



Serendipit

M A I O R

José Agustín Ramírez

Psique y Soma
Terapia Bioenergética



desclée



Agustín Ramírez

PSIQUE Y SOMA
Terapia bioenergética

Prólogo a la edición española de Luis Pelayo
Prólogo de Fernando Ortiz



Desclée De Brouwer

Índice

Prólogo a la edición española	11
Prólogo	17
Reconocimiento	19
1. El concepto de energía bioenergética	21
La energía según Sigmund Freud.....	21
La energía según Carl Jung	23
La energía según Wilhelm Reich	24
La energía según Alexander Lowen.....	28
2. El carácter en bioenergética	35
Introducción.....	35
Naturaleza, origen y función del carácter según Reich	36
Naturaleza, origen y función del carácter según Lowen.....	39
3. Qué es la terapia bioenergética	43
4. El carácter esquizofrénico	49
Rasgos físicos	51
Etiología.....	52
Terapia.....	54
5. El carácter oral	63
Rasgos físicos	65
Etiología.....	67
Terapia.....	67
6. El carácter masoquista	73
Rasgos físicos	75
Etiología.....	76
Terapia.....	77
7. El carácter psicópata	83
Rasgos físicos	85
Etiología.....	86
Terapia.....	88



8. El carácter rígido	93
Rasgos físicos	94
Etiología	96
Terapia.....	97
9. Técnicas	99
Respiración.....	100
Ejercicios bioenergéticos.....	106
Masaje	117
Meditación.....	124
Sueños	127
Fantasías	131
10. El terapeuta bioenergético	133
Requisitos para llegar a ser un buen terapeuta bioenergético	138
Epílogo	141
Bibliografía	145

Prólogo a la edición española

por Luis Pelayo

Mientras leía el libro del psicoterapeuta Agustín Ramírez sobre la Terapia Bioenergética, me iban viniendo sensaciones y emociones de mar llano, en calma, sin más expresividad que su serenidad majestuosa. Me resultaba difícil recordar la bravura y pertinacia de las olas, intentando llegar a desfogarse contra las rocas, pero yo sabía que detrás, al lado, estaban esperando su turno. Algo parecido se iba produciendo en mí. La sencillez, transparencia y coloquialidad de este libro me iban cautivando y despertaban respiración pausada, asentamiento y presencia del peso de mi cuerpo en la silla. Tranquilidad, viveza, entusiasmo y contento.

El lenguaje que se utiliza huye de los tecnicismos académicos teóricos y terapéuticos. Todo se comprende, aunque no se entienda o se esté de acuerdo. Nada parece que se dice fuera del desarrollo lógico de los principios que presenta. No se siente presión, ni imposición de la praxis, síntesis de los teórico y operativo que se expone a lo largo del libro. Sin embargo, se intuye que, muy cerca, está la fuerza de la aparente debilidad y blandura. La complejidad de la obra de W. Reich, referente a la energía, se hace asequible y fácil. Los puntos de divergencias entre éste, Freud y Lowen aparecen como producto lógico del devenir o desatar de sus presupuestos básicos y de su entorno social, educacional y personal.

El autor del libro sigue el pensamiento de su maestro y guía Alejandro Lowen en la vertebración ideológica de la terapia biornergética.

La parte central de su libro gira alrededor de las estructuras caracteriales. Se construyen con las defensas patológicas organizadas, fosilizadas, frecuentemente inconscientes, que se desarrollaron con matiz de sobrevivencia neurótica. Impiden conectar y enturbian la realidad que nos rodea a nivel personal o relacional. En la descripción que hace de estos caracteres: esquizoide, oral, masoquista, psicopático, rígido sigue lo que ha escrito A. Lowen, básicamente en *Language of the Body. Physical Dynamics of Character Structure (El lenguaje del cuerpo)* de 1958, que se remonta casi a la fundación del Instituto de Análisis Bioenergético de N.Y. en compañía de J. Pierrakos.

Los aspectos más significativos y atrayentes de esos capítulos, son el tratamiento para el acercamiento y disolución de las defensas patológicas de la tipología bioenergética y el perfil que diseña de la figura y trato del terapeuta.

Tratamiento

Hay dos elementos fundamentales en toda psicoterapia: el diagnóstico y el tratamiento. Están íntimamente unidos y relacionados. El terapeuta debe saber dónde está atrapada la persona que le viene a pedir ayuda. Cuáles son las carencias y patologías que le descalifican para sentirse y actuar adecuadamente a los estímulos y situaciones interiores y exteriores.

El diagnóstico en la psicoterapia bioenergética tiene un matiz de transitoriedad y provisionalidad. Partimos de hipótesis, no de encasillamientos, ni cosificaciones. Nos ayudan a diagnosticar los modelos o estructuras caracteriales. Al principio, probablemente, el terapeuta sabe más de lo que le pasa al paciente que él mismo. Sin embargo, no hay que olvidar que éste tiene que reconocerse o conocer dónde se encuentra.

El heterodiagnóstico tiene que conducirnos automáticamente al autodiagnóstico. El paso de lo que dicen de mí, a lo que yo digo de mí, es capital. Se trata de que el paciente tome conciencia y experimente ese descubrimiento de dónde está él consigo mismo y con la salud, ya que la curación en psicoterapia depende, muy significativamente, de las actitudes y vivencias hacia sí mismo. Es cierto el dicho clásico: un buen diagnóstico ya es una posible pauta de curación.

El fin del tratamiento bioenergético es la eliminación de todos aquellos mecanismos carenciales o patológicos corporales, musculares, emocionales, mentales y yóicos que se han fabricado a través de las etapas infantiles, adolescentes y juveniles. Éstas nos acosan y avasallan en el vivirlos liberados, conscientes, expresivos y abiertos a satisfacer de forma adecuada nuestras necesidades del tipo que sean.

Se puede hablar de tratamientos “reglados” que se realizan con técnicas específicamente creadas y probadas. Su finalidad es eliminar los bloqueos y corazas musculares, favorecer la expresividad emocional y fomentar situaciones o momentos experienciales de abertura, contento, integración, donación... El otro tipo de ayuda sería el “no reglado”, que se diluye dentro de la cotidianidad de nuestras relaciones, contactos y situaciones varias. El efecto y eficacia de ésta depende de que haya fisuras en los entramados y andamios –las defensas neuróticas– que nos permiten sobrevivir.

Una de las aportaciones importantes de este libro a las estructuras o modelos de organizaciones caracteriales de A. Lowen, es añadir a cada uno de éstos un tratamiento adecuado concreto y específico con los ejercicios (yo prefiero llamarlas experiencias) bioenergéticos de A. Lowen y de otras escuelas. La entrada parcial de otros tratamientos terapéuticos en el bioenergético es aleccionadora. Muestra un talante dialogal. Es índice de que lo importante al tratar al paciente es conseguir su curación. Es una obviedad a veces olvidada. Voy a fijarme en ellos.

Agustín Ramírez incorpora las técnicas de Carl Rogers, descubridor de la terapia centrada en el cliente con la empatía y la no directividad. Se considera al paciente como centro teórico y operativo. El acercamiento se realiza a través de la escucha empática. En la bioenergética, estar atento y sintonizar empáticamente con el pacien-

te, se pone en práctica al oír, sentir, vivir el cuerpo en su totalidad. La empatía corporal amanece con el paciente que está en frente si el cuerpo está abierto y dispuesto a vibrar a nivel de piel, de sensaciones y de sentimiento. Se viven los pensamientos que aparecen estrechamente relacionados a la respiración, la tonicidad muscular, la sensorialidad, el ritmo cardíaco y otras funciones somáticas

El psicodrama, diseñado por José Luis Moreno, es citado frecuentemente en el libro que estamos presentando. Se utiliza esta técnica de tratamiento psicoterapéutico para representar o dramatizar algunas experiencias y recuerdos que han aparecido a través de los ejercicios bioenergéticos o de otras procedencias.

Para aumentar el fluir energético parcial o totalmente en el cuerpo, se utilizan los auto o hetero masajes suaves, fuertes y profundos, sin hacer hincapié en ninguna de las mil técnicas que se emplean. Lo único realmente importante es el despertar la vida en el cuerpo y desbloquear las tensiones o corazas musculares. Éstas se han producido por la represión inadecuada de los estímulos psico-emocionales.

La meditación psicológica es otra técnica que se propone como medio para la abertura del camino hacia la salud. El autor nos alerta de posibles aparentes incompatibilidades entre ésta y el tratamiento bioenergético, de textura expresiva fuerte, activa y fuera de los contextos habituales de convivencia. Sus orígenes se remontan a las filosofías de vida desarrolladas en el antiguo oriente. Sus versiones modernas occidentales se han relacionado con la actividad eléctrica cerebral y las ondas alfas.

Estas técnicas, usadas con pericia y adecuación al momento terapéutico en que se encuentra el paciente, pueden producir una gran conmoción y profundidad en el proceso. Si adquieren un protagonismo por encima de las técnicas activas y expresivas bioenergéticas, se llegaría a eliminar la sustancia de ésta. Se generaría una descalificación y dificultad en estar y trabajar con la energía dinámica, una de las notas distintivas de la terapia bioenergética loweniana.

La dificultad en hacer ese silencio interior, clave de la meditación, nos indicaría que existe impedimento para ponerse en contacto con sus sentimientos, emociones, sensaciones corporales. Las defensas neuróticas están muy vivas. Es necesario usar las técnicas típicamente bioenergéticas.

El trabajo con los sueños y las fantasías es una de las herramientas típicas del psicoanálisis de S. Freud y de la terapia Gestalt de Frederick Perls. El analizar sus mensajes simbólicos, desde la tipología caracterial bioenergética, es atractivo y no muy frecuente. Su actuación y vivencia corporal de los contenidos oníricos o fantásticos abre una nueva vía para descubrir sus significados escondidos e inconscientes. Las reacciones respiratorias, musculares y diafragmáticas al despertar dan pistas para conocer sus mensajes y se las puede analizar como un componente simbólico más.

El terapeuta bioenergético

La segunda gran aportación del profesor A. Ramírez es el trato y la relevancia que adquiere el perfil y la figura del terapeuta bioenergético. A través de todo el libro, ha ido apareciendo un diseño, estilo de su existir personal, de su forma de comportarse

y relacionarse con los pacientes. El último capítulo lo dedica a este tema. Hoy día está muy extendida la convicción de que lo realmente trascendente en la terapia no es la técnica o la teoría que la sustenta, sino el modo de encarnarla y realizarla el terapeuta. Se llega a afirmar, en este laberinto de corrientes y enfoques múltiples de ayuda, que no hay terapias sino terapeutas.

Al reflexionar sobre los requisitos, el perfil y presencia del terapeuta bioenergético que ejemplariza el libro de J. A. Ramírez, me aparecen dos interrogantes. ¿Desprofesionaliza al terapeuta bioenergético o humaniza su profesionalidad? Este tema nos llevaría más allá de estas reflexiones y comentarios de presentación del libro, pero es de gran actualidad. Se la ve latiendo frecuentemente en las preocupaciones de los que estamos dedicados a la “formación” de terapeutas.

J. A. Ramírez, siguiendo a S. Keleman, sitúa al terapeuta “como padre, madre, maestro sustituto, amigo”. Le concibe como salvador, facilitador y sustituto en las tareas básicas que los adultos (padres, profesores, tutores, etc.) no han realizado en su día con los niños, adolescentes y jóvenes. Lo presenta centrado y enamorado de su tarea. No es sólo un conocedor, sino un saboreador sabio de lo que conoce y vive. Es acogedor, sensorial y afectivamente presente. Es el hombre de la espera y la firmeza. Ha desarrollado un profundo olfato para descubrir y captar los valores humanos exteriores e interiores a su hacer. Las funciones y el existir del terapeuta son vocacionales.

Su preparación técnica y teórica se basa en que él se ha reconocido y experimentado dentro de las tipologías caracteriales bioenergéticas. Ha realizado su terapia personal reglada y teórica. Se ha curtido y sensibilizado, también, a la presencia de su cuerpo, tenso o liberado de sus tensiones y corazas musculares. Se ha confrontado con sus límites energéticos. Esto le va a mantener en una situación de comprensión y empatía con las necesidades carenciales y vitales de los pacientes. Será el acompañante fiel en el peregrinar hacia la salud. Sabe de la limitación, frustración, la impotencia, la anarquía y desertización emocionales... Se ha visto por esos caminos, sufriendo las inclemencias de estas corrientes heladoras que cortan el fluir del vigor y de la entrega.

El terapeuta tiene gravadas en su cuerpo las cicatrices de lo que estuvo infectado y pululento por sus defensas patológicas. Estas señales son esperanza de que se sana. Él puede ayudar en la salida de los que todavía militan en las carencias enfermas que desenfocan la existencia y minimizan el vigor vital.

El retrato del terapeuta bioenergético que se diseña en este libro, ¿es alcanzable o participa de lo utópico? Es una meta posible en mayor o menor grado si se logra eliminar parcial o totalmente las defensas neuróticas inconscientes, llenas de abandono, rechazo, sometimiento, mercantilismo afectivo, manipulación seductora, etc.

La realidad dice que no siempre se consiguen esas transformaciones. La consecuencia es la existencia de un no pequeño número de terapeutas que llenan sus necesidades personales insatisfechas con las demandas de los pacientes. A veces, más que limpiar las defensas neuróticas de sus pacientes, las ensucian y dan pie a generar otras nuevas.

La terapia Bioenergética hoy

Hace más de cuarenta años que el Análisis Bioenergético de A. Lowen y J. Pierrakos está presente dentro de las terapias psico-corporales, emocionales y energéticas. Existen muchas corrientes y tendencias entre las que la siguen. Algunas tienen su designación propia y proponen particularidades teóricas de matices distintos. Incluso se puede hablar de ortodoxos y heterodoxos. El influjo de esos principios y técnicas operativas están entrando en el hacer diario de todos aquellos sensibilizados a la complejidad de lo que es un tratamiento psicoterapéutico.

Cada día somos más conscientes de las interrelaciones de lo psicológico, corporal, emocional y energético. El acercamiento de los psicoterapeutas de las diversas corrientes, incluso las que se creían primogénitas y unigénitas, van abriendo vías de diálogo y entendimiento.

Mis recuerdos de hace veinticinco años en España son de desierto y ausencia de la terapia bioenergética. Me cupo la suerte de ser, probablemente, el primero que la abrió camino en este país. Fue muy fácil el trabajo, al principio, porque los planteamientos y modos de hacer bioenergéticos encajaban con algo que estaban anhelando los “buscadores”.

Del descubrir que se tiene cuerpo, rápidamente, se pasa a ser cuerpo, a vivir el cuerpo habitado de sensaciones y necesidades. La relación emociones-cuerpo surge al destapar y sentir que la liberación de las tensiones o corazas musculares están relacionadas, son fruto de las situaciones de frustración, orfandad, negación del afecto, rabias, rencores, terrores, hostilidades y odios.

No mucho tiempo después, aparece el descubrimiento de la corporeización de los pensamientos. El funcionamiento de la mente y el cuerpo se viven interconectados y unidos como dos entidades distintas y con independencia propia. Esto se concreta al darse cuenta de que al pensar, al realizar un trabajo intelectual, el cuerpo respira, se flexibiliza... facilita los procesos mentales, intelectuales. Se pasa del cuerpo cotidiano o folklórico o médico... al terapéutico. Una existencia corporal muy viva, activa, que ayuda a mejorar las actitudes psicológicas y yoicas afirmativas o negativas.

Para hacer un tratamiento bioenergético, el cuerpo terapéutico es la clave de todo. Se llega a él por muchos caminos: la actividad muscular, el reblandecimiento del diafragma, la entrada de la respiración abdominal y torácica, el desbloqueo de las articulaciones, el desenfado postural. La decisión de explorar los límites que pone la fatiga, la garganta abierta dejando salir la protesta, el sonido y la expresividad. La elección personal, la empatía grupal, la guía del terapeuta implicado y realizando el mismo proceso que los participantes, el alargar la duración de esas experiencias en el tiempo son los complementos que nos llevan a ese nuevo estado de existir terapéutico.

Del cuerpo terapéutico brota el cuerpo vivaz. Tierra abonada para producir la salud y la apertura a la interioridad trascendente personal o de otras procedencias. Este cuerpo nos lleva a las nuevas formas de conocimiento que no tiene relación for-

zosa con el cognitivismo racional. El cuerpo es el gran protagonista, pero no es un absoluto. Es un elemento más del existir del ser humano.

Otro de los focos de atracción de la terapia bioenergética es la expresividad emocional corporeizada. No se trata sólo de conocer las emociones y controlarlas por la extirpación de la espoleta que las lleva a saltar de forma rápida e inadecuada. Se trata de dejarlas en libertad, dentro de un espacio y tiempo especiales, con la presencia de un terapeuta-facilitador experimentado. Todas estas circunstancias crean un medio adecuado de contención, sin prohibición, que genera la “magia” de aprender a encauzar total o parcialmente lo emocional sin racionalizar o tapan.

Finalmente, una de las técnicas bioenergéticas que más han aportado a la psicoterapia es el presentar una serie de códigos para la lectura del lenguaje corporal, como unidad mediática en el descubrimiento y manifestación del yo personal sano o de las defensas inconscientes de sobrevivencia que se produjeron en las etapas infantil, adolescente o juvenil.

Yo puedo afirmar, después de casi veinticinco años de practicar la terapia o personterapia bioenergética, que es un tratamiento terapéutico que encanta y fascina a los que necesitan ayuda.

El reto y la dificultad para acercarse a este modo de ayuda, hoy día, viene de una de las plagas generalizadas en medio de nuestra sociedad desarrollada: la comodidad o alergia al esfuerzo. El camino de recuperación y plenitud que ofrece esta terapia y filosofía de vida es un peregrinaje. Está lleno de sobresaltos, desencuentros y vigor, y nace de la implicación emocional corporeizada buscando lo que está más allá de la pereza y dejadez. Este esfuerzo y lanzamiento al vacío no es ascetismo seco y duro, está perfumado y compensado por la satisfacción y placer que produce el llegar al saboreo de lo que está más allá de los límites del vivir rutinario y cómodo.

El presente libro, lleno de sencillez, coherencia y “plácidos modales” en el hacer y vivir en la terapia bioenergética, es como el mar en calma, plano. Debajo, al lado, dentro, está el fluir vital energético que va a levantar la bravura, el coraje y la persistencia en arremeter contra la playa y las rocas.

LUIS PELAYO

Psicólogo

Fundador del Instituto de Terapia Bioenergética Anthos

Madrid, Enero 1998

Prólogo

Alexander Lowen es, sin duda, el más conocido de los discípulos de Wilhelm Reich. El análisis bioenergético, más ampliamente conocido como bioenergética, se colocó en el mercado de las psicoterapias, de modo que es casi sinónimo de la psicoterapia en la que, no sólo se habla, sino se trabaja con el cuerpo mediante el contacto físico, la respiración, el movimiento expresivo y la postura.

Alexander Lowen nació en Nueva York en 1910. Durante su juventud, con la idea de que la actividad física tenía efectos positivos sobre el estado mental de las personas, trabajó dirigiendo los programas atléticos en campamentos de verano para jóvenes. Se interesó en diferentes disciplinas, como el yoga y la relajación Progresiva de Jacobson. En 1940 conoció a Wilhelm Reich, entonces maestro de la New School for Social Research, en Nueva York, donde impartía un curso de Análisis del Carácter. El encuentro con Reich cambió su vida. Fue su discípulo entre 1940 y 1952 y su paciente de 1942 a 1945. La relación entre ambos se interrumpió entre 1947 y 1951, periodo en el que Lowen estudió Medicina en Suiza. A su regreso, Lowen pronto dejó de identificarse con el círculo de seguidores cercanos a Reich. En 1953 se asoció al doctor John Pierrakos, que también era alumno y había sido paciente de Reich. En 1956 fundaron el Instituto de Análisis Bioenergético.

A Lowen debemos la popularización -y según algunos, la distorsión- del trabajo de Reich como terapeuta. Lowen prefirió usar una palabra fácil de recordar, como bioenergética, en lugar de neologismos, como vegetoterapia caracteroanalítica u orgonterapia, difíciles de pronunciar y que requieren, al menos, de una explicación introductoria que aclare su significado. Reich, en diferentes momentos de su vida, relacionó su trabajo como terapeuta con la militancia en grupos de izquierda, la revolución sexual, la investigación sobre el cáncer, el origen de la vida y la naturaleza de la energía. Lowen se limitó a desarrollar la bioenergética, que es a la vez una forma de entender la personalidad en términos del cuerpo y sus procesos energéticos y una forma de psicoterapia¹. Al hacerlo se alejó aún más de los seguidores ortodoxos de Reich, quienes suelen subrayar que el análisis bioenergético no es una terapia reichiana.

1. Así la define Lowen en *The Way to Vibrant Health*, texto que publicó en 1977 con su esposa Leslie como coautora.

La aportación más notable de la bioenergética en cuanto a teoría de la personalidad es una caracterología basada, en última instancia, en las etapas de desarrollo psicosexual que propuso Freud. Como psicoterapia corporal, la bioenergética se ha dado a conocer como un trabajo fuerte con el cuerpo, en el que el terapeuta provoca a sus pacientes para que surjan las emociones reprimidas por medio de las tensiones musculares. Para esto trabaja con sus manos sobre los músculos contraídos, prescribe posiciones estresantes y movimientos expresivos al tiempo que exhorta a sus pacientes a que se abandonen a las emociones que emerjan. Lowen trabaja, en muchas ocasiones, con el paciente parado, poniendo el énfasis en su contacto con la tierra, con la realidad y con su propio cuerpo. Para referirse a este contacto Lowen utiliza la palabra *grounding* -que se puede traducir como arraigo.

Entre 1958, cuando apareció *The Physical Dynamics of Character Structure*, y 1990 Alexander Lowen ha escrito once libros, uno de ellos en colaboración con su esposa Leslie. La mayoría están dirigidos a lectores no especializados. En ellos encontramos viñetas clínicas, descripciones de ejercicios que se recomiendan al público, reflexiones sobre la sociedad actual, observaciones acerca de la relación entre los problemas vitales de las personas y la apariencia de su cuerpo, etc. De este modo, el lector interesado en conocer tanto la tipología de Lowen como su forma de trabajo en el consultorio debe estudiar con cuidado su obra.

Agustín Ramírez ha emprendido la tarea de reunir, en un solo volumen, la caracterología de Lowen -en su forma simplificada tal y como aparece en su *Bioenergética* de 1975- y la teoría y técnica del análisis bioenergético. Está ampliamente capacitado para esta tarea. Antes de estudiar análisis bioenergético con Lowen, Agustín fue alumno de Carl Rogers y se formó como psicodramatista con Jacobo Leví Moreno. Recientemente estudió core-energética² e integración postural. Desde hace muchos años Agustín es maestro de psicoterapeutas, y su experiencia de trabajo tanto individual como grupal en México y en Estados Unidos se cuenta en miles de horas, pero tiene la humildad de seguir siendo siempre estudiante de diferentes técnicas activas de trabajo. Su experiencia y su humildad se combinan para escribir una obra que puede ser una excelente introducción a la bioenergética, en la que incluso el que conozca profundamente este camino de curación y desarrollo personal podrá encontrar interesantes sugerencias para su trabajo.

Fernando Ortiz

2. Nombre con el que John Pierrakos describe su trabajo en los últimos años. La core-energética conserva mucho de la bioenergética en cuanto al énfasis en el trabajo corporal y pone además el énfasis en el desarrollo espiritual.

Reconocimiento

Me es muy grato expresar públicamente mi profundo agradecimiento a los que me han estimulado y ayudado a escribir este libro. En primer lugar, debo mencionar a mis discípulos en el Hospital Psiquiátrico de Chicago y en el Instituto de Psicodrama y Bioenergética de Guadalajara. Su interés en estas materias me obligó a estudiar reiteradamente las fuentes y a practicar con ellos y sus pacientes las distintas técnicas que describo en el libro.

En segundo lugar, mi sincero agradecimiento al doctor Fernando Ortiz, quien me honra con el prólogo y me ayudó a aclarar las numerosas citas del libro; a las licenciadas Lupita Rubio de Guevara y Suny Orozco por sus anotaciones y sugerencias para hacer más clara y concreta la exposición. Finalmente, le agradezco a la licenciada Carmen Delia Gómez el trabajo de hacer en el manuscrito las correcciones que mis amigos sugerían.

El concepto de energía bioenergética

1

El concepto de energía es básico en la técnica terapéutica llamada bionergética o análisis bioenergético, desarrollada por el doctor Alexander Lowen. En la exposición de su método, Lowen habla constantemente de la mayor o menor cantidad de energía que tiene un individuo, del flujo natural de la misma que se manifiesta en el bienestar del ser humano, de los obstáculos que las tensiones y coraza muscular oponen al movimiento espontáneo de la energía y de los trastornos emocionales y somáticos que la falta de energía o su estancamiento en diversas partes y órganos del cuerpo causa en la vida del hombre.

Para entender el concepto de energía y su influencia en el bienestar o malestar de la persona humana según el análisis bioenergético, es preciso conocer sus antecedentes históricos a partir de S. Freud, Carl Jung y, especialmente, del sistema de Wilhelm Reich, discípulo de Freud y maestro de Lowen. Así se podrán comprender las hipótesis y postulados teóricos que Lowen toma de ellos y las modificaciones que él introduce al elaborar su propio sistema.

LA ENERGÍA SEGÚN SIGMUND FREUD

Freud fue discípulo de Ernest Bruecke de quien heredó muchas de sus ideas, algunas de ellas –referentes a la energía- son las siguientes:

- a) no hay más que una sola energía y ésta es física;
- b) la transformación de esta energía es la causa de todos los fenómenos cósmicos, físicos, biológicos y psíquicos;
- c) todas las expresiones biológicas y psíquicas en la vida del hombre son efecto de la diferencia del potencial de la energía, así sean tensiones, emociones, ideas o imaginaciones¹.

¹ S. Freud y J. Breuer, *Studies in Hysteria*, pp. 136-142 (de la traducción al inglés de 1936); S. Bernfeld, *Freud's Earliest Theories and the School of Helmholtz*, en S. Lorand, *Yearbook of Psychoanalysis*, p. 46, y R. Dalbiez, *The Psychoanalytic Method and the Doctrine of Freud*, vol. 1, p. 295.