

El eslabón de la energía

27/11/2003 - Autor: Ralph Viana - Fuente: Concienciasinfronteras.com

Desde la antigüedad el hombre ha reconocido un eslabón de unión en la cadena ser humano-naturaleza -cosmos. En este denominador común con sus características y propiedades, identificamos una esencia fundamental de la vida: la energía.

Las grandes culturas de la antigüedad definían a la energía como un principio. Los hindúes la denominaban *prana*; los chinos *ki*; para los kaunas era *munia*. Paracelso también la denominó *munia*; los alquimistas hablaban de un fluido vital y hasta Hipócrates, el padre de la medicina clásica mencionó la vía medicinal natural, o fuerza vital de la naturaleza.

A lo largo de la historia los estudios y conocimientos sobre formas específicas de energía asociadas a los seres vivos, y en especial al cuerpo humano, fueron muy frecuentes. Mesmer, en 1770, realizó estudios que aportaron importantes contribuciones para la comprensión de la energía humana. Su concepción del «*fluido universal*» que influye en el sistema nervioso como forma de magnetismo animal fue revolucionario hasta en el campo de la terapéutica

Galvani, en una línea paralela de investigación, desarrolló interesantes estudios sobre lo que denominó . Estaba convencido de que se trataba de una energía orgánica diferente de la energía común, lamentablemente no continuó con esos estudios debido a presiones «científicas» de la época. En el comienzo de este siglo Gurwitsch utilizó la expresión para una radiación que emanaba del interior de las células, los cuales podían ser reflejados y absorbidos, y capaces de aumentar la multiplicación de otras células

Se pueden mencionar muchas otras investigaciones que forman parte del acervo relativo a la interacción humano-energía.

En otras áreas de conocimiento no científico el hombre siempre empleó y explicó esta fuente natural de vida, aunque sin sistematizar su conocimiento de acuerdo con las reglas y patrones de la ciencia clásica, aunque no por ello estas experiencias fueran menos importantes a pesar de que los datos registrados son vagos y dispersos.

Sólo relación. Sólo movimiento

Siempre que hablamos de energía es importante citar las múltiples contribuciones de los investigadores y teóricos de la Física Cuántica y de la Física de la Relatividad. Como lo demostró Fritjof Capra, esta puerta que se abre a los modernos investigadores también sirve para desbloquear nuestra percepción y nuestra comprensión sobre la sabiduría oriental tradicional

Estas dos vertientes de la Física cambiaron sustancialmente la comprensión corriente sobre lo que es la energía al descubrir la identidad y consustanciación entre materia y energía. Dicho en otros términos, se desveló que la materia es nada más que un estado particular de

la energía

Al sumergirse en la estructura material observaron que los átomos de la materia—aparentemente tan compacta y sólida—están formados por partículas que poseen masa despreciable, velocidades increíbles e «identidad» inestable, puesto que constantemente se transforman en modelos diferentes siendo ora partículas ora ondas. En resumen, no son nada en sí mismas, sino esencias, conjuntos de relaciones mutables. Son puro movimiento relacional, he ahí una buena definición para energía.

Capra, en *«El Tao de la Física»* expone con claridad que esta visión supermoderna y sofisticada, desde el punto de vista de la ciencia formal y el lenguaje matemático, coinciden plenamente con las concepciones más tradicionales de la sabiduría oriental que proponían una serie de principios muy profundos—y comprobables por la Física contemporánea—sobre la realidad, como por ejemplo la afirmación del maestro Nagarjuna, fundador de una importante secta budista: *«Las cosas derivan de su ser y su naturaleza de la dependencia mutua y no son nada en sí mismas.»* Nada más cuántico ¿no?. A partir de estas decodificaciones llegamos a una base común sobre lo que es materia y energía, pues en el mundo de lo infinitamente pequeño lo que *realmente* existe son movimientos y relaciones, o sea, la raíz energética. Cualquier analogía con la intrincada complejidad de la vida humana es bienvenida. A partir de estos conocimientos super avanzados que se amalgaman con la sabiduría milenaria, podemos concebir con naturalidad lo que sentimos en nuestro ser, en nuestros cuerpos: toda idea, toda emoción, todo sentimiento, los impulsos, los deseos, las pasiones contienen en sí mismas energía. Y esta comprensión es fundamental.

Mapas de energía de China a Freud

A través de los siglos, distintos investigadores y/o diversas culturas trazaron—a través de distintos canales perceptivos— los caminos preferenciales del movimiento y de la condensación de la energía en el cuerpo humano. Quizá los más conocidos sean: el mapa chino con sus vías subcutáneas, denominadas meridianos, con sus puntos de condensación utilizados en la Acupuntura y en Do-in, y el mapa hindú, con los chacras o vórtices, canales por donde circula la energía sutil.

Hasta comienzos del siglo XX en Occidente no hubo ningún relevamiento energético importante o destacable a pesar de las innumerables investigaciones individuales realizadas a lo largo de la historia. A fines del siglo pasado la Psicología, reflejándose en el modelo de la ciencia de la Física, esbozó algunas tentativas de abordaje de la energética humana. Los estudios sobre el umbral perceptivo y de conservación de energía que se desarrolló en los laboratorios recién inaugurados de Johannes Muller, Wundt y Helmholtz parecían señalar una tendencia. Pero realmente quien presentó el asunto energético como objeto de estudio de lo humano en el espacio Psicológico occidental fue Sigmund Freud.

En 1892, cuando todavía era asistente de Breuer, comprobaron que si los recuerdos infantiles unidos al engrama histérico fueran recordados con emoción, los síntomas desaparecerían

Freud creía que los síntomas histéricos eran *«una forma anormal de excitación»*. Entonces, en los orígenes del Psicoanálisis, Freud comprendió esta relación fundamental: si la energía

emocional fuera descargada, el dolor físico no tendría lugar. En los años siguientes Freud se volcó decididamente al estudio de la energía física. En 1894 llegó a hablar de la excitación emocional *«como capaz de aumentar, disminuir, desviar y descargar y que se extiende por líneas de la memoria como una carga eléctrica de la superficie del cuerpo»*.

Esta energía fue identificada como de naturaleza eminentemente sexual, pudiendo propagarse sobre la superficie del cuerpo, concentrándose en algunas zonas que no son sexuales. Esta energía—llamada libido—y esas localizaciones —zonas erógenas—, se constituyeron en el embrión de una topología energética corporal humana más tarde desarrollada por Wilhelm Reich

En el desarrollo de sus reflexiones Freud dejó tres asuntos fundamentales sin solución, en la teoría de la libido. Y esto puede haber influido en su decisión posterior de dar al Psicoanálisis un rumbo en dirección a la psicología del ego, en detrimento de la teoría inicial de los instintos. Los temas relacionados con tensión y placer, en el entendimiento de lo que sería una verdadera potencia orgiástica y de cómo el sentimiento sexual podría ser en angustia, se tornaron con las resoluciones efectuadas por Reich, en las bases para una teoría económico-sexual: la teoría del orgasmo.

La dirección que tomó Reich fue continuar buscando el camino de la cuantificación de la energía libidinal, mientras que el Psicoanálisis se concentraba en el contenido de la vida psíquica, centrándose no en la energía psíquica sino en su estructura.

Del cuerpo al cosmos

Después de años de investigaciones Reich identificó una energía particular que la denominó de Orgone (de organismo) y presentó una fuente muy rica de comprobaciones experimentales relativas a sus orígenes, propiedades y vínculos con el funcionamiento natural.

Presente tanto en el organismo como en la atmósfera y en el cosmos, la energía descubierta por Reich coincide —en varias de sus características— con las energías descritas por las sabidurías china e india: ki y prana respectivamente.

La concepción de que mente y materia (cuerpo) no pertenecen a categorías separadas sino que componen una unidad total, trajo transformaciones radicales a la Psicología que abrieron puertas a comprensiones cada vez más amplias sobre el ser humano. Sin duda la perspectiva reichiana fue la precursora de casi todas las técnicas corporales occidentales, hoy tan en evidencia. También es importante acotar que las investigaciones de Reich extrapolaron el comportamentalizado universo de la Psicología, aglutinándose en una obra extensa y muy valiente acerca del fenómeno de la vida, incluyendo datos sobre Química, Biología, Sociología y otros espacios del conocimiento.

El inconsciente está en el cuerpo

Si aceptamos que la materia es energía, podemos decir que toda manifestación del ser siempre es expresión de su funcionamiento orgánico. Nuestro aparato funcional se vuelca a un contacto continuo de un movimiento energético interno a un intercambio constante con el

medio externo

Por varios motivos se pueden instaurar bloqueos en ese sistema, provocando disfunciones. La represión de la energía transforma su calidad: al paralizarse pierde su característica vital y dinámica tornándose patológica y perversa.

Por ejemplo, cuando a un niño no se le permite la legítima expresión de su tristeza o de sus miedos por medio del llanto («los hombres no lloran») se exigirá una contracción de los músculos de la garganta para que el llanto «sea tragado». Con una represión continuada de esa expresión—por las amenazas de castigo—se instalará una contracción crónica de los músculos de la garganta, hasta el punto de que pasado algún tiempo se pierda la posibilidad del llanto, aunque ya no se lo reprima.

La represión ya está internalizada. Los músculos contraídos no obedecerán más al control conciente, estarán bajo el severo dominio del sistema nervioso autónomo simpático que es el responsable de la acción del organismo en situaciones de peligro (la amenaza de los padres es peligrosa).

Se dice que esta musculatura está en el régimen simpático tónico. No se adelantará en la posterior comprensión racional de los motivos que generaron aquella contracción pues la grabación de la represión es muscular. Aquel niño, ahora adulto, podrá conocer los motivos—ahora conscientes— de esta «disfunción» suya, pero continuará incapacitado para llorar. Aquí hay una gran diferencia entre las terapias; la acción corporal actúa en un nivel biológico, buscando recuperar el movimiento natural de la expresión, de la expansión, la otra vertiente es la pulsación, que es el ritmo natural del movimiento de la energía vital.

Observando las tensiones corporales Reich percibió que se establecen en el cuerpo en sentido transversal formando anillos de coraza. El flujo natural de energía es predominantemente longitudinal, o sea de arriba hacia abajo, siguiendo la anatomía del cuerpo.

Los anillos identificados por Reich fueron siete: ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático y pélvico. (Los chacras fundamentales de la cultura hindú también son siete).

A continuación describiremos brevemente las características funcionales de cada segmento y algunas de sus disfunciones típicas. Se trata de una topología dinámica que fuera segmentada de esta manera solamente por motivos didácticos.

Segmento ocular

Sin duda es el segmento corporal más complejo. Casi una tercera parte de nuestras vías nerviosas pertenecen a los ojos. Podemos decir que los ojos son la parte visible del cerebro

La visión es el más agudo de todos los sentidos humanos. Es un telerreceptor de larga distancia y de gran precisión. El hombre es un animal con predominio de lo óptico, pues este sentido tiene la función tan importante de ponernos en contacto con el mundo externo. De ahí su esencial importancia en nuestro sistema de defensa. Por los ojos nos llegan la mayor parte de las amenazas y de los peligros del mundo. La emoción principal que se localiza en

el segmento ocular es el miedo.

En la misma medida que poseen esta gran capacidad de percibir el mundo exterior, los ojos también expresan nuestro mundo interior, por eso se los llama . Revelan atención, sentimientos, deseos, nuestro estado de ánimo y hasta nuestro carácter.

Lo que tratamos de decir es que, además de la visión, los ojos tienen otra función fundamental: contacto. Cuando nuestros ojos se encuentran con los de otra persona hay una sensación de contacto físico. Este contacto-mirar puede ser tan violento como una bofetada o tan afectuoso como una caricia.

El niño establece un vínculo visual muy fuerte con los padres, especialmente con la madre. Si cuando lo está amamantando la madre responde a la mirada del hijo con amor y ternura, se instaura en el niño una sensación de aceptación y seguridad. Caso contrario, cuando casi no hay contacto o la mirada estuvo cargada de frialdad, enojo o rechazo por parte de los padres, el niño sentirá un shock de miedo, especialmente en los ojos, generando una contracción simpática, que puede ser, por ejemplo, el origen de una hipertrofia.

Las patologías del segmento ocular son diversas: van desde las cefaleas y jaquecas hasta las disfunciones oculares como miopía, astigmatismo, hipermetropía, estrabismo, etcétera.

El trabajo de desbloqueo de este segmento se realiza a través de ejercicios, actings y masajes, siempre con el análisis y la interpretación de los contenidos emocionales y simbólicos que emerjan del trabajo corporal

Segmento oral

Si con los ojos tomamos contacto con el mundo externo, a través de la boca podemos colocar parte de ese mundo dentro de nosotros. La boca es el sustituto inmediato del cordón umbilical. Después de la respiración el segundo reflejo vital del bebé es el de la succión. La relación boca-seno es la base sobre la cual se asienta el desarrollo psíco-afectivo del ser. Si el bebé encuentra un seno energizado y generoso, si la madre no teme su propia excitación y sensualidad, el niño —que todavía se percibe fundido al seno— sentirá como propia esa energía y sentimiento, y estará en condiciones de continuar su crecimiento a medida que vaya observando su entorno y discriminándose de la madre.

No solamente es alimento lo que viene del pecho de la madre. Cuando la boca llega al seno materno y lo encuentra desenergizado percibirá este vacío como propio. Esta *incorporación* » sin la saciedad necesaria impedirá la construcción de la realidad. Se instalará en la persona un sentimiento constante de privación que la acompañará toda la vida. La carencia física y emocional de la persona le impedirá buscar temiendo el rechazo, lo cual pasará a generar violencia, localizada especialmente en los maxilares. Esta es la emoción básica de este segmento. Un aditamento emocional en esta fase de su desarrollo, fruto de la falta de solución energética oral que se da aproximadamente hasta los tres primeros meses de vida, puede generar un tipo particular de carácter llamado *oral*».

Este carácter tiene dificultades en el contacto con otros, sea por una situación pasiva, de dependencia, o por una agresividad reactiva. Depresión, verborragia, tendencia a vicios

orales como alcoholismo, necesidades narcisísticas de ser el centro de atenciones, con una imagen egoica exagerada de sí, son algunos de los rasgos característicos más marcados.

De la misma manera que el segmento ocular, el desbloqueo de este segmento pasa por la recuperación de las capacidades funcionales innatas como chupar, morder, etcétera, y la resolución de engramas energéticos remotos. El trabajo directo sobre la musculatura es importante especialmente en las contracciones crónicas de la mandíbula, y en las máscaras faciales tipo «sonrisa dentífrico» tan comunes.

Segmento cervical

Es una región clave para los bloqueos. Entre la cabeza repleta de ideas, pensamientos, imágenes, argumentaciones racionales y el cuerpo lleno de sensaciones, emociones, deseos, está el cuello, un significativo estrechamiento del cuerpo pleno de músculos, centros ganglionares del sistema nervioso, glándulas y órganos. Para una separación entre cabeza y cuerpo se recomienda: bloqueése intensamente este segmento.

Esta es una región relacionada con la expresión y la comunicación verbal. Está directamente relacionada con el auto-reflejo y la auto-imagen (narcisismo) además de tener una función íntimamente ligada con el control. Es importante advertir que la sección del cerebro denominada bulbo raquídeo, anatómicamente forma parte del cuello y posee conexiones directas con el sistema nervioso autónomo simpático.

La limitación de los movimientos del cuello implica una dificultad para mirar a su alrededor. Un bloqueo instaurado aquí repercute en toda la columna y produce rigidez en el carácter. Las corazas instauradas en este segmento traen perturbaciones en la capacidad de gritar, tragar, llorar y además acarrea sensaciones de sofocación, tos, congestiones en la garganta, etcétera.

Las responsabilidades excesivas que provocan atención y preocupación constantes, generan tensiones y contracturas en los músculos de los hombros, formando lo que se llama «*complejo de Atlas*» muchas veces asociado con rasgos masoquistas que privilegian el «*vivir por los otros*» en la imposibilidad de «*vivir con los otros.*»

El exceso de defensa narcisística instaurado allí hace que la energía refluya hacia los dos primeros segmentos, ampliando la carga energética y acarrea comportamientos paranoicos

Segmento torácico

Contiene las estructuras vitales de relación con la energía externa—los pulmones—y su circulación interna —el corazón. La respiración es un proceso fundamental para la vida. Con la disminución de la capacidad respiratoria se evitan las emociones, los sentimientos y el propio sentido de vida. No comentaremos el proceso respiratorio pues eso exigiría un artículo aparte. Solamente dejaremos una frase bastante significativa citada por Lowen: «*Vivimos la dimensión de nuestra respiración.*»

En el tórax se localiza predominantemente la energía afectiva. En todas las épocas se reconoció al corazón como el centro de nuestros sentimientos. El ritmo cardíaco influye

amplia y directamente en nuestras emociones. Como el corazón tiene la función de energizar todo nuestro organismo bombeando la sangre oxigenada por los pulmones, las corazas en la estructura torácica acarrearán una serie importante de patologías, la mayoría de las veces ligadas al bloqueo continuo de las emociones.

Dos de esas corazas extremas son caricaturas vivas de la parálisis emocional-afectiva característica de nuestro tiempo. Entre esos dos extremos podemos ubicarnos nosotros, en el caso de que hayamos perdido la capacidad de pulsar con la vida.

Expansión torácica crónica: la musculatura y la propia caja torácica están superdesarrolladas y rígidas. Hay un exceso de carga y de energía que acarrea una sensación de fuerza, de poder. Hay poco cambio de aire, poca movilidad respiratoria. Esta postura agresiva hace que haya pérdida de contacto con aspectos suaves y emociones sutiles. Se desarrolla una idea de poder y control, con la consiguiente pérdida de ternura y receptividad. Es la estructura corporal física de los militares: *«pecho afuera, barriga adentro...»*

Contracción torácica crónica pecho estrecho y débil, musculatura subdesarrollada, con poco flujo energético. Sensaciones y emociones limitadas. Una exagerada autoprotección termina por impedir sentimientos de ternura y amor. El pecho está *«cerrado.»* Frecuentes sensaciones de angustia, desesperación e inferioridad. Típico del *pobrecito.* A pesar de ser el amor la emoción básica, es común que todo el sistema funcione en forma ambivalente, con la presencia de odio, ira y disgusto, frutos del amor que no se puede dar y/o recibir

Segmento diafragmático

Contiene las estructuras del diafragma, el estómago, el hígado, la vesícula y los riñones. Entra en funciones al pasar de la vida intrauterina a la extra-uterina. Actúa como un bombeador para la respiración, la circulación y la digestión. La función del diafragma es tan importante que a veces se le llama el segundo corazón.

El diafragma es un músculo que divide el cuerpo en dos partes. Allí son retenidas las emociones que proceden de la parte baja del cuerpo. La manifestación emocional directamente ligada a este importante músculo es la ansiedad (un estado respiratorio originado en situaciones de miedo que predispone al organismo para la acción. Pero ¿cuál?). Para salir de un estado de ansiedad, que es una situación insostenible, la persona termina por actuar de cualquier forma con el fin de recuperar el aliento.

En el diafragma se localizan los sentimientos de culpa de sentir, instaurados a partir de la cronificación de la inspiración. Allí se instala el origen del comportamiento masoquista, con sus tendencias a la queja, lamento de víctima y sacrificio.

La estructura nerviosa del estómago se moviliza a partir de la necesidad de recibir (alimento-amar-conservación). La agresividad y la ira aceleran el paso del alimento en el estómago, mientras que la ansiedad y las emociones fuertes retardan ese pasaje. Las conexiones entre hígado y vesícula con los estados de angustia es muy conocida y tienen siempre en común una disfunción del diafragma.

Segmento abdominal

Comprende los músculos abdominales, lumbares, los laterales del tronco y los intestinos. Para los orientales aquí está ubicado el centro energético del cuerpo, el hara, lugar situado alrededor de 4 cm por debajo del ombligo.

Desde el punto de vista reichiano, este segmento es el lugar de registro de las experiencias infantiles iniciales y aún de las intrauterinas. Un hijo no deseado registra el rechazo ya en el útero, traducido en tensiones corporales, frialdad, poco refugio. A partir de ahí puede comenzar el proceso de la formación de corazas en esta región, por donde se une directamente con su madre, a través del cordón umbilical.

La función asimilativa del intestino no se limita sólo a los alimentos. Muchas patologías de tipo visceral pueden estar relacionadas con experiencias negativas y traumáticas que la persona no puede asimilar adecuadamente, creando un núcleo de dolor psicológico profundo

La lentificación crónica del funcionamiento intestinal es una expresión de mantener en el organismo, durante más tiempo de lo necesario, sustancias y experiencias que ya deberían estar eliminadas.

Esta disfunción es bastante característica del carácter masoquista. La educación precoz y autoritaria de los esfínteres también es responsable de disfunciones en este segmento, puesto que el sentimiento de independencia se desarrolla a partir de la gestión voluntaria de las eliminaciones. Con un «*entrenamiento compulsivo*» el niño pierde autonomía. Y cae en la complacencia o, por los premios del adiestramiento pasa a asociar las heces con un valor; más tarde será con el dinero, con frecuentes comportamientos de usura. Es un segmento ligado a la obsesión, el control y el poder.

Segmento pélvico

Comprende los músculos de la pelvis y de los miembros inferiores. Este segmento, donde están los órganos genitales es funcionalmente responsable del principal canal de descarga energética del organismo a través del orgasmo. Una vida saludable requiere un equilibrio entre carga y descarga y la sexualidad es el mecanismo fundamental para esta regulación corporal.

Las percepciones sexuales que deberían ser vividas con placer y naturalidad, pueden transformarse, por una educación represiva, en sensaciones indeseables generadoras de culpa. La tentativa de suprimir esas sensaciones también puede ser producida por la contracción de la musculatura pélvica. La lordosis exagerada al final de la columna puede ser el resultado de esa contracción, o por el miedo inconsciente de la castración. En los músculos aductores del cóccix está localizada una sede corporal del superego. Una rigidez crónica puede causar una anteversión de la pelvis y la rotación ósea del fémur, provocando una forma de caminar conocida como «*piernas en x o patas de catre*» Las patologías de este segmento están unidas muchas veces a sentimientos de culpa y de transgresión. Por ejemplo, la cistitis no bacteriana con frecuencia traduce este conflicto. La agresividad necesaria en el encuentro sexual muchas veces se transforma en violencia o ira debido a resentimiento y al

exceso de energía contenida. Las piernas tienen mucha importancia en la estructura corporal, como sustentadoras y estabilizadoras y como punto de contacto con la tierra, la realidad.

La Bioenergética de Lowen trata con bastante énfasis este segmento, responsable del sentido de *grounding* del organismo. Dejaremos el tema específico de las piernas y los pies para otra oportunidad. Estos son los segmentos reichianos. Estos breves comentarios sobre cada uno de ellos sólo sirven como introducción al conocimiento que ya es bastante más extenso. Hemos trazado una panorámica de la topología energética corporal iniciada por Wilhelm Reich. Hoy ya existe una bibliografía bastante extensa sobre este tema. Hay un progreso constante en la comprensión de los procesos corporales asociados a las emociones, sentimientos y contenidos simbólicos. Una nueva sabiduría emerge y se expande vertiginosamente. El hombre occidental redescubrió su cuerpo como su universo. Se habituó a mirarse, asentirse y comprenderse a partir de un nuevo lugar, dentro de sí mismo. Al fin parece que comprendemos mejor una verdad que siempre nos perteneció: somos nuestro cuerpo.