

----- Original Message -----

- >
- > II Congreso de estudiantes de psicología
- > Santiago de Chile. 1999.
- >
- > Comentarios de la ponencia "El cuerpo tal cual es" y
- > Del Taller experiencial de "Somaterapia".
- > Dictado por: Dante Morechi.
- > Porto Alegre.
- > Brasil
- >
- > ...es el amor y no la vida,
- > lo contrario de la muerte.
- > Si no amas, sino eres sincero,
- > sólo vegetas... no vives,
- > no estas en contacto contigo mismo
- > y vives en base a las expectativas de los demás...
- >
- > Abrir los ojos significa perder la vivencia...
- >
- > R. Freire.
- >
- >
- > La Somaterapia es una técnica terapéutica y de
- > desarrollo personal, que resulta de la unión de una
- > visión del teatro francés Anarquista, del modelo de
- > Reich (bio energética, corazas musculares,
- > equivalentes orgasmos, etc.), Gestalt (en particular
- > el trabajo de Fritz Pearls), Antipsiquiatría (los
- > estudios de Basaglia, Laig y todo lo que surge de
- > ellos respecto a lo dañino del doble vínculo), la
- > Capoeira, que es una especie de arte marcial brasileiro
- > donde se da una mezcla de danza y lucha acompañada de
- > música de tambores y otros instrumentos de percusión,
- > y de las incidencias de la política cotidiana como un
- > juego de poder que se da en la sociedad y sus
- > consecuencias en la corporalidad.
- >
- > La Somaterapia fue creada por Roberto Freire, el cual
- > era un psiquiatra psicoanalista que fue exiliado de
- > Brasil en la época del golpe militar de finales de la
- > década del 60'. Roberto Freire, pertenecía a un grupo
- > subversivo conocido como ALN, y fue a parar a Francia
- > donde tuvo la experiencia de ver a un grupo de teatro
- > anarquista con la obra "Paradise Now" el cual salía de
- > todos los parámetros tradicionales del teatro de aquel
- > entonces, puesto que prescindían del lenguaje hablado
- > utilizando interacciones y movimientos corporales y en
- > sus obras los actores salían del escenario,

- > perdiéndose los límites habituales e incorporando a
- > los espectadores de manera activa en la obra de
- > teatro. Esta compañía de teatro Anarquista se basaba
- > en los fundamentos de Reich.
- >
- > Esta experiencia fue de suma importancia al momento en
- > que Freire vuelve a Brasil y se da cuenta que aquellos
- > que habían sido perseguidos y torturados en el
- > contexto de la dictadura, estaban muy afeitados
- > presentaban paranoias y neurosis características y
- > vivían con un constante temor. Esto llevó a Freire a
- > estructurar su terapia considerando la manera en que
- > la política, como un juego de poder cotidiano, se
- > imprime en el cuerpo de las personas, bloqueando el
- > flujo de su autorregulación bioenergética. A la base
- > está la idea de Reich, que dice que la neurosis se
- > asienta en todas partes en el cuerpo, no sólo en la
- > mente, y que se expresa a través de Corazas, las
- > cuales son cambios corporales que están determinados
- > por las normas que impone la sociedad en el individuo
- > y que absorben energía o detienen energía en distintas
- > partes del cuerpo, bloqueándola a través de la
- > represión de los impulsos sexuales, por ejemplo. Las
- > Corazas serían la expresión física de las neurosis,
- > donde la energía que debiera fluir libremente, está
- > estancada. Estos bloqueos energéticos, serían especies
- > de malas defensas del cuerpo que se han rigidizado y
- > que obstaculizan el fluir de la (bio)energía. Esto nos
- > habla de la visión unicista de la Somaterapia, donde
- > cuerpo y mente, son todo un solo proceso: "pienso con
- > mis manos, pienso con mis pies, pienso con mi sexo"
- >
- > El objetivo de la Somaterapia, se definirá entonces,
- > en que cada uno encuentre su originalidad, en este
- > sentido, la Somaterapia tiene el fin de rescatar la
- > voluntad de vivir y desbloquear la circulación de la
- > energía, a través de 12 ejercicios especiales que son
- > como una especie de yoga, además de la Capoeira que
- > además de ejercicio físico requiere que se aprenda de
- > algunos de los instrumentos que acompañan a las duplas
- > que realizan esta lucha simulada bailada
- >
- > La Somaterapia se lleva a cabo a través de grupos,
- > donde la vivencia bioenergética requiere del mínimo de
- > 5 personas, y dura alrededor de 13 meses. Cuando el grupo ya
- > lleva 6 meses constituido, van a trabajar a distintos
- > lugares, para estar en contacto con la naturaleza.
- >
- >
- > Respecto al Taller:
- >
- > El espacio poco adecuado para llevarse a cabo este

- > taller y la falta de elementos como música e
- > intimidad, no menoscabó el gran interés de la gente
- > que asistía al Congreso por participar. De hecho,
- > mucha quedó afuera y se tuvo programar dos sesiones
- > extras para que los que quedaron fuera pudieran vivir
- > la experiencia. Algo nos dice este gran interés y
- > adherencia ¿qué carencia y que expectativas están a la
- > base de este interés generalizado de los estudiantes
- > de psicología?. Esta es una pregunta que nos habla de
- > una posible inoperancia que constata que a los
- > psicólogos, quizás paradójicamente, es a los que más
- > les cuesta bajar el nivel de alerta y llegar a
- > relajarse, partiendo de la base de que la experiencia
- > bioenergética requiere de un mínimo de ropa, pies
- > descalzos, de 45 minutos con los ojos cerrados, de
- > dejar fuera las palabras, lo que se hace bastante
- > difícil para los que vivimos para ser expertos de la
- > palabra, exacerbando el lenguaje hablado.
- >
- > Incluso el mismo Dante Morechi, que también es
- > psicólogo, en un momento en que todos nos apretábamos
- > al centro del salón formando como especie de "tronco"
- > compacto que va oscilando y que esta oscilación se
- > describe como una manifestación natural de la
- > "bioenergía", decía: "los psicólogos son más
- > trancados. No se entregan tanto en la oscilación como
- > en otros grupos donde no hay psicólogos"
- >
- > Tal vez porque esta actividad se da en un lugar donde
- > quizás todos sienten, en una especie de proyección
- > masiva frente a este tipo de tareas, que se están
- > mirando unos a otros, entonces cuesta soltar el cuerpo
- > y entregarse más libremente a experiencias de este
- > tipo donde se deje de lado la intelectualidad. Nos
- > cuesta entregarnos al trabajo corporal espontáneamente
- > y da la impresión que de estas experiencias corporales
- > se dan cuenta a través del cerebro: el cerebro recorre
- > el cuerpo, exacerbándose más el trabajo de lo
- > consciente que el trabajo puramente corporal y
- > sensitivo.
- >
- >
- > En un intento de sistematizar esta experiencia
- >
- > Atingencia del tema:
- > Dado el nuevo impulso que parece estarse dando en
- > cuanto las técnicas que tienden más a lo corporal, la
- > Somaterapia estaría respondiendo a cierta necesidad
- > que se detecta, sobre todo al nivel de
- > hiperintelectualización y de tensión, de la cual se
- > sienten presos muchos en la actualidad. En este
- > sentido, la Somaterapia apuntaría a aliviar esta

- > tensión y a hacer más natural la relación con nuestro
- > cuerpo y de la expresión de nuestras emociones en él.
- >
- > Relevancia en Latino América (aplicabilidad):
- > La Somaterapia toma bastante tiempo (puede llegar a
- > durar dos años) y requiere de la formación de un grupo
- > estable que comparta un proceso común, donde se
- > estrechan los lazos y donde se vive una progresiva
- > desinhibición. También es necesario contar con un
- > estado corporal adecuado, dada la actividad de
- > Capoeira. En este sentido, la Somaterapia, requiere
- > poner gran esfuerzo y energía, pues exige mucho de
- > cada uno en tanto perfeccionarse, conocerse y
- > conectarse con uno mismo. Sin embargo los 12
- > ejercicios característicos de la Somaterapia, no
- > requieren de mayor esfuerzo físico, pudiendo ser
- > realizados por personas de toda edad o con pequeños
- > defectos físicos.
- > Un aspecto rescatable, es que es una técnica que surge
- > en Brasil, como una necesidad propia de aliviar el
- > trauma psicosocial, que queda en las sociedades que
- > han vivido una situación de conflicto que involucra
- > dolor y violencia. Muchos países de Latino América en
- > las últimas décadas, hemos sufrido de situaciones
- > similares que han dejado sus huellas impresas en
- > nosotros y la Somaterapia parece un modo integral,
- > estético y propio de enfrentar esta situación, aunque
- > la cultura brasilera difiera mucho de otras culturas
- > de Latino América.
- >
- >
- > Coherencia:
- > Se ve que la Somaterapia tiene muy claro sus orígenes,
- > tiene muy clara su modo de proceder, es decir, se ve
- > una coherencia y armonía en su propuesta, siempre que
- > el la elija comparta y crea que estos principios lo
- > van ayudar y esté dispuesto a entregar todo lo que
- > esta terapia requiera.
- >
- >
- > Direcciones de Correos electrónicos para enterarse más
- > del tema:
- > Dirección "soma": [somasp@vol.com.br](mailto:somasp@vol.com.br)
- > Dirección del expositor Dante Morechi:
- > [g9877804@unimep.br](mailto:g9877804@unimep.br)