

Sexualidad, Movimiento y Terapia Floral. Recuperando la unión entre Eros y Psique

Loey Colebeck
loeycolebeck@yahoo.com

Introducción

Soñé que la dueña de una tienda de antigüedades me regalaba una botella de vidrio oscuro porque a ella le costaba abrirla. Empaquetado dentro había un hermoso frasquito lleno de gránulos aceitosos, un precioso y fuerte perfume de incienso, y me lo dejé probar con la gente al lado mío, cuidadosamente. Lo devolví a la botella, la cual iba luego dentro de un grande y elaborado cajonero azul marino con detalles botánicos dorados. Vi, en el espejo del mueble, el reflejo de mi cuerpo vestido. El mueble también me lo regalaban, pero yo no sabía cuánto me iba a costar enviarlo por avión.

Se trata de un tema que cuesta comunicar por el espacio volátil de la mente. Invito a que busques la esencia de este trabajo dentro de ti, abriendo los cajones de las sensaciones del cuerpo.

Como las aguas de la Tierra, la energía sexual fluye a través del tiempo, por el espacio, una fuerza comunicativa potente y misteriosa.

La consciencia ocurre simultáneamente en otra atmósfera y, en el ser humano, la mente habita e interpreta el espacio vacío que se forma cuando hay desconexión entre las dos, cuando estamos fuera de estados de meditación.

Aquí nos encontramos y nos desarrollamos, canales entre sexualidad y consciencia, tierra y cielo, hechos de las mismas, interpretándonos un tanto demasiado.

El movimiento corporal en un estado de escucha, como por ejemplo la danza erótica, el chi kung o el butoh, nos aporta información y herramientas para localizar y para sanar heridas en el libre fluir de las energías sexuales y espirituales. La Terapia Floral presta un valioso tejido de soporte para llevar adelante el proceso.

Normalmente, con relación a la sexualidad, se me presentan demandas acerca de la feminidad y su expresión, la vergüenza y la inhibición. Cuando la persona empieza a sentirse más en confianza con su sensualidad o feminidad, la terapia va avanzando. Estas demandas vienen casi siempre de mujeres, y por lo tanto hablo de nosotras y una misma. Para este trabajo, la parte femenina de los hombres va implícitamente incluida en estas palabras.

Cuando alguien escoge trabajar temas relacionados con la sexualidad, se está aliando con su cuerpo y el elemento femenino universal, Yin. Está entrando en lo oscuro y lo oculto, el misterio. Es posible que se acerque a lo más hondo de la experiencia humana: los vínculos más estrechos entre almas, la muerte, la violencia, la comunicación sutil y la comunicación entre generaciones, vidas y mundos. Sweet Chestnut, Rock Rose y Centaury, entre muchas otras, prestan una buena base para sostener estos trabajos, junto con flores de otros sistemas.

La Sexualidad

Ian White explica, con unos buenos ejemplos, cómo la sexualidad está con nosotros desde nuestra concepción hasta nuestra muerte. La Medicina China también sostiene que el cuerpo se nos manifiesta gracias a la energía ancestral que nos transfieren nuestros padres. Esta energía, *Jing*, construye nuestras estructuras vitales más importantes, y cuando se acaba, nos morimos. Se

halla en Yin el misterio que se quiere desarrollar delante de los ojos de la consciencia. Observando los movimientos de la naturaleza, las pulsaciones del cuerpo y ciclos de la vida, vemos cómo brota el misterio a cada momento. Leemos en él las pistas de nuestro destino. En los momentos efímeros de fusión de la consciencia con la fuerza del misterio, nos sobreviene el éxtasis.

El cuerpo se desarrolla en un contexto y espacio sexuado, dentro de un útero que lleva en sí sus propias memorias celulares: sus placeres, deseos ocultos, servicios, sus hechos violentos y lo que ha depositado allí el hombre.

Siendo tan sólo un embrión, aunque nuestra historia sexual personal apenas haya empezado, ya hemos heredado y vivimos dentro de un caleidoscopio de historias inconscientes heredadas y, sin duda, conflictos que se quieren resolver.

El útero está vinculado con el cuerpo de la tierra misma. Atravesando los úteros de nuestras antepasadas, viajamos hacia atrás en el tiempo y hacia dentro de la tierra, cada vez más profundo. Como la raíz de Achicoria que cava hacia el centro de la tierra, inconscientemente buscamos el matriarcado perdido y los hijos muertos y abortados de estos úteros.

Por otro lado, la estructura patriarcal endurece la sexualidad, pintándola con colores de violencia y calzándola con zapatos de tacón. La mente domina el cuerpo; el ser humano, la tierra y sus habitantes. Se nos manifiesta en pensamientos y gestos repetidos por el cuerpo-psyque a lo largo de nuestra vida. Éstos van trabando la fluida expresión de la energía sexual en un contexto social sano. Quiero decir en un contexto en el que la mujer sea cuidadora y maestra de la sexualidad por su naturaleza Yin. El deseo de dominar la naturaleza puede haber viajado con la intención del padre al eyacular, o estar en la estructura de creencias de la madre. Tendremos muchas más oportunidades para adquirirla. Es nuestro Vine.

El cuerpo también lleva en sí la historia de la psique de la persona y sus movimientos a lo largo de su vida. Y el dolor no expresado a lo largo de las vidas de nuestros antepasados se manifiesta en nuestro cuerpo-psyque, buscando su expresión. Quiere salir al cielo o a la tierra y hace falta abrir el canal.

Movimiento y Terapia

Utilizamos técnicas de movimiento para acceder al cuerpo y a la confianza: estiramientos, técnica *release*, danza erótica, Chi Kung. La danza erótica sirve como puerta de entrada a la sensualidad, a sentirse en confianza con una misma, la intuición de su cuerpo, su feminidad. Todas las técnicas tratan de la escucha en vez de del dominio, desde los impulsos sutiles y la relajación. Nos sorprendemos con nuestra propia capacidad de ser sensuales, naturales. La belleza de nuestros movimientos nos sorprende. Se estimula el sistema nervioso parasimpático. La mente se suaviza y encontramos nuestra naturaleza Yin. Las historias del cuerpo-psyque empiezan a fluir.

Aquí en movimiento, la presencia, la escucha y la intuición se vuelven tan imprescindibles como naturales. Surgen nuevos ejercicios según la necesidad de la persona, mezclando pautas de técnicas variadas y así, se "crea una terapia nueva para cada paciente"- Irvin Yalom. Seguimos la conversación durante la entrevista floral si no en el mismo momento. Los trabajos corporales y la Terapia Floral se alimentan y se enriquecen el uno al otro. A continuación expongo algunos ejemplos. Se van abriendo los canales físicos y sutiles para una comunicación más auténtica entre personas, entre el cuerpo y psique, tierra y cielo.

La Tierra

Sabemos que en este trabajo es muy importante tener los pies en tierra. Pero más que conceptualmente, como mínimo es desnudar el pie y comunicarlo directamente con la tierra. Para volver a la naturaleza interna – lo cual es el propósito de la Terapia Floral del Dr. Bach – es necesario volver a la naturaleza material, y Bach expresaba lo mismo en sus escritos y su estilo de vida. Los pies están sedientos de contacto con la Tierra.

Es evidente que el cuerpo *es* la Tierra. Mientras que el pie no tenga contacto directo con la Tierra, el canal está cerrado, o por lo menos muy restringido. Las raíces se quedan sin tallo y vivimos siempre desequilibrados hacia Yang, dominados por la mente egóica, sus ideas y creencias. Somos como fantasmas flotando sobre cemento. No hay base ni fuerza para transformar, desde las raíces, las heridas más profundas. Y la energía celestial rebota sobre la herida: no puede descender para manifestarse en la Tierra. La toma de Clematis queda corta para sanar tal disociación.

Para sobrevivir al dolor del cemento y las otras heridas, dejamos de escuchar las necesidades de las raíces, siendo estas la Tierra, el cuerpo, el verdadero y misterioso sendero del destino y los ancestros. La energía se estanca; la respiración queda corta y los fluidos corporales no circulan bien.

Para poder sentir placer, los estímulos deben ser cada vez más fuertes. Se consumen las reservas del cuerpo y la Tierra (Heather, Agrimony) desgastando el sostén de la vida. Se acumula en el cuerpo el dolor de la destrucción de la Tierra. Nos tiramos hacia un estado Sweet Chestnut colectivo. Estamos en un momento histórico muy propio para una transformación profunda.

Es un momento óptimo para que las mujeres reestructuremos nuestra relación con la Tierra y nuestros huesos. En su libro, Pablo Noriega nos explica la relación que Centaury y Vine tienen con el elemento Agua, los riñones, los huesos y la energía sexual. Nosotras, en movimiento, desde la Tierra y a través de los pies, podemos cargar y descargar energía sexual, esa esencia vital, tomando consciencia de los huesos. Hacemos circular la energía y recargamos la estructura interna. Las mujeres que necesitamos poner límites al acceso que damos al otro para que consuma nuestra esencia vital, encontramos en este vínculo estructural básico con la Tierra la fuerza energética y psicológica para hacerlo. Sentimos cómo nos sostienen nuestros propios huesos. Entonces podemos dar voz también a la Tierra. Vine y Centaury nos prestan su servicio. Luego invitaremos a que los hombres nos acompañen.

Sumergimiento

Esta comunicación con la Tierra también da fuerza para desmaterializar los patrones generacionales y las profundas heridas del alma y del sistema familiar. El estado Sweet Chestnut, como describe Noriega, va vinculado al Riñón y la energía ancestral. Es un estado de sumergimiento en el misterio, la muerte y las puertas a otros planos: <<las aguas primordiales>>, como dice Matthew Wood. Las energías densas contenidas allí en Yin, se van evaporando bajo la luz de la consciencia. Muchas flores pueden ayudar en este gran movimiento, incluso Chicory, Vine, Honeysuckle y flores de otros sistemas. Y como menciona Noriega, Aspen.

En la consulta o como deberes, permitimos que el cuerpo encuentre su mejor postura y movimiento para desbloquearse, para sacar las heridas psíquicas con consciencia. Pueden tomarse poses de parto, de cuatro patas, de vomitar. Puede torcerse, enrollarse, ponerse boca arriba, estirarse sobre soportes. Las mujeres quizás entendemos esto mejor, con nuestros procesos de menstruación y parto, pero el hombre también encuentra poses para eyacular, vomitar, defecar, llorar y gritar. Buscamos acompañar la salida de la energía cristalizada de manera eficiente y consciente, es decir, dejando poca disociación entre cuerpo y consciencia.

Que el espacio que ocupa la mente analítica sea pequeño para que la energía pase por ella rápidamente en su camino hacia el cielo o hacia la tierra. La mente está hambrienta y es mejor alimentarla con problemas prácticos que permitan que estancarse movimientos sexuales y espirituales.

Algunos Temas, Ejercicios y Flores

Todas las Flores del sistema tendrán su lugar cuando se trabaja la sexualidad. Ofrezco algunas observaciones y ejercicios que me parecen interesantes. Prescindo de elaborar aquí los temas más remarcados, aunque ricos, sobre la relación con la madre, el padre, la maternidad y la pareja.

⤴ *Release*, es una técnica de danza contemporánea que consiste en ejercicios de movimiento para soltar tensiones en la musculatura, para cada parte del cuerpo. Las tensiones más resistentes serán temas emocionales para investigar. Tomamos tiempo para hacer los ejercicios. No hay ningún sitio al que llegar sino el momento presente.

⤴ Dentro de la danza, movemos la energía sutil arriba y abajo, dentro y fuera. Los movimientos se expanden y se contraen. Aquí se ve la tendencia de la persona hacia un movimiento u otro, siendo ésta un rasgo de personalidad o un rebote de la energía sobre un trauma. Así tenemos información básica para traducirla en flores y conversación. También tomamos en cuenta la estación del año y la tendencia natural de expandirse o contraerse, es decir exteriorizarse o interiorizarse. Promovemos con flores y ejercicios la armonía de la persona con el entorno.

⤴ Las caricias, la piel y la ropa. Arraigando la confianza en el sentir. Para algunas, desnudarse, como una expresión de sensualidad, puede ser un tema de gran importancia y un logro que refuerza la confianza en la propia feminidad.

⤴ Devolvemos fluidez a la columna con movimientos serpentinos, conectando las dos terminales: cerebro y genitales. Abrimos el canal central para transmutar la heridas en Yin y manifestar el espíritu en la Tierra.

⤴ Coordinación y ritmo. Aquí también se ven claramente algunos desequilibrios básicos que se están trabajando y algunos rasgos de personalidad para traducirlos en flores.

⤴ Acompañando la pelvis y lo que contiene, sus heridas, sus profundos miedos, sus desequilibrios. La pelvis es la base y ancla, la cuna, rica en información. Muchas pelvis están congeladas de terror. Hay que cuidarlas con delicadeza y empatía especiales, dándoles todo el tiempo que necesitan para contar sus historias.

⤴ La ira que sale de las profundidades da impulso al movimiento y a la expresión. Las personas que han vivido violencia pueden tener conflictos sobre la expresión de la ira, no sabiendo bien ni cuándo ni dónde, ni cómo moverla. Temen el monstruo interno. Entre posibles intervenciones terapéuticas, es importante también cuidar las mañanas, cuando sube la ira con el sol, dando lugar a esos movimientos en expresiones sanas. Oculto por debajo de la dificultad para levantarse por las mañanas, o delante del otro o ante la vida, puede haber la sensación de miedo o incapacidad frente al propio impulso de ira. Por encima de ésta puede haber

movimiento ansioso, inercia. Ya estamos hablando de muchas flores. Algunas a tomar en cuenta pueden ser: Larch, Holly, White Chestnut, Cherry Plum, Chicory, Wild Oat, Rock Rose, Vine, Cerato, Centaury, Willow, Black-Eyed Susan (ambas), Mimulus, Vervain, Impatiens, Scleranthus, Oak, Agrimony...

^ Entonar para expresar el dolor emocional almacenado en los tejidos mientras estén en movimiento. Se pueden emplear los sonidos curativos según la zona del cuerpo, el color o la emoción que emergen. También para permitirse expresar el placer. Algunas flores que pueden ayudar son: Agrimony, Cherry Plum, Deerbrush, Mimulus, Crab Apple, Mountain Pennyroyal, y Larch.

^ Chicory ayuda a dejar la lucha resentida por la pérdida del matriarcado. Para soltar el uso de la sexualidad como moneda dentro del patriarcado. Centaury para dejar de dar sexo por amor o compañía, y Larch ayuda a valorar lo femenino y la voz propia del mismo.

^ Desestructuramos la concepción mental del género, del cuerpo y de la sexualidad, desde la realidad del movimiento fluido. Se empieza a destruir la catedral que fue construida sobre la fuente sagrada para volver a la naturaleza interna. Cerato devuelve el ser a su centro y fuente de sabiduría, donde nace el movimiento auténtico. La voz y fuerza de lo femenino son diferentes que las masculinas y somos nosotras las que tenemos que sentir, profundamente, su valor para equilibrar y educar, para dejar de interpretar papeles.

^ Scleranthus y la integración del árbol genealógico dentro de una misma: abusador y abusada, represora y reprimido. Cuando no sabe con qué lado identificarse, o pone en cuestión su género, debilitando un lado de sí misma. Julian Barnard expresa la falta de identidad propia y falta de intuición en Scleranthus. Ricardo Orozco ofrece un rico punto de vista con respecto a los trastornos de personalidad que guardan relación con Scleranthus. No se ha permitido confiar en la intuición del cuerpo, las sensaciones y la sexualidad: se refugia en la mente. Integración y trascendencia, estabilidad en una identidad propia de la femineidad para poder apoyarse en su sostén.

^ Vine, como liberador, abre vía al flujo de energía sexual, relajando la tiranía de la mente y del patrón. Como un gran líder, abre vía para que otras flores puedan actuar, como en el estado Sweet Chestnut; da permiso para poder servir como canal, aunque de manera diferente que el destapador usual, Agrimony. Según las zonas de Krämer, Vine corresponde al perineo, la base de la Órbita Microcósmica, uno de los canales principales del cuerpo sutil. Utilizamos este punto como referencia en movimiento.

^ Las heridas de perforación, según Dennis Anderson, son las que más pánico causan. Se puede tomar en cuenta la concepción, las inyecciones y los abusos sexuales, para empezar. Siendo Rock Rose causa (personalidad) o efecto (por la perforación), igualmente uno vive en el sistema nervioso simpático, en hipersensibilidad muda, muy vulnerable. Para investigar en casos del espectro autista. Es un tema para profundizar en otro trabajo pero quiero mencionarlo aquí también. Haber sido concebido con violencia consciente o inconsciente es una herida en todo el ser: cuando el hombre eyacula con un sentimiento de dominio sobre la mujer, utiliza su cuerpo como depósito para liberarse del estrés cotidiano o estrés post-traumático por la participación en guerras... Junto con otras flores, Mountain

Pennyroyal para la mujer o para la persona que fue concebida, para expulsar entidades de pensamientos parasitarios. El aura puede estar muy agujereada, porosa, y puede requerir mucho tiempo para repararla.

▲ Tensión en los hombros y cervicales, que guarda relación con Clematis como respuesta a traumas. Como planta medicinal, estimula el sistema parasimpático y baja la tensión del fluido espinal. Con Rock Rose y Estrella de Belén, ayuda para devolver movimiento a la pelvis y piernas si se ha sobrevivido a abusos sexuales. Robert Moss cita una investigación que reveló que un 14% de la población de los EEUU muestra síntomas "significativos" de disociación mientras la mayoría de la población muestra síntomas disociativos menores cuando experimentan situaciones semejantes al trauma original [Moss, 1969]. Sostiene que un 50% de la población estadounidense ha sufrido abusos sexuales durante su infancia. Ian White da una cifra más elevada. Incluyo en la bibliografía el libro de Bass y Davis para los que quieran más información sobre el tema. Se ha traducido también al español.

En términos chamánicos, la "pérdida del alma" es equivalente a la disociación y es en el mundo de los sueños por donde el chamán viaja para recuperar las partes perdidas del alma, no sólo con palabras sino también con canto y movimiento [Moss]. Buscamos los sueños sanadores en los estados Yin de relajación corporal, de suave movimiento, de escucha, en la naturaleza y en comunicación sexual con el otro. Confiamos en el sostén de la Tierra para poder atravesar y llevar a la luz los recuerdos almacenados en el Agua.

Muchas gracias por la oportunidad de compartir este trabajo y espero que os sirva en la práctica.

Bibliografía

- Anderson, Dennis. *Earthly Wisdom*. Charla impartida en North Country Herbalist Guild, St.Paul, Minnesota, reunión de agosto, 2011.
- Barnard, Julian (2002) *Bach Flower Remedies: Form and Function*. Flower Remedy Programme, Hereford. Lindisfarne Books, Great Barrington, 2004.
- Bass, Ellen y Laura Davis (1988) *The Courage to Heal*, New York, Harper and Row.
- Fernández Casanova, Víctor (2005) *Tratado de Reiki*, Federación Europea de Reiki Profesional.
- Kaminski, Patricia y Katz, Richard (1994) *Flower Essence Repertory*, Nevada City, Flower Essence Society.
- Krämer, Dietmar y Wild, Helmut (1996) *New Bach Flower Body Maps*, Interlaken, Ansata-Verlag. Rochester, Vermont, Healing Arts Press.
- Moss, Robert (2012) *Dreaming the Soul Back Home*, Novato, California, New World Library
- Noriega, Pablo (2012) *Medicina China y Flores de Bach*, Barcelona, Grano de Mostaza
- Noriega, Pablo (2010) *Visión Taoísta de la Sexualidad y Flores de Bach*, Barcelona, Taller-seminario, Institut Anthemon
- Orozco, Ricardo (2010) *Flores de Bach 38 Descripciones Dinámicas*, Barcelona, El Grano de Mostaza.
- White, Ian (2002) *Esencias Florales Bush*, Barcelona, Nestinar.
- Wood, Matthew. *Natura Sofía*. <http://www.naturasophia.com/index.html>
- Yalom, Irvin (2004) *El Don de la Terapia*. Emecé.