

DR. GERARD GUASCH SAUVARD

Análisis biopsicológico y educación

La Biopsicología es un enfoque global del ser humano que abarca, en una visión unitaria, sus dimensiones biológicas, psicológicas y energéticas.

Desarrollé este enfoque a partir de mi experiencia de la vegetoterapia y de los conceptos energéticos de W. Reich, de mi práctica de las medicinas energéticas y de técnicas corporales orientales. Tiene aplicación en medicina, psicoterapia, pedagogía, educación y en otros campos.

Considerando que las variaciones energéticas del organismo afectan tanto al cuerpo como a la psique, la Biopsicología une técnicas psicológicas y médicas con una base energética común para realizar un tratamiento integral.

Tal tratamiento tiene especial aplicación en el manejo de estados de stress, tanto familiares como escolares, en problemas sexuales, enfermedades psicosomáticas, trastornos funcionales, problemas neuróticos y de manera general, en todas las situaciones que requieren una mayor integración de los aspectos psíquicos y fisiológicos del organismo.

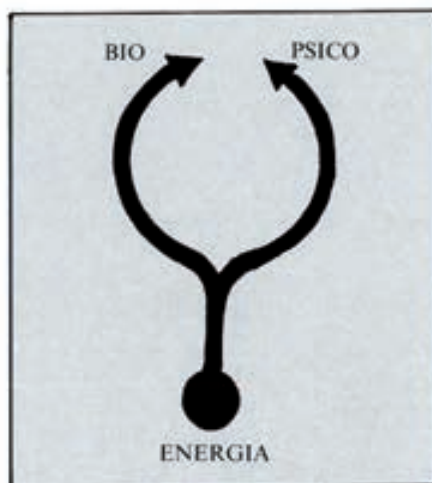
¿Qué es el «Análisis Biopsicológico»?

El Análisis Biopsicológico es una forma de psicoterapia emocional —energética específica que integra, sin privilegiar ni al uno ni al otro, los aspectos biológicos y psicológicos de la personalidad.

Esos aspectos son complementarios y funcionalmente unidos; el común de-

nominador es la dimensión energética de lo viviente que pone en relación la organización del sujeto (microcosmos) con la del universo (macrocosmos).

De esta energía que pulsa en la materia orgánica existen varias descripciones y denominaciones, ya que a través de siglos y culturas, bajo diversos



nombres, se ha reconocido como energía cósmica y fuerza vital. REICH la llamó *Orgón*.

Wilhelm Reich (1897-1957) inició su trabajo en el campo psicoanalítico como alumno de Freud. Pronto se dio cuenta que los bloqueos psíquicos se manifiestan también en el cuerpo bajo forma de tensiones musculares y perturbaciones respiratorias. Entonces su interés se desplazó del Análisis Psicológico hacia el dominio somático.

Es cuando formuló los conceptos de *coraza caracterológica* para describir el conjunto de las defensas mentales y de *coraza muscular* para describir su equivalente a nivel somático (cf. Fig. 1).

Luego llegó a describir la manera en que las emociones están retenidas por redes de tensiones corporales crónicas, que afectan a la fisiología funcional del individuo y acuñó la palabra «*Vegetoterapia*» para subrayar que su técnica terapéutica influye sobre la neurosis caracterológica en el dominio «fisiológico».

Cuando pudo poner de manifiesto que la energía psíquica - o *libido* - postulada por Freud, existía no sólo en forma metafórica sino como fuerza biofísica cambió la denominación de su técnica a «*Orgonoterapia*» para indicar que ya trabajaba en el dominio «energético».

El lenguaje vivo del organismo

El Análisis Biopsicológico, tal como lo practicamos hoy día, incluye tanto los diversos aportes teóricos y técnicos de W. Reich, como los avances más recientes de sus continuadores y los resultados de nuestras propias investigaciones.

Esta forma de análisis no sólo está interesado en el lenguaje, en los símbolos o en los sueños, sino que toma en cuenta todos los modos de expresión del organismo viviente y busca a través

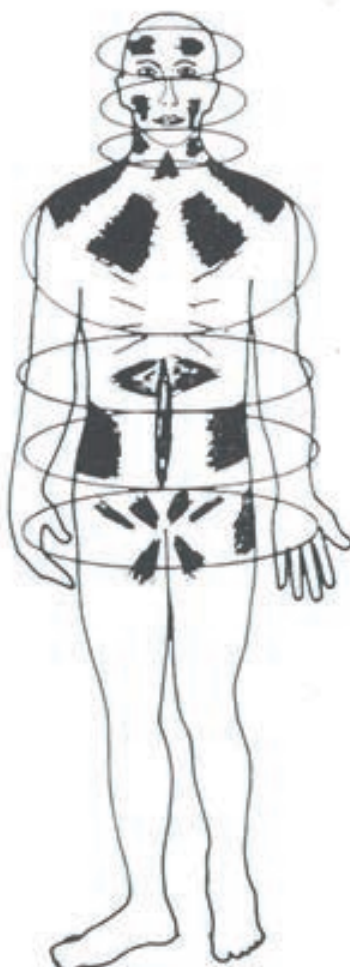


Figura 1.—El cuerpo según Reich. Las corazas musculares. 1: Anillo ocular. 2: Anillo oral. 3: Anillo del cuello. 4: Anillo torácico. 5: Anillo diafragmático. 6: Anillo abdominal. 7: Anillo pelviano.

de ellos lograr una comprensión de los movimientos de la energía y del lenguaje de la vida.

Tensiones musculares, retención respiratoria, expresiones de la cara y del cuerpo, postura, emociones expresadas o retenidas, conductas sociales, rasgos de carácter, recuerdos, elementos biográficos, actos, palabras y fantasías se vuelven así objeto de este análisis integral.

Esta forma de terapia trabaja a un nivel biológico y psíquico profundo. Es una experiencia intensa de exploración emocional, cuya meta es la resolución de problemas neuropsíquicos, la modificación de rasgos de carácter, el desarrollo de la capacidad de sentir, expresar las emociones profundas y balancear las energías, a fin de proporcionar una actualización de los potenciales inutilizados de la persona.

El acorazamiento del organismo no afecta solamente a los músculos superficiales y profundos; también a las venas, arterias, pequeños vasos y al sistema digestivo. Decía Reich: «como es la coraza muscular lo que impide todo tipo de dar, de entregar, y la que provoca la restricción biopática del funcionamiento de lo vivo, esta coraza debe ser disuelta».

El proceso analítico enfatiza la capacidad de disolver las tensiones, de abandonarse, de entregarse y de autorregularse.

Una sesión de análisis psicobiológico

En la sesión se invita al sujeto a abandonarse a lo que puede ocurrir, después de relajar sus tensiones y profundizar su respiración.

No se trata de forzarse a sentir lo que sea, sino facilitar una apertura a lo reprimido, y entrar en contacto con lo presente.

Una sesión empieza por una evaluación de la estructura del carácter y de los modos de control y de represión emocional. Se examinan aspectos de la dinámica corporal; a veces, se da masaje, luego se proporcionan uno o varios estímulos capaces de inducir una descarga emocional. Al final, viene una fase de armonización y de integración verbal de lo vivido.

Aflojando tensiones musculares, activando su respiración, se desarrolla una conciencia más fina del cuerpo y de los procesos de represión; se hacen

conexiones con emociones reprimidas, se liberan cargas inconscientes entonces disponibles por una elaboración, a la par que se establecen libres flujos energéticos.

Las corrientes de energía y su expresión corporal

Según Reich «básicamente, la emoción es un movimiento *protoplasmático expresivo*. Los estímulos placenteros provocan una «emoción» del protoplasma desde el centro hacia la periferia. A la inversa, los estímulos desagradables provocan una «emoción» o más bien una «re-moción» desde la periferia hacia el centro del organismo. Toda excitación plasmática biofísica da como resultado una sensación, y toda sensación se expresa en un movimiento plasmático.

La causa productora del movimiento es, en esencia, la energía.

Las corrientes de bio-energía se perciben a través de los procesos fisiológicos del cuerpo y se expresan en forma de reacciones neurovegetativas, de movimientos espontáneos y descargas emocionales.

Conforme vayan regularizándose las tensiones, la situación fisiológica del organismo mejora. Cambios físicos —notados por los que rodean a la persona— ocurren a menudo: el tono de la voz baja y ésta se hace más calurosa y más profunda; la visión mejora y la mirada se hace más viva; el porte de hombros cambia; la manera de andar también.

Uno vuelve a encontrar la capacidad de llorar, otro de enfadarse, muchos de afirmar su personalidad.

Efectos educacionales de la terapia

Se nota un sensible mejoramiento de la capacidad de centrarse en sí mismo y de concentrarse. La persona experimenta una tranquilidad interna y un nuevo equilibrio. La experiencia sexual y amorosa puede cambiar profundamente con el desarrollo de la capacidad de abandonarse plenamente a sus sentimientos.

Las sesiones de Análisis Biopsicológico pueden ser individuales o en grupo reducido. Tanto se aplican a los adultos como a los adolescentes o a los niños.

De ser necesario, pueden complementarse con el uso de bioterapias: homeopatía, acupuntura, auriculoterapia, terapia endonasal, masajes reflexológicos, método Tomatis u osteopatía, por ejemplo.

En el transcurso del análisis se opera una forma de educación o de reeducación emocional que representa un proceso vitalizante para la persona.

Más allá de los beneficios propios, un mejor conocimiento de la vida emocional profunda lleva a acciones preventivas como la preparación al parto sin violencia o una mejor atención a las necesidades emocionales del niño.

El desarrollo interno produce un enriquecimiento de la vida emocional, de la vitalidad y de la capacidad de contacto consigo mismo, con los otros y con todas las formas de vida.

ACTIVIDADES

Fíjate, como profesor, en los diversos lenguajes que usas en tu clase:

1.— **«Lenguaje verbal»:** lo que dices con tus palabras, suponiendo, naturalmente, que todas ellas tienen una interpretación unisona para todos los alumnos.

2.— **«Lenguaje tonal»:** los decibelios, matices y arrastres de la voz que rebelan un estado interior que los alumnos captan casi siempre.

3.— **«Lenguaje gestual»:** la forma que tienes de acompañar con los movimientos de tus brazos, giros de tu cara, arrugas y tics tu sentimiento más profundo.

4.— **«Lenguaje situacional»:** ¿dónde te colocas en clase? ¿cuál es el mensaje que emites desde tu posición en la tribuna, a ras de suelo como todos?

5.— **«Lenguaje kinestésico»:** es la forma de moverte normalmente en clase, la velocidad del cuerpo, la manera de ir entre los alumnos, las figuras de «T» en tu paseo por el aula, el serpenteo de «S», etc.

A entender estos mensajes ayuda el análisis psicobiológico propuesto en el artículo.