niños y adultos con problemas en el desarrollo (aplicación original, St. John). Es también una

herramienta valiosa para aquellos que tienen una historia de abusos, pues ayuda a recobrar un lugar seguro y a procesar e integrar la mala experiencia.

Evidencias de la existencia de los bancos de memoria en el cuerpo

Eva Reich, basada en las experiencia de Wilder Penfield, (neurocirujano de Montreal, Canadá), sostiene la existencia de los “bancos de memoria” en el cerebro. Durante una cirugía a un paciente con epilepsia Jacksoniana, encuentra lo que se denominó “bancos de memoria”. Buscando la exacta localización de las lesiones producto de los ataques, con un electrodo, estando el paciente en estado consciente, le reportó el hecho de estar reviviendo recuerdos con todo detalle. Cada vez que un lugar exacto de la corteza cerebral era estimulado, un recuerdo se revivía en forma idéntica. (Cfr. 2005: 210).

Psicodrama del nacimiento. Es usado para sanar las memorias del trauma del nacimiento. Esta herramienta trae a la superficie los recuerdos inconcientes alojados en el cuerpo y en las emociones que fundaron los guiones de vida y los patrones repetitivos.

He seleccionado profundizar en la línea del trauma por su carácter diagnóstico, que permite la selección adecuada de la estrategia terapéutica y en el *Butterfly Touch* por ser la herramienta desarrollada por Eva Reich, y que da origen a la B-ES.

La línea del trauma

Es una herramienta para obtener información rápida sobre el paciente y poder entender las raíces de la coraza. Este procedimiento de evaluación es usado por la B-ES en el comienzo del tratamiento. Overly plantea que el propósito de esta herramienta es buscar los traumas que han ocurrido a lo largo de la vida, desde la concepción al momento presente. No es una línea cronológica, es mucho más que eso, lo relevante de este dispositivo es identificar los eventos dolorosos a lo largo de la vida. En terapia esta información obtenida con la línea del trauma forma las bases de la estrategia clínica y ayudan al terapeuta y al paciente a interpretar verbal, emocional y corporalmente, los recuerdos que emergen en el proceso. Realizar la línea del trauma puede insumir de 15 minutos a una hora, dependiendo de las experiencias de vida y el conocimiento del

periodo pre-verbal que tenga el paciente. El terapeuta debe estar involucrado en este proceso, mostrar claramente la importancia de la herramienta, tener un genuino interés y apoyar a la persona que se está conectando con sus experiencias dolorosas. Este proceso afirma que está bien hablar sobre el trauma y explorar los secretos de la niñez y la familia.

Se debe reafirmar la confidencialidad del contrato con el paciente o con el grupo. Si el paciente no accede a la información pre-verbal, las herramientas podrán ayudarle a recobrar las experiencias desde los recuerdos corporales.

La elaboración de la línea del trauma se gesta en un encuentro cooperativo entre el terapeuta y el paciente, que ayuda a desarrollar la disposición y la confianza del último, estimulando la creatividad.

Haciendo la línea del trauma de la forma descrita, Richard Overly (2005: 90) afirma lo siguiente:

- Como terapeuta me intereso por ti y en tu dolor.
- Tus tempranas experiencias de vida te han afectado, tu dolor tiene una historia.
- Está bien hablar sobre el trauma, la familia, la historia y los secretos destructivos.
- Está bien estar en cercanía, compartir la información personal y explorar tu niñez.
- Hay un plan de terapia y un plan para sanar esas experiencias dolorosas.
- Se puede trabajar en las raíces del dolor, conectando con el niño interior, explorando la creatividad bloqueada.
- El paciente no es una víctima, puede cambiar las decisiones tomadas en procesos inconcientes.

El uso de esta herramienta, dice Overly, “no responsabiliza a otros sobre lo ocurrido, sino busca descubrir las raíces, decisiones y procesos inconcientes que han gobernado la vida, para crear la posibilidad del cambio.” (2005: 93)

La línea del trauma se realiza dibujando una línea horizontal en el medio de la hoja. En la parte superior de la línea se coloca el momento presente, en la parte baja momentos determinantes de la etapa pre-verbal (concepción, desarrollo intrauterino, nacimiento, dos años de vida). Se harán tantas líneas horizontales a lo largo de la hoja con la edad y la naturaleza de los traumas como refiera el paciente.

Algunos ejemplos de preguntas para recabar información:

Concepción: ¿Qué sabe de su concepción? ¿Cuáles fueron las condiciones de su concepción? Deseado / No deseado, Planeado / No planeado, Padre o madre bajo la influencia del alcohol, Tiempo entre embarazos (útero desvitalizado), Actitud de los padres frente al sexo, Concepción como resultado de una violación.

Intra-útero: ¿Qué sabe sobre su vida en el útero? ¿Cuál era el estado emocional de su madre durante el embarazo? (Ansiosa, deprimida, temerosa) ¿Enfermedades de la madre? ¿Medicamentos? ¿Consumo de drogas? Muertes / Accidentes / Víctima de abuso o violencia / Amenaza de aborto / Rechazo al embarazo / Pérdida de un embarazo previo / Útero frío.

Nacimiento: ¿Qué sabe de su nacimiento? Parto vaginal / Cesárea / A término / Prematuro / Tardío / Con anestesia / Parto inducido / Atascado en el canal de parto / Fórceps / Cordón umbilical alrededor del cuello / Si fue separado el bebé de la mamá / Aislamiento / Incubadora / Problemas emocionales de la mamá / Riesgo de vida de la mamá o el bebé.

Del nacimiento hasta los dos años, ¿qué se sabe de ese periodo de vida? Circuncisión / Vínculos primarios / Lactancia / Aislamiento / Adopción/ Vestimenta o pañales apretados / Control de los esfínteres/ Sueño / Marcha / Abuso / Anestesia / Operaciones / Abandono.

El periodo pre-verbal se completa en los ítems que siguen un orden cronológico hasta los dos años de vida. En el resto de la vida es preferible completarla por categorías, como por ejemplo cuántas operaciones se ha tenido a lo largo de la vida.

Ejemplos de traumas en la etapa verbal: Operaciones / Anestesia / Fracturas / Accidentes / Heridas / Enfermedades / Ahogamiento / Lesiones / Abuso físico / Abuso sexual / Abuso con drogas y/o alcohol.

Se puede preguntar por Mudanzas / Muertes / Divorcios / Pérdidas de trabajo / Perdida de amigos / Discriminación racial o de género. Estas experiencias tienden a manifestarse a nivel verbal y corporal.

Eva sostenía la importancia de encontrar la esencia del problema para poder construir el diagnóstico adecuado y por consiguiente la dirección del tratamiento. (Cfr. 1983: 65)

El *Butterfly Touch* (El toque de la mariposa)

El *Butterfly Touch* fue desarrollado por Eva Reich, surgió a través de las observaciones realizadas en el trabajo de su padre y de sus estudios clínicos con bebés. Son las investigaciones realizadas sobre la bioeléctrica de la piel las que dan sustento científico al roce suave del *Butterfly Touch*. En su libro *La función del Orgasmo* (1974), W. Reich mencionaba el descubrimiento de *Tarchanoff* y *Veraguth* sobre los cambios en el potencial eléctrico de la piel, como resultado de las emociones. A esto deben agregarse las investigaciones de Reich sobre las respuestas bioeléctricas de la piel frente a los cambios emocionales como respuesta a las distintas intensidades del *toque*. La investigación reveló que el potencial bioeléctrico aumenta como respuesta a los toques suaves y disminuye frente a la presión de cualquier índole. Este potencial también aumenta frente a emociones de placer y disminuye ante emociones de displacer. (Cfr. 1974: 352-354)

Del abordaje bioenergético se toma la secuencia de los segmentos de la coraza, que serán la guía del protocolo del masaje. Eva Reich (1998), como investigadora y médica pediatra, se desempeñaba en el Harlem Hospital de Nueva York en el ala de prematuros, hospital de referencia para todo Nueva York. Allí desarrollaba su masaje suave basado en sus experiencias clínicas y las observaciones sistemáticas de alrededor de cien bebés prematuros con gran desvitalización. El masaje realizado con la suavidad del roce, como si fueran las alas de una mariposa, permite estimular la energía de los bebés prematuros que reaccionan positivamente al estímulo.

Esta técnica se sostiene sobre el principio de respeto al derecho innato de la autoregulación. El abordaje estará dado al permanecer por debajo de los niveles de resistencia, respetando el ritmo personal y restaurando el flujo de la energía. El propósito del toque de la mariposa –dice Eva– “es derretir la coraza y en consecuencia restaurar el flujo natural de la energía vital.” (2005: 160).

Eszter Zornànszky destaca la acción del masaje del bebé prematuro, según surge de las investigaciones de Ruth Rice. (Cfr. 1998: 122) Ruth Rice, reconocida por su trabajo como

Jefa del Departamento de Estadísticas de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), desarrolló en 1977 la Investigación Interamericana de la Mortalidad en la Niñez. Llevaba a cabo un estudio con bebés prematuros y la aplicación del masaje, obteniendo como resultado un mejor desarrollo tanto neurológico como corporal.

Montagu (2004) realizó un exhaustivo análisis de la importancia de la piel en las relaciones humanas. Generó un aporte conceptual sobre la importancia de la piel como medio de contacto, desde una óptica multidimensional: “contacto entendido, entonces, como lenguaje del cuerpo en sus vertientes sensoriales, porque a través y gracias a la erogenización de la piel, el cuerpo (se siente) en su expansión empática y siente todo un mundo circundante.” (1983: 297) Montagu (1983) plantea la base de una teoría científica del tacto a partir de los postulados filogenéticos, de las leyes del desarrollo endocrinológico, de la etiología animal, de las aportaciones psicoanalíticas y de los estudios antropológicos y sociológicos.

Indicaciones para el *Butterfly Touch*

Nacimiento, Bebés y Niños

- Ayuda a relajar a la mamá para el parto y restaurar su energía después del nacimiento.
- En el nacimiento ayuda a expandir la energía e integrar la experiencia.
- Contribuye en el fortalecimiento del vínculo madre-padre-bebé.
- Repara el vínculo si la mamá y el bebé fueron separados.
- Ayuda a los bebés y niños adoptivos a establecer vínculos y a sanar la pérdida.
- Relaja los cólicos del bebé.
- Calma en caso de hiperactividad y colabora a conciliar el sueño.

Por su parte Alvez comenta la importancia de los efectos del masaje en el bebé y el niño, destacando sus beneficios: aumenta la percepción corporal, relaja la musculatura, favorece el desarrollo físico, motor, neurológico e intelectual. (Cfr. 2001: 19)

En la Clínica

- Ayuda a derretir la coraza.
- Sana los recuerdos del trauma primal.
- Restaura el flujo de la energía luego de accidentes o enfermedades.

- Indicado en pacientes hospitalizados.
- Fortalece los vínculos intrafamiliares. - Desarrolla la conexión con el cuerpo.

Eva Reich observó en la práctica clínica que muchas enfermedades a menudo tenían sus raíces en el trauma primal, mostrando síntomas característicos de un campo energético extremadamente contraído, que se evidenciaban por la ausencia de color en la piel, la baja temperatura corporal, la respiración alterada y la tensión corporal. De ese modo el toque de la mariposa promovía la expansión del campo energético, revirtiendo estos síntomas.

Pautas para el masaje en el bebé

La preparación de un ambiente cálido y el bebé bien alimentado. El masaje comienza con unos pocos minutos y se podrá ir extendiendo su duración siempre en función de la tolerancia del bebé. La técnica sigue el principio de autoregulación, por lo que se estará siempre atento a las emociones, cansancio, llanto, molestias del bebé, que serán motivo para detener la ejecución.

Práctica del *Butterfly Touch*

Hay tres maniobras básicas: roce suave, círculos y *shaking* (vibraciones). Las tres se repiten en secuencias de dos a tres veces cada una. El toque, como se dijo, es similar al aleteo de una mariposa (lenta, suave y armoniosa). Eva Reich sistematizó el masaje en 45 pasos en que se realizan maniobras desde la cabeza a los pies trabajando energéticamente sobre cada uno de los segmentos mencionados. Se integra el cuerpo, se trabaja el segmento, se integra la zona y finalmente se integra nuevamente todo el cuerpo. Esta herramienta implica un estado armónico compartido entre dador y receptor, previo al masaje es importante que el terapeuta genere un insight, se centre y mantenga presente el objetivo del procedimiento.

El *Butterfly Touch* está sostenido en las investigaciones médicas de Wilhelm Reich, y los estudios y experiencias clínicas de su hija Eva Reich. La herramienta posee dos espacios bien diferenciados de acción, en el recién nacido busca restaurar la unión del bebé y la mamá por el reconocimiento del derecho humano al buen nacer.

Siguiendo esta línea de pensamiento Casilda Rodríguez dice:

“Sabemos que es destino de todos los cuerpos, femeninos y masculinos, hacerse regazo y no coraza. Además están ahí nuestros hijos e hijas, nuestras criaturas, reclamando su derecho a tener madre, a nacer gozosamente y a encontrar un mundo donde vivir con calidez y armonía. (2009: 110)

En niños y adultos el *Butterfly Touch* es una herramienta más en la clínica, con la que se cuenta para la elaboración del trauma, Eva Reich incluyó otras herramientas, algunas de las cuales fueron brevemente mencionadas en este trabajo, porque cada trauma es único y tiene su propia historia de dolor, y su elaboración requiere la herramienta adecuada con la que el paciente se encuentre más identificado.

Reflexiones personales

La elaboración de este trabajo me ha permitido reflexionar a través de la perspectiva de la Bio-Energética Suave, cómo las conductas sociales y naturalmente aceptadas, interfieren con el natural flujo de la energía vital, perpetuando estructuras rígidas y perjudiciales, en que los valores predominantes de poder y progreso reemplazan el “ser” por el “hacer”.

Lowen (1980), describe bien la influencia de las fuerzas culturales sobre las personas cuando dice:

“El individuo que se siente atrapado en sí mismo, será efectivamente atrapado por las situaciones existenciales, la situación externa produce la situación interior. Por su influencia en la familia, la cultura moldea el carácter del niño. Si vivimos en un mundo alienado, nos transformamos en seres alienados de nuestro cuerpo y de nosotros mismos.” (1980: 60)

Sin embargo por suerte agrega que a través de la terapia corporal podemos lograr la autoaceptación, la autoexpresión y el adueñamiento de nosotros mismos.

En nuestra cultura se hace difícil vivir plenamente y en términos de derechos la dimensión corporal, el placer y la sexualidad, que resultan ejes que obstaculizan la autoaceptación en todas sus dimensiones, tal como sostiene Eva Reich: “El derecho a ser lo que uno es, incluye no tener que ocultar la naturaleza auténtica.” (1998: 122)

Es pertinente plantearnos cuál es el legado que le queremos transmitir a las futuras generaciones, mientras sigamos negando la dimensión del cuerpo como vía para experimentar las emociones.

Desde la concepción somos vida, energía que fluye, una estructura celular albergada en un útero, pasible de ser afectada por los cambios energéticos que se producen en el desarrollo. En el proceso de crecer hay mucha historia de trauma.

Es importante entender cómo las prácticas instauradas en nuestra cultura nos afectan, de esta forma tenemos que trabajar para producir nuevas realidades, que estén en sintonía con la naturaleza humana, habilitando el saludable ritmo de la vida. El trabajo de Eva Reich

sobre la importancia de reconocer el derecho del bebé a permanecer unido a su madre, desde un punto de vista físico, emocional y energético luego del nacimiento, es de gran valor porque promueve un cambio social importante para las futuras generaciones.

Los nacimientos tienen un efecto a lo largo de la vida. El mejor nacimiento es el natural. Todos los eventos dolorosos que experimentamos a lo largo de la vida generan una coraza de protección, si bien esta coraza está destinada a preservar la vida, interfiere en el fluir de la energía vital.

En la cultura occidental tenemos muchas situaciones de carga y pocos mecanismos de descarga, lo que genera un gran potencial hacia la violencia y las enfermedades relacionadas con el exceso de tensión. La velocidad con la que se vive, no permite otorgar suficiente énfasis al tiempo que tendríamos que dedicarle a la relajación y a la armonía que le sigue a la descarga.

En Uruguay tenemos una multiplicidad de situaciones que lo pueden ejemplificar, sometemos a los niños cada vez más a una abrumadora recepción de estímulos audiovisuales por medio de los videojuegos, la televisión y el internet, que los saturan energéticamente y no le dan la oportunidad de generar adecuadas descargas de energías. En busca de una supuesta comodidad el sedentarismo se ha instaurado en nuestras vidas, el control remoto abre puertas, portones, enciende televisores y nos aleja de la actividad física como medio para la natural descarga de energías. Cada vez más nos volvemos ajenos a nuestros cuerpos y a nuestros espacios, porque no logramos conectar con el natural ciclo de la vida.

Culturalmente no nos permitimos experimentar muchas de las emociones que forman parte del equilibrio energético, les atribuimos distintos grados de aceptación, las calificamos en función de su naturaleza y de su magnitud y reprimimos todas aquellas que no encajan en el esquema aceptado. Vivimos en un constante autocontrol, evitando entregarnos a la experiencia de la emoción, confundimos el sentido de nuestras emociones, la expresión de la emoción con debilidad, la agresividad con violencia, y esto produce un estado tóxico y conflictivo que termina por traumarnos.

El enfoque de la B-ES constituye una muy buena herramienta para abordar el trauma primal, y en niños y adultos resulta efectiva elaborando los traumas originados en las primeras etapas de la vida. Cabe considerar que cada ser humano tiene su propia historia

de dolor, por lo cual la selección de la herramienta adecuada estará en función de las necesidades particulares de cada paciente. Habrá quienes no se sientan cómodos con determinados abordajes y eso bajo el principio de la auto-regulación, está bien.

Sin embargo considero que las terapias corporales aportan un “aire fresco” que nos vincula a la aceptación, al placer, a la sexualidad, a la expresión, al movimiento, a la respiración, a la vida. Poner el cuerpo en juego constituye un desafío, que es hora de aceptar.

Referencias Bibliográficas

- Alvez Giannotti, M. (2001). *Toque da Borboleta: Massagem para bebês e crianças*. Brasil: Edições Loyola.
- Boadella, David. (1983). "El concepto de Bioenergía". En *Energía Carácter y Sociedad*. Revista Semestral de la Scuola Europea di Orgonoterapia. Las Mil y Una Ediciones. Valencia, Vol.1, No 2, pp. 187-198.
- Dragotto, Francisco. (1983). "Parir y nacer: Una unidad funcional". En *Energía Carácter y Sociedad*. Revista Semestral de la Scuola Europea di Orgonoterapia. Las Mil y Una Ediciones. Valencia, Vol. 1, No 2, pp. 212- 216.
- Gonçalves, Luis. (1997). "Análisis Bioenergético". Montevideo: C. E. U. P.
- Gonçalves, Luis. (1999). "Arqueología del Cuerpo. Ensayo para una Clínica de la Multiplicidad". Montevideo: TEAB.
- Gosálbez, Emilio. (1983). "Medicina y Orgonomía". En *Energía Carácter y Sociedad*, Revista Semestral de la Scuola Europea di Orgonoterapia. Las Mil y Una Ediciones, Valencia, Vol.1, No 1, pp. 57-63.
- Jones, Peter. (1983). "El uso de la Vegetoterapia en el parto". En *Energía Carácter y Sociedad*, Revista Semestral de la Scuola Europea di Orgonoterapia. Las Mil y Una Ediciones, Valencia, Vol. 1, No 2, pp. 131-141.
- Laplanche, J & Pontalis, J. (2004). *Diccionario de Psicoanálisis*. Paidós, Buenos Aires.
- Lipton, Bruce. (2007). *La biología de la creencia*. Madrid, Ediciones Palmyra.
- Lowen, Alexander (1980). *Miedo a la vida*. Buenos Aires, Era Naciente.
- Lowen, A. (1999). *El amor, el sexo y la salud del corazón*. Barcelona, Herder.
- Montero-Ríos, María. (1988). "Nacer al sonido". En *Energía Carácter y*

Sociedad, Revista Semestral de Ciencia, Cultura y Clínica Orgonómica de la Escuela Española de Terapia Reichiana. Ediciones Orgón, Madrid, Vol. 6, No. 2, pp. 239-250.

- Montagu, Ashley. (1988). "El sentido del tacto". En *Revista Semestral de Ciencia, Cultura y Clínica Orgonómica de la Escuela Española de Terapia Reichiana*. Ediciones Orgón, Madrid, Vol. 6, No 2, pp. 297-300.
- Montagu, Ashley. (2004). *El Tacto*. Barcelona, Paidós.
- Navarro, Federico. (1983). "La función muscular en la abreacción terapéutica". En *Energía Carácter y Sociedad*, Revista Semestral de la Scuola Europea di Orgonoterapia. Las Mil y Una Ediciones, Valencia, Vol.1, No 1, pp. 53-56.
- Navarro, Federico. (1983). "Aproximación a la vegetoterapia pre-natal". En *Energía Carácter y Sociedad*, Revista Semestral de la Scuola Europea di Orgonoterapia. Las Mil y Una Ediciones, Valencia, Vol.1, No 1, pp. 37-42.
- Odent, Michel. (1983). "¿El final del asesinato de cristo?" En *Energía Carácter y Sociedad*, Revista Semestral de la Scuola Europea di Orgonoterapia. Las Mil y Una Ediciones, Valencia. Vol. 1, No 2, pp. 143-150.
- Ortiz Lachica, Fernando. (1999). *La relación cuerpo-mente. Pasado, presente y futuro de la psicoterapia corporal*. México D.F., Pax México.
- Overly, Richard. (2004). *Toque de Mariposa para Masaje*. Asheville, North Carolina: Asociación Bio- ES Richard C. Overly. Trad. Jolley, G.
- Overly, Richard. (2005). *Gentle Bio- Energetics. Theory and tools for everyone*. Asheville, NC: Life Styles Press.
- Reich, Eva. (1983). "Infancia y prevención de la neurosis". En *Energía Carácter y Sociedad*, Revista Semestral de la Scuola Europea di Orgonoterapia. Las Mil y Una Ediciones, Valencia, Vol. 1, No 2, pp. 121-129.

- Reich, Eva. (1983). "Primeros auxilios emocionales". En *Energía Carácter y Sociedad*, Revista Semestral de la Scuola Europea di Orgonoterapia. Las Mil y Una Ediciones, Valencia, Vol.1, No 1, pp. 65-67.
- Reich, Eva, y Zornánszky, Eszter. (1998). *Energía Vital Pela Bioenergética Suave*. São Paulo, Summus.
- Reich, Wilhelm. (1974). *La función del orgasmo*. Buenos Aires: Paidós.
- Reich, Wilhelm. (1975). *Análisis del carácter*. Buenos Aires, Paidós.
- Reich, Wilhelm. (s.f.). "Psicología del cuerpo". Recuperado de: <http://psicont.com/ftp/reich-psicocuerpo.pdf>
- Rice, Ruth. (1977). "Neurophysiological Development in premature Infants Following Stimulation". En *Developmental Psychology*, Vol. 13, Nº 1.
- Rodrigáñez Bustos, Casilda. (2009). "Pariremos con Placer". Recuperado de: <https://produccioneslesbofeministas.files.wordpress.com/2011/10/pariremoscon-placer.pdf>
- Sassone, Roberto. (1983). "¿Quién es el psicoterapeuta?" En *Energía Carácter y Sociedad*, Revista Semestral de la Scuola Europea di Orgonoterapia. Las Mil y Una Ediciones, Valencia, Vol.1, No 1, pp. 81-83.

Anexo

Fotos tomadas por Victoria Mato (2009) que corresponden a algunos pasos de la secuencia del *Butterfly Touch*.



