

# Vegetoterapia, orgonomía, bioenergía

## nuevas formas de análisis en grupo

**Una entrevista con el Dr. Gerard - Philippe GUASCH, fundador del Instituto W. REICH en Francia**

*Del 29 al 31 de octubre pasado estuvo con nosotros El Dr. GUASCH, amigo y colaborador especial de PADRES Y MAESTROS, con el fin de establecer nuevos contactos y planificar en conjunto nuestro común trabajo en la educación de padres, formación de grupos de terapia y desarrollo de temas particulares como la educación sexual en la escuela.*

*Por la importancia que tiene ahora mismo su labor terapéutica con grupos de personas que se someten al «análisis reichiano», publicamos aquí una entrevista, tenida en PM, y que puede ser de utilidad para las Escuelas de Padres, Grupos de Profesores y nuevas formas de análisis en grupo para adolescentes. Para una mayor información, proporcionamos a continuación la dirección de su escuela.*

Institut Wilhem Reich  
Le Boisset - Hennequin  
27200 VERNON - FRANCIA  
Telf. 16-32 / 524490



*El Dr. Guasch, contestando a las preguntas que le formulamos en PM. En la foto, F. Pariente, Moncho Nájuez, Blanco Vega, Dr. Guasch, García de Dios y F. Garrido.*

**PM.—¿Qué es el Instituto Reich?**

**Dr. GUASCH.—**Primero, voy a contestar a nivel material: es una asociación civil. Tenemos un lugar de Trabajo que es una finca cerca de Vernon, a 70 kms. de París. Esto tiene una ventaja: podemos tener reuniones en grupo con toda tranquilidad. Si a uno se le ocurre gritar o romper en sollozos, puede hacerlo sin problemas de molestar a nadie...

**PM.—¿Cómo habéis llegado a crearlo?**

**DG.—**Hemos llegado a esto a través de experiencias personales que hemos tenido anteriormente: psicoanálisis, terapias grupales, etc. Esto nos llevó a considerar la importancia de los elementos fisiológicos del cuerpo. El gran descubrimiento de Reich, discípulo de Freud y muy apreciado por él —ya que a los 24 años le dio la responsabilidad de animar el primer seminario de formación para los jóvenes analistas en Viena— fue buscar los elementos teóricos que resolviesen las dificultades presentadas por los jóvenes psicoanalistas que allí acudían. Así logró un trabajo importante: el análisis de las resistencias al psicoanálisis. Luego, observando a sus pacientes en el diván, se dio cuenta que había elementos corporales que hacían referencia al propio momento del psicoanálisis: por ejemplo, pacientes que no se movían, otros que no se estaban quietos, pacientes que no respiraban, unos que tenían la cara colorada cuando hablaban de ciertas cosas...

**PM.—¿Cuándo comenzó Reich a elaborar su teoría?**

**DG.—**A partir de esto comenzó a interesarse por los elementos corporales de la emoción y llegó a describir las redes de inhibición que existen en el cuerpo y cómo una persona puede inconscientemente usar tensiones musculares, sus perturbaciones respiratorias para mantener como una coraza o defensa en el cuerpo. De ahí llegó a proponer un método que llamó «Vegetoterapia» y luego «vegetoterapia caracterioanalítica», siendo este método una forma de análisis del carácter y de manejo del equilibrio neurovegetativo en el cuerpo; es decir, de las raíces de las emociones.

**PM.—¿En qué época nos situamos aproximadamente?**

**DG.—**Esto fue entre el año 36 y 40; en realidad, poco tiempo antes de dejar Europa e irse a Estados Unidos con motivo de la subida del fascismo en Alemania. Antes vivió un tiempo en Dinamarca y Noruega. El último paso fue investigar más profundamente sobre esta energía emocional que había encontrado en el cuerpo y quiso comprobarla con una serie de experimentos biofísicos. Esta última parte es la más

criticada de su obra, pues algunos opinan que Reich estaba entonces loco. Sin embargo es ciertamente una fase fecunda, a la que él denominó «orgonómica», ya que daba el nombre de «orgon» a esta singular energía corporal. Después de su muerte, en noviembre del 57, unos médicos que se habían formado con él siguieron su obra, formando en Estados Unidos el Colegio Médico de Orgonomía.

**PM.—¿Quién siguió luego su obra?**

**DG.—**Un alumno suyo, Lowen, profesor de gimnasia, vino a Suiza y se doctoró en Medicina, haciéndose famoso a raíz de una técnica derivada de la de Reich, que es el «análisis bioenergético», más conocido ahora por «bioenergética» y practicado en muchos Centros. Otro autor es el californiano Janov, con el «grito primario». Pero hasta hace poco casi nadie se atrevía a pronunciarse como «reichiano» por miedo a la crítica de lo que Reich defendía, por la revolución que todo ello suponía especialmente en lo sexual y sociopolítico, o por su teoría orgonómica. En Dinamarca, un alumno suyo siguió practicando la «vegetoterapia»; escribió un libro y formó unos alumnos en Italia, Nápoles; entre ellos, al Doctor Navarro, con quien tuve yo la oportunidad de estudiar la «vegetoterapia»...

**PM.—¿Lo que ahora practicáis supone una evolución del pensamiento de Reich?**

**DG.—**En algunos aspectos es diferente a lo que hace Janov y Lowen con lo de «bioenergética» que yo llamo «salvaje» o caótica y que se practica en muchos lugares. Podríamos en ese sentido hablar de «análisis neo-reichiano», ya que aportamos experiencias nuevas de nuestra propia observación.

**PM.—¿Se trata de una terapia más biológica que psicológica?**

**DG.—**Pues en realidad se trata de una terapia psicológica; pero, en vez de referirnos exclusivamente a la palabra, al discurso y a los símbolos, buscamos a través de la capacidad de expresión emocional de la persona, cuáles pueden ser los elementos energéticos de su vida emocional: expansión, reflexión, fantasmas, excitaciones, cómo se deprime y cómo se regulan los movimientos emocionales a cierto nivel.

**PM.—¿Qué significa este símbolo que ponéis en vuestro catálogo?**



**DG.—**Es como un ideograma. Para Reich existe en la persona un núcleo energético básico que existe ya desde la formación del embrión del ser humano. De este núcleo energético sale un primer impulso: «amor» al nacimiento. Esta pul-



sión primitiva, unitaria, se encuentra con dificultades, con represiones en el medio ambiente. De ahí se forman dos elementos: por una parte, sigue la pulsión de amor y por otra parte se forma el equivalente funcional opuesto que sería el «odio»; éste constituye ya un estado secundario: así, en el adulto inhibido, se dan estas dos pulsiones, de amor y de odio. Como no puede aceptar totalmente ni el uno ni el otro, nunca puede expresar claramente lo que siente. Como no puede sentir claramente el amor o el odio a nivel corporal —por ejemplo, en el pecho, donde se reflejan normalmente los sentimientos—, va a reducir su respiración, va a construir como una coraza corporal para no sentir la descarga de odio que le impulsaría a decir cosas desagradables o a no sentir la carga de amor que también podría desarrollar.

**PM.—¿En qué momento comienza la terapia y cómo se desarrolla?**

**DG.—**En el curso de la terapia vamos a trabajar sobre las tensiones musculares del cuerpo, del cuello, de la boca y del tórax, sobre la respiración y, posiblemente, trabajando sobre la relajación respiratoria, la persona puede comenzar a expresar emociones: tristeza, llanto, experiencias anteriores dolorosas que tuvo en su vida. Poco a poco, entra a otros niveles de emociones: descarga del odio, de la destrucción, de la cólera, del enfado. También, a recordar el amor, aspectos positivos de las figuras paterna y materna; quizá, al principio, recordará aspectos de incompreensión, pero luego conectará seguramente con la ternura, protección recibida, etc. Esto puede ser tan importante que permite solucionar fijaciones neuróticas que muchas personas tienen con sus padres ya desaparecidos, liberándose a veces de melancolías arraigadas con motivo de su muerte. Otros ejemplos pueden ser los de represiones sexuales o ciertas dificultades físicas inherentes a niños que nacen prematuramente, han sido abandonados. En fin, se trabaja a varios niveles: con técnicas respiratorias, con técnicas de relajación muscular, masajes, técnicas de estimulación corporal para producir reflejos neurovegetativos, etc.

**PM.**—¿Tienen alguna relación estas técnicas con la aplicación que hoy día se hace de las técnicas orientales y otras de relajación?

**DG.**—Bueno, hay una gran conexión con ciertas prácticas universales, como son la hindú, la tibetana, la china o medicinas con milenios de existencia. Una gran diferencia entre lo que hacemos y lo que hacen otros grupos de bioenergética es que tenemos una metodología progresiva: por ejemplo, en el cuerpo, siempre trabajamos de cabeza a pies, nivel por nivel. Hay siete niveles importantes: los ojos, la boca y el cuello; hombros, brazos y manos; luego, el del tórax, diafragma, abdomen; pelvis, genitales, ano, el recto; las piernas y los pies. Lo que se ve en el curso de una terapia es que poco a poco se va incrementando la capacidad de soportar cargas energéticas. Esto da resultados muy interesantes en los casos de dificultades de inhibición sexual, frigidez en la mujer o impotencia en el hombre; ya que no se trata de terapias a nivel sintomático, sino general, a niveles de experiencia emocional completa. Así, por ejemplo, al irse liberando de la tensión del miedo que existe en los ojos o del odio que existe en las mandíbulas, al irse liberando esta carga de energía, la persona se va haciendo más capaz de soportar más contacto íntimo, de abandonarse mejor en la relación amorosa, de tener más placer en la relación sexual.

**PM.**—En este sentido, ¿podría hablarse de manipulación de la persona en vuestra terapia?

**DG.**—Entiendo que esto se pueda criticar, pero lo considero como un proceso mejor adaptado que las técnicas de liberación emocional, a veces forzadas, como se hacen a base de gritos, simulación, de agresión o de postura de stress corporal, que usa mucho Lowen, y que ponen el cuerpo en una tensión muy grande, produciendo una descarga con temblor, convulsiones, etc., y que no respetan los mecanismos de regulación que existen en la misma persona. Para contestar más directamente a tu pregunta, tengo que reconocer que hay una manipulación; pero una parte importante de la terapia es el contrato que vamos a hacer con la persona. Con frecuencia tenemos, primero, un análisis verbal antes que cualquier análisis corporal, antes de establecer el pacto entre el que se analiza y el terapeuta. Si no hay una confianza mutua, pensamos que no hemos de entrar en ese camino que vamos a hacer juntos hacia algo que no conocemos bien cuando comenzamos la terapia. Nunca se sabe bien a dónde vamos a llegar y qué consecuencias se van a derivar. Se ha criticado mucho la psicoterapia y el psicoanálisis porque, a raíz de esto, se han dado muchos casos de divorcios en personas que se habían unido por razones

compensativas, protección contra la insatisfacción de vivir bajo sus familias y de realizarse sexualmente, no aguantarse como solteros, etc. Es natural que este tipo de unión pueda entrar en conflicto. Pero, en fin, si no se da este contrato previo de mutua confianza, toda forma de terapia tiene algo de manipulación: recuerda, por ejemplo, cuando le dices a una persona en el psicoanálisis que se extienda en la camilla y que hable...

**PM.**—Estableciendo un paralelismo con la entrevista no-directiva de Carl Rogers, ¿es fácil que la persona logre interpretarse a sí misma en la «vegetoterapia»? Esto es: si la persona comunicándose básicamente por la palabra, con el Consejero no-directivo, logra muchas veces hacerse consciente de su problema e integrarlo en su vida, logra también el sometido a la vegetoterapia interpretar qué problema se esconde tras su tensión fisiológica de los ojos o del abdomen?

**DG.**—Bueno, lo que estamos de acuerdo es que la «lectura de cuerpo», hecha por el terapeuta, no conduce a nada para ayudar de verdad al paciente: yo te miro bien la espalda, la caída de ojos, el gesto de tus manos colgadas... y te digo lo que veo. Eso no conduce a nada, y lo hace todo el mundo, naturalmente. Aunque el terapeuta puede servirse de ello para orientarse por dónde va el problema, para nada le vale al paciente el decirle que anda con los hombros caídos desde la muerte de su padre. Esto ya lo sabe, pero no logra integrarlo. Lo que hacemos es lo siguiente: tendido en el diván, por ejemplo, relajando la respiración, empieza a mover los ojos de una manera definida... eso le puede provocar llanto, incluso sin saber por qué. A veces, en cambio, surge una imagen del pasado, reviviendo un hecho significativo. En ese momento, el terapeuta presta un apoyo que clarifique la vivencia y que el paciente la pueda integrar; un bombardeo exterior de informes no le va a ayudar.

**PM.**—En resumen, ¿la base es directiva o no-directiva?

**DG.**—La base es catártica... Invitamos, por ejemplo, a mover tus dedos de una manera refleja. Se supone que, si esto es un acto repetitivo que contiene una información interior, puede entrar en contacto con ella. Ya que creemos que existe en el cuerpo, además de la memoria cerebral, neurónica o química, una memoria corporal difusa que puede abarcar también áreas cutáneas o musculares y que las posturas de stress o de repetición refleja de gestos puede llegar a conectar esa especie de cassettes que llevas dentro. A veces, se puede también una fijar en la repeti-



ción de unas palabras que le suenan a la persona y le hacen como un eco de algo interior. Es, en definitiva, como una arqueología emocional: encuentras un vestigio y descubres una estatua o toda una civilización de fondo.

**PM.**—¿Las situaciones almacenadas tienen siempre algo que ver con su mundo afectivo?

**DG.**—Siempre están ligadas a algo afectivo. Consideramos que lo que más se archiva son situaciones inconclusas o situaciones de sufrimiento que han dejado a la persona en estado de sobrecarga energética, desequilibrada en algún modo. Cuando se tiene la reacción, la persona logra entonces concluir su situación desequilibrada y darle una nueva forma de integración personal.

**PM.**—Describe una actividad, un Curso de «vegetoterapia» para 20 personas. ¿Quiénes van a esas sesiones? ¿Se trata de un mundo especial o vale para padres, profesores, adolescentes normales?

**DG.**—Siempre depende del contrato que puedas tener con ellos: ¿qué quieren?, ¿qué vienen a buscar? Si información, le vamos a dar unas sesiones sobre el método, las diferencias sobre el psicoanálisis y otros métodos. Luego, si están interesados en experimentar algo, hacemos una primera sesión de movilización energética: unas tres horas de técnicas de respiración, de cambio de ritmo respiratorio, de exploración de la sensibilidad cutánea, de darse cuenta de las tensiones musculares... hasta que comience un movimiento de descarga energética, por ejemplo, a nivel de ojos. Siempre en la primera sesión trabajamos a nivel de cabeza, cuello, voz, libertad de llamada en el grito, etc. Ya con esto una persona puede entrar en una vivencia emocional, de que no puede gritar, que le da angustia, que empieza a entrar en un estado de ansiedad importante y conectar quizá con algo difuso que le pasó anteriormente. Luego, hacemos una reflexión verbal de cómo se sienten, etc. y de ahí deducen si van a seguir o no. Caso de que se proceda adelante durante una semana, se analizan los niveles energéticos de la persona. La experiencia o

comunicación de cada uno influye en los demás y el grupo se va haciendo protagonista de las sesiones. Generalmente se amplía luego a niveles ideológicos y se aplica a campos de la educación, medicina, etc. En realidad, es una puerta abierta al campo entero de la vida: los pies nuestros en la tierra, pero la mente abierta hacia el cosmos, hacia el cielo; somos, como en la filosofía china, un canal de comunicación entre dos mundos, micro-macrocosmos. Buscamos un mejor contacto de la persona consigo mismo, con los otros y con toda forma de vida. Se logra, creo, recuperar la alegría de vivir en la persona... Naturalmente, hay gente que sale del grupo un poco como trastornada: ha visto cosas que le dejan con inquietud. Pero, a lo largo de tres años, la experiencia es muy positiva: la gente se siente bien; se notan hasta cambios físicos, de relajación, en la mirada...

**PM.—El contacto corporal, los masajes, ¿son un tabú para muchos? ¿Lo superan?**

DG.—Bueno. Todo eso constituye parte del análisis, ya que son resistencias que han de tenerse en cuenta y examinar su por qué. Esto nos lleva, a veces, a distinguir con claridad lo que es afectivo, lo que es sensual, lo que es sexual y lo que es genital. Por ejemplo, nos damos cuenta que mucha gente tiene necesidades afectivas y de contacto corporal; incluso, necesidades regresivas, como si fuese un niño chiquito, de ser protegido, tocado, cuidado. Entonces, a veces, lo genital no se busca directamente, sino en función de lo afectivo; pero el adolescente o el adulto no se atreve a decir que tiene necesidad de ser protegido y mimado como un niño y lo resuelve «al estilo de los adultos», de una forma genital, o sexual.

**PM.—¿Están programados también estos Cursos para jóvenes o adolescentes?**

DG.—Sí, yo mismo atendí durante un año a un grupo de adolescentes; pero es muy importante que los chicos estén realmente de acuerdo en hacerlo, que no vengan por presión de los padres o profesores y que estén de acuerdo en hacerlo entre ellos precisamente. Si son alumnos de una misma clase, es difícil que luego aguanten durante el curso el que te estén recordando lo que allí dijiste como íntimo o manifestaciones muy personales de aquel momento.

**PM.— Por lo que dices, los problemas psicológicos influyen, sobre todo, se descargan hacia la periferia del cuerpo. ¿Es así o es porque resulta más fácil su exploración? ¿Podría actuar, por ejemplo, sobre el estómago?**

DG.—Podría actuar sobre el estómago, sobre el hígado, sobre el ritmo cardíaco, los riñones, el intestino. Esto también se trabaja con otras técnicas de estimulación de algunos puntos del cuerpo que producen descarga a nivel de los movimientos, por ejemplo, peristálticos. Esto se puede comprobar con el estetoscopio; lo pones a nivel del ombligo y puedes seguir los efectos del masaje que vas dando a otro, siguiendo los ruidos de descarga en los movimientos peristálticos. Una base de la teoría es que los movimientos emocionales tienen sus raíces en los movimientos plasmáticos de la célula. El movimiento de la célula es de expansión, desde el núcleo hacia la periferia o de retracción desde la periferia al núcleo. Se sabe, por ejemplo, que a nivel vasomotor, esto actúa con la emoción, con la descarga de adrenalina. Todo esto tiene un equivalente con las funciones del simpático y parasimpático en el cuerpo.

**PM.—¿Cuál sería vuestra escuela antitética, vuestros contrarios?**

DG.—Nos critican muchos psicoa-



nalistas. Freud, por ejemplo, no fue completamente consecuente con sus propias ideas. Usó el concepto de energía psíquica del individuo pero lo dejó así como un concepto metafórico. Creo que nos criticarían los conductistas porque conciben el cambio de conducta a base de una educación bien determinada. Los espiritualistas, quizá también si no saben bien de qué va... A veces son simplemente miedos.

**PM.— He leído a Empédocles hace tiempo. El sintetiza las fuerzas de los cuatro elementos, que constituyen la energía vital, y habla del amor y del odio, que son los que controlan y armonizan todo...**

DG.— Sí, esto me gusta mucho. No sé si Reich habrá leído a Empédocles. Pero tampoco sabía nada de acupuntura y, sin embargo, ha dado con la clave básica de una medicina y síntesis del hombre universal. Reich fue un hombre del siglo XX que intentó dar nueva luz a conceptos antiguos, a conceptos eternos. Para muchos compañeros y para mí, estas experiencias de enriquecimiento emocional fueron también una puerta abierta a un nuevo sentido de lo divino.

## ACTIVIDADES

04. Conferencia



De vez en cuando, está bien que el grupo de Escuela de Padres reciba algunas informaciones singulares. El «trabajo en grupo» puede llevar a veces a un empobrecimiento si no recibe nuevos impactos del exterior que les obligue a salir de su cómodo habitat.

1.—Busca un conferenciante que pueda informaros de la personalidad de REICH, su obra y los diferentes tipos de análisis que ha provocado: bioenergía, técnica del grito, stress, etc.

2.—Como palabras - clave de su obra, no olvides preguntar por las siguientes: «vegetoterapia», «coraza caracterial», «coraza corporal», «autoregulación», «orgonomía», «energético», «identidad funcional», «represión», «expresión», «emoción», «apertura emocional», «descarga energética», «relajación».

3.—Como base cultural, es necesario que alguien nos informe de todo el sistema neurovegetativo: simpático - parasimpático, miedo - bienestar, retracción - expansión, pulsación, balanceo, equilibrio.

4.—Si no es fácil buscar un conferenciante, encontraréis en el libro «Los grupos de encuentro», de Catherine Dreyfus, ed. Mensajero, una amplia información sobre el tema y las diversas modalidades de análisis más frecuentes en el mundo de los grupos.