

## La pasión y la persona: Reich se encuentra con Winnicott<sup>1</sup>

Robert Hilton

Hace un año, Virginia y yo estábamos en un fin de semana de vacaciones cuando apareció la cuestión de cuál debiera ser la temática de esta conferencia. Reflexioné un tiempo sobre lo que había sido importante para mí en la bioenergética. Lo primero que se me ocurrió fue que la bioenergética me introdujo a mi cuerpo y a las pasiones asociadas con estar en mi cuerpo. Había estado previamente en otras formas de psicoterapia, pero desde mi primer experiencia con la bioenergética sentí una energía en torno a mi vida que no había sentido antes. Había pasión en mis lágrimas, en mi miedo, en mi rabia, en mi amor y también en mi amarga determinación de no abrirme a más dolor. Me di cuenta de que mi depresión caracterológica enmascaraba una naturaleza apasionada, pero desesperada. Este fue en 1968 y me sentí descrito en el nuevo libro de Alexander Lowen, *La traición del cuerpo*. Se convirtió en mi biblia.

Por otro lado, tal como lo presenté en mi artículo en nuestra última conferencia, pronto descubrí que la pasión de mi cuerpo no era suficiente. Necesitaba algo más. Aunque experimentaba mi propia pasión y la pasión del otro, a menudo sentía que estaba dejando fuera alguna parte de mí o que no estaba siendo visto como persona entera. Necesitaba que alguien fuera más lento, que se relacionara conmigo no como alguien que tiene un "trastorno de carácter" sino como Bob haciendo lo mejor que podía por vivir y amar con aquello que me había sido dado. Me puse contento al leer en el libro de Harry Guntrip, *Schizoid Phenomena, Object Relations and the Self*, también publicado en 1968, donde él comenta el concepto freudiano del ser humano como "organismo" y asevera "todo esto me parecía no dar con la clave final a los problemas humanos por no comenzar con el hecho primario en relación a los seres humanos, a saber, su experiencia de ellos mismos como aquella 'totalidad' significativa que llamamos una persona" (p. 10). Este libro también se convirtió en mi biblia. Ahora, disponía de un Antiguo Testamento y de un Nuevo Testamento. Así, le sugerí a Virginia que la temática de la conferencia fuera La Pasión y la Persona.

Cuando me pongo a pensar en estos dos aspectos de nuestro trabajo, la pasión y la persona, tal como recién mencioné, pienso en los escritos de Alexander Lowen y Harry Guntrip. Sin embargo, en relación a los orígenes de estos dos conceptos retrocedo hacia sus mentores y terapeutas, Wilhelm Reich y Donald Winnicott. De ahí el título de mi presentación, "La pasión y la persona: Reich se

---

<sup>1</sup> "The passion and the person: Reich meets Winnicott" (1999), *Bioenergetic Analysis*, 10 (2), 1-16. Traducción por Ps. André Sassenfeld J.

encuentra con Winnicott". El reflejo del orgasmo se encuentra con el maternaje "suficientemente bueno"; el análisis del carácter se encuentra con el falso self; la interpretación se encuentra con la empatía; la confrontación se encuentra con el "ambiente sostenedor"; la bioenergía se encuentra con el verdadero self; el erotismo sexual se encuentra con la regresión infantil; el orgonomista se encuentra con el pediatra; el protoplasma se encuentra con el "objeto transicional". U otra forma de decirlo, yo me encuentro conmigo mismo. Y, cuando estas dos poderosas fuerzas en mi vida se juntan y yo me encuentro conmigo mismo en ellas, me siento real como persona y tengo la pasión de un corazón abierto.

Me gustaría hablar de las contribuciones de estos hombres en torno a esta temática de unificar pasión y ser persona a través de un corazón abierto y cómo se aplican a nosotros como clientes y terapeutas en la bioenergética. Para hacerlo, deseo hacer uso de un breve pasaje del libro de Reich, *Análisis del carácter*. Quiero leerlo y volver a él en detalle.

Durante el tratamiento, rasgos de carácter tales como reserva o reticencia se convierten en una resistencia caracterológica compacta, p. ej., bajo la forma de un silencio testarudo y aprensivo. Le es completamente ajeno al análisis del carácter superar tales silencios por medio de instar, demandar o persuadir al paciente para que hable. Por lo común, el silencio del paciente es el resultado de una incapacidad para articular sus impulsos internos. El hecho de instarlo y persuadirlo intensifica la testarudez; no elimina la perturbación de la capacidad del paciente para expresarse a sí mismo, sino que la empeora. Al paciente, por supuesto, le gustaría hablar, abrir su corazón al analista. No obstante, por alguna u otra razón, no es capaz. Sin duda, el mismo hecho de tener que hablar lo inhibe. No sabe que es incapaz de expresarse, sino que usualmente es de la opinión de que no quiere. En secreto, abriga la esperanza de que el analista lo comprenderá a pesar de su incapacidad para abrirse. Este deseo de "ser comprendido" por lo general está acompañado por una resistencia a cualquier ayuda: se adopta una actitud testaruda. Esto hace que el trabajo sea difícil, pero no imposible.

En vez de instar, persuadir o incluso recurrir a la bien conocida "técnica del silencio", el analista consuela al paciente, asegurándole que comprende su inhibición y que, por el momento, se las puede manejar sin sus esfuerzos por comunicarse. De esta manera, el paciente se siente aliviado de la presión de "tener que" hablar; al mismo tiempo, carece de cualquier razón presente para ser testarudo. Si ahora el analista tiene éxito a la hora de describirle al paciente sus actitudes de modo simple y preciso, sin esperar ningún cambio inmediato, el paciente enseguida se siente "comprendido" y su afecto comienza a removerse. Al principio, lucha contra este mediante la intensificación de su silencio, pero eventualmente se pone inquieto. Esta naciente inquietud es el primer movimiento que lo aleja de la condición de rigidez. Después de varios días, o a lo más semanas, de descripción y aislamiento cuidadoso de sus actitudes, de forma gradual empieza a hablar. En la mayoría de los casos, el rasgo de carácter del silencio es causado por una constricción de la musculatura de la garganta, de la cual el

paciente no tiene consciencia; esta constricción sofoca la excitación “emergente”.  
(1972, pp. 318-319)

Reich está describiendo un cierto rasgo caracterológico de resistencia y la forma de trabajar con él, pero comienzo con una frase tan simple como, “por supuesto, al paciente le gustaría hablar, *abrir su corazón al analista*”. El impulso primario en el paciente es el de abrir su corazón a otra persona. Compartir su esencia. Esta es una persona real que desea establecer contacto con otra persona real. Reich no dijo, esta persona desea tener un reflejo del orgasmo o liberarse de alguna contracción muscular crónica o gratificar un impulso instintivo o usar al analista como objeto internalizado que lo nutra. Tampoco lo despersonalizó mediante la afirmación de que el organismo del cliente estaba intentando mantener un equilibrio energético y reducir su angustia básica al contactar el campo energético del objeto presente, a saber, el terapeuta. Simplemente dijo, que deseaba abrir su corazón al analista. Este no era un ello buscando gratificación, sino una persona buscando contacto con otra persona como expresión de su ser.

Para Winnicott, el reconocimiento de este impulso del niño a compartir su corazón con la madre es crucial para el bienestar del niño. Afirma que “el pecho es creado por el infante una y otra vez a partir de la capacidad de amor del infante”. Después dice, “la madre coloca el pecho real justo allí donde el infante está preparado para crear y en el momento exacto” (Abram, 1996, p. 106). Esta colocación del objeto en el lugar correcto y en el momento correcto es algo que la madre es capaz de hacer no sólo cuando se encuentra en un estado de preocupación maternal primaria, que significa que está identificada con el infante y que, por lo tanto, en un nivel muy profundo intenta averiguar lo que este necesita. Así, la simple frase de que al cliente “le gustaría abrir su corazón al analista” es tanto real el día de hoy como porta consigo todo el anhelo primario de ser visto y reconocido como persona real. Busca una respuesta que le permitirá sentirse real, importante y auténtico en su mundo.

En otro lugar, hablando más como fisiólogo que como terapeuta, Reich aseveró: “Me expando con el amor. Me retraigo en la angustia. Eso es simple. Es el movimiento del plasma el que lo hace” (Higgins & Raphael, 1968, p. 74). Aquí, el amor es reducido al movimiento plasmático, la bioenergía del organismo que responde a una excitación externa o interna. Intenten decirle esto a su esposa, esposo o amante cuando están haciendo el amor, “No te lo tomes personal, mi amor, es el movimiento plasmático el que lo hace”.

O si están interesados en las relaciones objetales, podrían decir, aunque no lo recomiendo, “Mi amor, responderte es mi intento inconsciente de neutralizar un objeto internalizado malo”. Por cierto, la base energética del amor es la bioenergía del organismo y el “otro” puede representar todo tipo de buenos y malos objetos de tu pasado, pero tú en el presente eres quien dice te amo y eres tú quien busca una sonrisa de reconocimiento que afirme, yo también te amo.

Ahora llegamos a una parte interesante. Si el paciente desea abrir su corazón y si es tan importante hacerlo, ¿por qué no lo hace o por qué no puede? Reich

destaca que tiene una “resistencia caracterológica”, lo que denomina un “silencio testarudo y aprensivo”. A continuación asevera que el paciente probablemente sufre de una “incapacidad para articular sus impulsos” y, por último, que el “mismo hecho de tener que hablar lo inhibe”. Tiene una resistencia psicológica, “testarudez”, una resistencia física, una “incapacidad” o “una constricción de la musculatura de la garganta” y una resistencia interpersonal bajo la forma de un resentimiento respecto de ser presionado a expresarse.

¿Qué ocurrió? Mientras que desea expresar su corazón, algo más importante está ocurriendo en él en relación a su bienestar que esta forma de auto-expresión. Está conteniéndose o inhibiéndose por alguna muy buena razón, aunque esta lo esté limitando mucho en el presente. Reich dice, “por alguna u otra razón [...] no es capaz”. ¿Cuáles son estas razones y por qué son tan importantes para esta persona?

La respuesta obvia es que, cuando intentó abrir su corazón en el pasado, se encontró con una decepción tan dolorosa, que tuvo que cerrarse y protegerse. La protección de este self primitivo se ha convertido en su preocupación principal. Su testarudez es su forma de decirle que “No” a cualquiera que intenta ayudarlo, aunque está desesperado por recibir ayuda. Al hablar sobre la manera en la que este “No” se desarrolla, Reich describe de qué modo un bebé nace, es sujetado de los talones y golpeado, a continuación alejado de su madre y, si es varón, es circuncidado, después devuelto a su madre, donde puede experimentar un pezón frío o falta de leche. Asevera que, en términos bioenergéticos, la reacción del bebé es encogerse. Afirma, “Este pobre niño, pobre infante, siempre intenta estirarse para encontrar calor, algo a lo cual aferrarse [...] No puede acercarse y decir, ‘Oye, escucha, estoy sufriendo tanto’. Lloro. Y, finalmente, se rinde. Se rinde y dice ‘¡No!’ No dice ‘no’ con palabras, entiendes, pero esa es la situación emocional. Lo sacamos de nuestros padres. Lo sacamos de su estructura emocional, de su comportamiento, no de sus palabras. Las palabras son incapaces de expresarlo. Aquí, en el inicio, se desarrolla el rencor. Aquí, se desarrolla el ‘no’, el gran ‘NO’ de la humanidad. Y después me preguntas por qué el mundo está hecho un desastre” (Higgins & Raphael, 1968, p. 29).

Reich habló de este trauma primal en términos de lo que ocurre primariamente al cuerpo del infante, aunque está claro que está muy sintonizado con la agonía interna del bebé. Winnicott habló primariamente sobre el terror psíquico que atraviesa el niño como resultado de este tipo de entorno aunque, como pediatra que había tratado a literalmente cientos de bebés, estaba muy consciente del impacto del trauma sobre el cuerpo del niño. Los llamó terrores psíquicos, estados inexperimentables o agonías primitivas.

Cuando el tipo de colapso en el entorno del que habla Reich se produce, además del impacto bioenergético sobre el cuerpo del niño Winnicott advirtió que el niño se queda sin un ancla para su self primitivo. Dado que la madre es incapaz de proteger al niño y proporcionarle un ego auxiliar, no dispone de algún

fundamento sobre el cual construir su identidad. Winnicott (1989) nos recuerda que angustia no es una palabra lo suficientemente fuerte para este estado del ser.

Abrumado por su caos interno y el mundo externo, se enfrenta a una pérdida de organización del self y a la posibilidad de retornar a un estado no integrado. Experimenta el terror de “caer por siempre”. Sería como dar un paso hacia un hueco de ascensor que nunca tuviera un fondo. Si pudieses llegar al fondo, al menos podrías morir, pero aquí no puedes morir y no me puedes dejar de caer. Winnicott afirma que la defensa contra esto es el “auto-sostenimiento”. Reich la ve en el encogimiento del bioplasma y el resultante acorazamiento muscular con la afirmación del “NO”; Winnicott enfatiza el ocultamiento psíquico del verdadero self. Las dos cosas van juntas y nunca pueden ser separadas. Winnicott prosigue mencionando otras agonías posibles que surgen de la falla ambiental, tales como aquella que llama “pérdida de la colusión psico-somática”. Para Winnicott, la tarea del infante es habitar su cuerpo. Sólo puedo hacerlo cuando el entorno proporciona provisiones nutritivas adecuadas y cuando, con ello, no fuerza al niño a recurrir prematuramente a sus propios recursos psíquicos inmaduros con la finalidad de proveerle seguridad a su existencia. Estos estados son lo que Bob Lewis (1997) denomina shock cefálico. Winnicott diría que el niño desarrolla un “intelecto disociado” que resulta en el “fracaso de habitar en uno mismo [indwelling]”, la posesión de su cuerpo como hogar para su vida psíquica. Esto también puede resultar en la pérdida del sentido de realidad y la capacidad de relacionarse con los objetos.

Winnicott asevera, “en un comienzo, el niño tiene un guión para la normalidad que, en gran parte, es un asunto de la forma y el funcionamiento de su propio cuerpo” (Abram, 1996, p. 247). Disponiendo de un maternaje “suficientemente bueno”, es capaz de quedarse con este guión biológico de su existencia y su significado en el mundo. Sin él, pierde su base para la normalidad y se pierde a sí mismo. Tal como Reich dijo acerca de sí mismo, “Es tremendamente doloroso estar al mismo tiempo solo y vivo. Ese es el infierno. Yo mismo lo atravieso” (Higgins & Raphael, 1968, p. 35).

En este punto, Winnicott podría decirle a Reich, estoy totalmente de acuerdo contigo respecto de la agonía primitiva que un niño experimenta. Me gustaría enfatizar, sin embargo, el significado personal de esta falla ambiental y lo que ocurre interiormente al self en desarrollo del niño y las adaptaciones psíquicas que tiene que crear con tal de sobrevivir. Reich podría responder que todo eso es muy interesante, pero que es psicología, son ideas sobre lo que está ocurriendo. Podría responder, “Y estoy interesado en la fisiología, en lo que puedo medir, en lo que ocurre con la bioenergía del cuerpo. Todos los conceptos psicológicos se refieren a un protoplasma congelado y aterrorizado. Liberen al protoplasma y la psique le seguirá”.

Winnicott podría responder que, desgraciadamente, no es tan simple porque, como sabes, en primer lugar todo esto no puede separarse. La persona es más que el cuerpo. Toma, por ejemplo, al cliente en el pasaje, está vivo e inhibido

pero también es una persona que lucha por volver a expresar su corazón aún cuando tú puedas ver de qué modo es incapaz de hacerlo. Necesita ser entendido. Es una persona, no tan sólo protoplasma dañado.

“Sí”, Reich podría afirmar, “sabes que estoy de acuerdo con eso. Tan sólo no quiero perder la base dinámica de la bioenergía como fundamento de la vida y perderme al describir la caja psíquica en la que nos encontramos y no observar de qué modo salir de la caja”. Reich en efecto dijo, “No se olviden de que Freud empezó como somaticista, como hombre que trabajaba con el cuerpo. Entonces descubrió el inconsciente. Así, se cambió a la psicología. Pero nunca se olvidó de que era un somaticista. Lo más importante que alguna vez sucedió en la psiquiatría fue el descubrimiento de que el núcleo de la neurosis era somático” (Higgins & Raphael, 1968, p. 69).

“Sí”, podría ser la respuesta de Winnicott, “también estoy de acuerdo porque, tal como ya afirmé, ‘la tarea del niño es habitar su cuerpo y que, para el infante, existen en primer lugar necesidades corporales [...] y gradualmente se transforman en necesidades del ego en la medida en la que la psicología emerge a partir de la elaboración imaginativa de la existencia física’ (Phillips, 1988, p. 123). También he dicho que la psique y el soma tienen que conformarse uno con el otro y este conformarse, este encontrar un lenguaje compartido, [es] el proceso de desarrollo (p. 79). Tal vez eso es lo que estamos intentando hacer aquí, encontrar un lenguaje compartido para expresar nuestro dolor personal respecto de la agonía primitiva que nosotros y nuestros pacientes sufrimos.

Todo esto, por supuesto, es sólo mi imaginación y mi intento de encontrar un lenguaje compartido por estas dos poderosas realidades de mi propia vida. Pero volvamos ahora a nuestro cliente en el pasaje, el cual está luchando por abrir su corazón.

Reich comenta que instar y persuadir sólo intensifica la testarudez. Este empujar es experimentado por el paciente como exigencia de que se adapte al entorno, tal como siempre ha tenido que hacerlo; y su respuesta es “NO”. Además, con ese “NO”, está tratando de establecer lo que no tuvo cuando niño, y eso es el derecho de que el mundo acuda a él alguna vez, en vez de que él cambie para el mundo. Necesita que el terapeuta se adapte a su necesidad –que primero comparta su miedo. Tener que hablar para complacer al terapeuta lo inhibe porque, mientras desea la ayuda, quiere algo incluso más, y eso es alguna forma de integridad o el derecho de ser como es. En otras palabras, la necesidad del self, la necesidad que no fue originalmente reconocida, ahora se está re-afirmando bajo la forma de su resistencia. A este respecto, yo creo que resistencia es la palabra equivocada. Es más bien una forma de organización del self. Es una manera de sentirse seguro en la presencia de una figura parental. Es poner a prueba para ver en qué grado esta figura parental está esta vez sintonizada con su necesidad subyacente y dispuesta a renunciar a sus propias preocupaciones respecto de cómo las cosas debieran ser y de cómo debiera actuar y centrar su atención en él. Esto es lo que es aún más importante que abrir su corazón o liberarse de la incapacidad de poder hablar y es

su forma de auto-posesión que se encuentra en su constricción e inhibiciones. De este modo, está protegiendo su corazón roto de más dolor. Romper estas constricciones a través de cualquier medio sin conocer su significado o sin que el cliente experimente primero la consciencia empática del terapeuta y su comprensión de él es amenazarlo con devolverlo a uno de los estados inexperimentales descritos por Reich o Winnicott.

Es interesante que, en nuestro pasaje, Reich entiende la necesidad del paciente de ser "comprendido". Tienen que saber lo inusual que esto era para los primeros días del psicoanálisis. La tarea del analista no era comprender al paciente, sino que el paciente se comprendiera a sí mismo y que el analista se mantuviera fuera. Esto significaba que, si el paciente no hablaba, el analista pasaba horas o días sentado esperando que esta "resistencia" se soltara. De hecho, la "necesidad de ser comprendido" era visualizada como defensa narcisista primitiva. Por supuesto, Winnicott diría que ser comprendido es la necesidad primaria del paciente y que, de hecho, si esta no es satisfecha por el terapeuta, nada más puede avanzar. En esencia, el paciente está diciendo inconscientemente al terapeuta, quien representa el entorno potencialmente nutritivo, "Necesito que quieras comprenderme y que te enfrentes a mi 'NO' respecto de tus esfuerzos por contactarme así como yo me enfrenté a tu 'NO' cuando te necesité desesperadamente. ¿Puedes mantener tu corazón abierto conmigo cuando yo digo 'NO' o sofocarás tu amor, tal como yo lo tuve que hacer cuando niño?"

Ahora que el paciente no tiene que aferrarse a sí mismo con tal de preservar su propia integridad o defenderse de intrusiones indeseadas, comienza a soltar algo de la tensión en su cuerpo. Y, sin ninguna intervención corporal directa por parte de Reich, el afecto del paciente empieza a removerse. Para Winnicott, esta sería la primera señal del verdadero self, el gesto espontáneo que necesita ser reconocido y recibido. Habiendo encontrado algunas provisiones nutritivas para el self en la actitud y presencia de Reich, la necesidad subyacente del paciente de establecer contacto y expresar su corazón comienza a ocurrir.

No obstante, ahora que el paciente ha dejado de tener una razón para contenerse debido al entorno, enfrenta su propia lucha interna frente al dejarse ir. Durante años, este paciente se ha organizado a sí mismo en torno al trauma y el dolor del pasado. Ha desarrollado su propio sentido del self, esto es, de quién es o de quién puede ser en el mundo y esto ha dependido de la inhibición de su auto-expresión. Además, tiene su sistema de creencias que ha acompañado a su actitud, a saber, que nadie comprende. Sin embargo, por debajo de este falso self y esta actitud caracterológica, ha querido ser libre para expresar su corazón.

Ahora ve que su libertad depende de tres factores: uno, ser comprendido; segundo, enfrentar sus inhibiciones, que se han convertido en tensiones musculares crónicas en su cuerpo; tercero, lo que aún no ha explorado, la capacidad de su nuevo entorno para responderle de modo "suficientemente bueno" como para permitirle continuar seguir siendo quien es; a saber, una persona por derecho propio, con necesidades propias, una de las cuales es tener a

alguien que lo reconozca y que responda a la dolorosa lucha por volver a abrir su corazón.

Reich observa que, en la medida en la que el afecto del paciente comienza a removerse, su silencio se intensifica. El paciente ahora está experimentando el vínculo entre dos formas de auto-organización o auto-expresión. La primera es el inicio de un movimiento de vuelta hacia el entorno en el cual tiene la esperanza de que las provisiones originales que perdió cuando niño (y que ahora le están siendo proporcionadas por el terapeuta) le pueden ayudar a aliviar su terrible soledad. No obstante, ha sido engañado antes y juró en ese momento no dejarse volver a seducir de nuevo por alguien que lo comprende pero que, en realidad, no está presente como para recibirlo a él y su corazón roto. En consecuencia, redobla sus esfuerzos de protegerse a sí mismo de más dolor.

Recuerdo cuando Virginia y yo nos enamoramos y ella dijo que esperaba que su amor me haría feliz y yo respondí, "No cuentes con eso". Esta siempre es una gran interrogante para todos nosotros, como clientes o terapeutas. ¿Cuándo soltaremos la forma en la que nos protegimos en el pasado y arriesgaremos el futuro, sabiendo que no existen garantías de que las mismas traiciones no volverán a suceder? Hay muchas respuestas a esa pregunta, pero en este momento basta con decir que, cuando el dolor de la constricción se vuelve más grande que el dolor imaginado de la liberación, es posible que intentemos soltar. Reich observó esto en el cliente. En la medida en la que intensificó sus constricciones, se tornó inquieto. Y entonces Reich agrega, "Esta naciente inquietud es el primer movimiento que lo aleja de la condición de rigidez".

Reich emplea un palabra importante cuando se refiere a este movimiento espontáneo del organismo-persona-verdadero self como "naciente". Naciente viene de la palabra en latín *nasci*, que significa nacer. En la página que sigue a aquella de la cual tomamos nuestro pasaje en *Análisis del carácter* (página 320 de la tercera edición), Reich explora lo que en ese entonces era un concepto muy nuevo, a saber la manera de ayudar a una persona a empezar a derretir el congelamiento de su carácter y a nacer de nuevo. Hace referencia a este movimiento desde una perspectiva energética. Reporta que un paciente afirmó, "Mi alma es como un lago completamente congelado" (Reich, 1972, p. 320). Estaba recién comenzando a explorar este fenómeno de la bioenergía y sus efectos en el cuerpo. Asevera que no tiene las respuestas, pero sugiere una forma de trabajar con esta transición desde el congelamiento y la inhibición hacia una nueva vida. Es una forma con la que muchos de nosotros trabajamos hoy en día, pero me gustaría que la escucharan en sus palabras mientras explora este nuevo significado de la vida en el cuerpo. La forma en la que todos luchamos por ser una persona real y recuperar el corazón para vivir. Hablando de la contracción en el cuerpo que impide que la nueva vida nazca, afirma:

si le permitimos al paciente re-experimentar la historia precisa de transición entre estar vitalmente vivo y estar completamente congelado; y si, en el tratamiento, prestamos mucha atención a la oscilación entre una condición y la otra. Se ponen al



descubierto extrañas modalidades internas de comportamiento cuando se sigue este procedimiento. Un paciente, por ejemplo, experimentó la transición de la siguiente manera. Tenía que repetir mecánicamente: "No tiene sentido, no tiene ningún sentido", etc. El significado detrás de esto era: "¿De qué sirve intentarlo, competir, sacrificar, incluso amar? De todos modos la otra persona no me entiende". [Reich continúa:] Por cierto, una de las experiencias más trágicas de los niños resulta del hecho de que, a una edad muy temprana, no todos los sentimientos y deseos pueden ser expresados y articulados. El niño tiene que encontrar alguna otra manera de buscar comprensión de la condición psíquica inexpresable. El niño busca en vano hasta que finalmente renuncia a la lucha por comprensión y se anestesia: "No tiene ningún sentido". El camino entre la experiencia vital y la muerte interior está pavimentado con decepciones de amor. Estas decepciones constituyen la causa más frecuente y más potente de la muerte interior. (Reich, 1972, pp. 320-321)

De modo que cuando este removerse naciente comienza en el paciente y entonces uno lo ve volver a tensarse, uno sabe que el terror subyacente es decepciones de amor que conducen a una sensación de no ser real y a un miedo de no-existencia. Una cosa es estar vivo, pero otra es amar y ser amado. Reich se refería a Freud como hombre que estaba carenciado de amor, como una locomotora a vapor a punto de explotar. Ya he hecho referencia a la afirmación de Reich respecto de su propio infierno personal de estar al mismo tiempo vivo y solo. Y aún así fue capaz de decir, "Me ven ahora. ¿Estoy bastante vivo, no? Estoy chispeante, no?" (Higgins & Raphael, 1968, p. 37). Pero fue su biógrafo Myron Sharaf quien dijo, en un artículo publicado en la revista *Energy and Character*, en 1977, "La respuesta positiva que Reich recibió en la década de 1920 era extremadamente importante para él en el sentido de fortalecer su autoestima y su consciencia de la magnitud de su creatividad". En ese mismo artículo, prosigue afirmando: "En años posteriores, cuando Reich no estaba recibiendo ese tipo de retroalimentación positiva, tenía que dársela a sí mismo: 'Soy grande, he hecho avances. Estoy a la misma altura que Galileo, Newton, etc.' Pero algo de eso era indispensable para que pudiese continuar". Y entonces Sharaf (1977) asevera tan conmovedoramente, "Uno necesita recibir una respuesta de algún lado. Uno se encuentra en una posición muy vulnerable cuando la propia respuesta positiva principal tiene que provenir de uno mismo" (p. 8). No puede dejar de pensar en el bebé descrito por Reich como "siempre intentando encontrar calor, algo a lo cual aferrarse".

Reich terminó teniendo que intentar satisfacer su necesidad de amar y ser amado mediante la mantención de una grandiosidad narcisista similar a la infantil como sustituto. Haciendo referencia a la sociedad psicoanalítica dijo, "Lo que yo hice fue colocar mi huevo de águila en el nido de huevos de pollo. Entonces lo saqué y le di su propio nido" (Higgins & Raphael, 1968, p. 40). Winnicott, por otro lado, encontró su sustituto en el desarrollo de un falso self que intentó hacerse cargo del entorno que lo había herido, a saber su madre. Escribe sobre sí mismo como un niño y sobre cómo tuvo que renunciar a su propia vitalidad espontánea

con la finalidad de relacionarse con ella. Winnicott escribió un poema cuando tenía 67 años de edad. Sin embargo, este representó un momento en su vida cuando, antes de partir a un internado, hacía sus tareas bajo un árbol especial en el jardín. El poema, que se llama "El árbol", contiene las siguientes líneas:

Mi madre abajo está llorando, llorando, llorando  
Así la conocí  
Una vez, sobre su falda,  
como ahora bajo un árbol muerto  
aprendí a hacerla reír  
a contener sus lágrimas  
a deshacer su culpa  
a sanar su muerte interior  
Darle vida era mi vida. (Phillips, 1988, p. 29)

Adam Phillips, en su libro *Winnicott* (1988), escribe acerca de este poema que habla de la ausencia de lo que se convirtió, en la teoría del desarrollo de Winnicott, en la experiencia formativa en la vida del niño; la forma en la que la madre "sostiene" al niño en el sentido más pleno, lo que incluye la forma en la que el niño es sostenido "tanto en la mente de la madre como en sus brazos" (p. 30).

Una vez más volvemos a nuestro pasaje, en el cual al final Reich vuelve al cuerpo del cliente y comenta que "En la mayoría de los casos, la actitud caracterológica del silencio es causada por una constricción de la musculatura de la garganta, de la cual el paciente no tiene consciencia; esta constricción ahoga la "excitación emergente". ¿Por qué se aleja de su comprensión del hecho de que esta persona estaba intentando compartir su corazón? Después de todo, la actitud caracterológica no está causada por la musculatura de la garganta, sino por el dolor que ha experimentado por no ser amado. El bloqueo de la garganta es una manifestación física de su intento de protegerse de más dolor. Reich pierde a la persona en su pasión por la explicación bioenergética del síntoma. Winnicott, por otro lado, tal vez no sería consciente del bloqueo de la garganta como tal, pero cree que el verdadero self del cliente estaba escondido e era incapaz de sacar ventaja de las provisiones nutritivas que estaban siendo proporcionadas por el terapeuta. En cualquiera de los dos casos, lo que falta es algún concepto sobre la capacidad del terapeuta para recibir y responder a la "naciente" apertura del corazón de este cliente.

Sólo ser comprendido aún deja al cliente en su lucha por liberarse de sus constricciones musculares crónicas y establecer contacto. Algo tiene que andar mal con él dado que es comprendido y aún así no es libre. Liberar los impulsos emergentes mediante el trabajo sobre la musculatura (tal como gritar), pero no comprender que el cliente está intentando establecer contacto con su corazón equivale a volver a dejarlo sintiendo que algo anda mal con él puesto que grita y se siente aún más vacío. Comprenderlo y liberar la constricción en su cuerpo, pero no estar disponible para el contacto original, a saber recibir y participar en el presente

con el intento del cliente de compartir su corazón abierto con alguien, sigue dejándolo incompleto y solo.

Es obvio que necesitamos las tres cosas: comprensión del cliente como persona, ser consciente de sus limitaciones físicas de auto-expresión y, por sobre todo, estar disponible para recibir lo que le produjo todo el dolor y constricción originalmente, su corazón abierto.

Winnicott, con todo su énfasis sobre la madre “suficientemente buena” y el “ambiente sostenedor”, aún sintió que “cada individuo es algo aislado, permanentemente no-comunicado, de hecho no encontrado”. De acuerdo a Adam Phillips (1988), Winnicott, con esta aseveración, “estaba afirmando la presencia de algo esencial sobre una persona que estaba involucrada con la vitalidad del cuerpo, pero que seguía inarticulado y, en última instancia, inconocible: tal vez como un alma encarnada” (p. 3). No puedo sino preguntarme si este self escondido y desconocido no es, de hecho, aquel bebé con su “NO” a la humanidad del que habló Reich y para el cual nunca nadie había provisto por Winnicott lo que él intentó proporcionar a los demás. Su rezo final fue, “¡Oh, Dios! Déjame estar vivo cuando muera” (Phillips, 1988, p. 19).

Reich, por otro lado, decía lo que sigue al final de su vida: “La terapia individual no sirve. No sirve. Oh, sí, sirve para ganar buen dinero y para ayudar por allí y por aquí. Pero, desde el punto de vista del problema social, el problema de higiene mental, no sirve. En consecuencia, dejé de realizarla. Nada sirve aparte de los infantes. Hay que volver al protoplasma intacto. Está eso claro”. También dijo respecto de la terapia, “Nada puede hacerse con los adultos. Lo digo como persona que tiene mucha experiencia en psiquiatría y biología humana. Nada puede hacerse. Una vez que un árbol ha crecido mal, no se puede enderezar” (Higgins & Raphael, 1968, p. 70).

Reich renunció y volvió al protoplasma intacto y Winnicott se mantuvo permanentemente desconocido y se volvió para ayudar a la madre. ¿Dónde deja esto a nuestro cliente en el escenario, que está intentando abrir su corazón? ¿Dónde nos deja esto a nosotros dado que ya no podemos ser infantes? Mientras que el ambiente puede ser “suficientemente bueno”, no garantiza que nuestro corazón y amor serán reconocidos si nos abrimos.

La parte más dura para mí como cliente fue encontrar un terapeuta que me veía como persona, no como protoplasma, y que fue más allá de proporcionar un ambiente “suficientemente bueno” hacia estar dispuesta a abrir su corazón, incluso cuando esto significaba dolor para ella. La parte más difícil para mí como terapeuta no ha sido trabajar con mis clientes bioenergéticamente o ayudarles a sentirse conocidos o encontrados, sino estar disponible para recibir y participar junto a ellos en su corazón abierto cuando son encontrados y se sienten menos constreñidos. En la medida en la que mis clientes y yo hemos enfrentado nuestras limitaciones, hemos descubierto que nuestra preocupación mutua nos ha vuelto reales para nosotros mismos y para el otro. Todavía somos árboles que han crecido mal, pero hemos descubierto que incluso los árboles que han crecido mal, cuando

reciben el cuidado adecuado, pueden florecer en la primavera y su mal crecimiento se convierte en un testimonio de las luchas contra los vientos, las tormentas y las sequías de la vida.

Un par de años atrás, en Navidad, compré un arreglo para la mesa del comedor. Después de las vacaciones, cuando las flores originales habían florecido y muerto, las partes verdes en el arreglo seguían vivas. Junto a estas partes verdes estaba una rama torcida muerta de algún tipo, que había sido pintada dorada completamente y que era usada como parte de la decoración. Virginia botó las flores muertas y guardó la rama dorada torcida con fines decorativos, junto a las partes verdes, y renovaba el arreglo con flores frescas. Repitió este proceso durante varias semanas, cuando un día le señalé que la rama muerta estaba viva. Las semanas de darle agua a las demás flores había nutrido lentamente esta rama y un pequeño brote verde estaba floreciendo por debajo de las capas de color dorado. Ambos tan sólo estuvimos parados allí asombrados porque ninguno de los dos pensó que allí había algo de vida. Nuestros corazones estaban tocados por el misterio de la naturaleza y la persistencia de la vida por expresarse. Tantas veces mis clientes han dicho, “Gracias por no renunciar a mí”. Y también ha dicho, “Me has ayudado aún cuando pensaste que no lo estabas haciendo. Me has ayudado a ser al tú mismo ser real”. Además han dicho lo mismo que yo dije a mi terapeuta, “Me has ayudado a florecer y crecer, no a través de tus análisis de mis problemas o a través de tu habilidad como terapeuta bioenergético, sino al ser quien eres y recibir mi amor”.

Por último, la pasión y la persona se juntan en un corazón abierto. Pero para encontrar ese corazón abierto además de ser comprendido y ser liberada de los lazos de nuestro “NO”, tenemos que estar con alguien que nos reconoce, que quiere estar con nosotros y que nos llama. Este reconocimiento se convierte en el agua que le permite a nuestra nueva vida crecer.

Uno de mis poemas favoritos se llama *The recognitions* [Los reconocimientos], de Irving Feldman. Apareció en la revista *New Yorker* el verano pasado.

No era el dios, aunque podría haberlo sido,  
saboreando alguna noción de mí,  
y excitando la nube donde estaba escondido  
con impetuosos truenos de convocatoria  
—eras solo tú quien me reconoció,  
pronunciando mi nombre con tal entonación  
que yo sabía que lo habías estado pensando  
por un largo, largo tiempo y ahora te revelabas  
de esta manera. Debido a esto, repentinamente  
quien yo era me era algo valioso. (cit. en Phillips, 1988, p. 29)

Una vez que nos llaman, o encuentran, necesitamos que esa persona esté disponible para recibir y participar de la preciosura de nuestra vida; que nos permita amarla con un corazón abierto y, de ese modo, ambos nos tornamos reales

y podemos experimentar y compartir la pasión de las personas que verdaderamente somos.

Me gustaría concluir con un pasaje de un cuento infantil familiar, pero eterno, *The velveteen rabbit* [El conejo aterciopelado]:

Es una historia sobre amar y tornarse real, sobre la pasión y el ser persona, y es contado desde el punto de vista de los juguetes en el cuarto de un niño, que hablan entre ellos.

“Un día, el conejo pregunta, ‘¿Qué es real?’ ¿Significa tener cosas que zumban en el propio interior y una manilla?’ ‘Real no es cómo estás hecho’, dijo el caballo de piel. ‘Es algo que te ocurre. Cuando un niño te ama por mucho, mucho tiempo, no sólo para jugar contigo, sino que realmente te ama, entonces te vuelves real’.

‘¿Duele?’, preguntó el conejo.

‘A veces’, dijo el caballo de piel, porque siempre decía la verdad. ‘Cuando eres real, no te importa ser herido’.

‘¿Sucede de una sola vez, como cuando te dan cuerda’, preguntó, ‘o poco a poco?’

‘No sucede de una sola vez’, dijo el caballo de piel. ‘Te vas convirtiendo. Toma mucho tiempo. Es por eso que no le pasa a personas que se rompen fácilmente o que tienen partes puntudas o que tienen que ser guardados con cuidado. En general, cuando llegas a ser real, la mayor parte de tu pelo se ha caído por el amor que has recibido, y tus ojos se caen y te vuelves suelto en las articulaciones y muy gastado. Pero estas cosas no tienen ninguna importancia, porque una vez que eres real, no puedes ser feo, excepto para las personas que no entienden’ (Williams, pp. 16-17).

## Referencias

- Abram, J. (1996). *The Language of Winnicott*. New Jersey: Jason Aronson.
- Guntrip, H. (1995). *Schizoid Phenomena, Object Relations, and the Self*. Madison: International Universities Press.
- Higgins, M. & Raphael, C. (Eds.) (1968). *Reich Speaks of Freud*. New York: Noonday Press.
- Lewis, R. (1997). The trauma of cephalic shock. Manuscrito inédito.
- Phillips, A. (1988). *Winnicott*. Cambridge: Harvard University Press.
- Reich, W. (1972). *Character Analysis*. New York: Simon and Schuster.
- Sharaf, M. (1977). Reich’s functional method. *Energy and Character*, 8 (1).
- Williams, M. (sin año). *The Velveteen Rabbit*. New York: Doubleday & Company.

Winnicott, D. (1989). *Psycho-Analytic Explorations*. Cambridge: Harvard University Press.