

## Patrones del movimiento y las esencias florales

---

Carmen Risueño  
[carmenrisuenoizquierdo@gmail.com](mailto:carmenrisuenoizquierdo@gmail.com)

*Este trabajo se apoya en gran medida por la formación en Terapia Gestalt y otra colateral, la Gestalt en el cuerpo.*

Tratando básica y experiencialmente:

- Lo espontáneo, lo estático y lo estético. Siempre en lo relacional.
- Las Interrupciones Gestálticas reflejadas en el cuerpo: Pre-contacto, Contacto, Contacto final y Post-contacto.
- La posición espacial en la sesión de terapia individual en adultos y, por descontado, la terapia floral de varios sistemas y grupos florales, comenzando y terminando por la del Dr. Bach.

También ocupó, en gran medida, la sesión terapéutica individual, allí donde lo experimento necesario, aplicando estos conocimientos, y abordando al individuo en sus patrones de movimiento asentados en su organismo desde su tierna infancia, e incluso más allá de ésta, pues resulta que, en realidad son la base a nivel intelectual y emocional para observar cómo gestiona y resuelve en su mundo, en el mundo. Y, en consonancia con las esencias florales resonadoras, pues también será aplicado el tratamiento floral sinérgico.

Las esencias florales que apunto más adelante son simplemente cómo yo observo y siento a determinadas personas, incluyéndome a mí misma (para eso la terapia y supervisión)

En determinados movimientos o, en la ausencia de ellos, pues no solo en niños es aplicable, nos damos cuenta de que, a causa de **estas interrupciones infantiles en el plano relacional, es donde adquirimos los patrones** determinados y, a todas luces de mayores los vamos a continuar de igual modo hasta que nos damos cuenta y nos disponemos a variar. Por esto, entre otros motivos, las esencias florales irán siempre personalizadas, no estandarizadas ni estigmatizadas. Todo se configura de a dos, uno solo se queda interrumpido.

Desde la terapia gestáltica no se concibe al individuo como un ser solitario, siempre buscamos las soluciones a los conflictos, a partir de sus habituales relaciones con sus padres, hermanos, amigos, el dinero, el trabajo, la salud, con él mismo, etc... y, muy curioso que algunos conflictos se hallan originalmente encapsulados en su sistema corporal, es decir: en movimientos, posturas, miradas, atención, escucha, abstracción, evasión, actitudes, aptitudes, contracturas, vicios de lateralidad, la piel, los órganos, etc... El terapeuta es “esa esencia” a acompañar durante todo el tratamiento, exactamente lo mismo que en la terapia floral, pues tal y como se relaciona conmigo, así es como se relaciona con su mundo; por ende, al cambio de manera de relacionarse conmigo, cambiará en aspectos su estructura interna, flexibilizándose en sus relaciones con su mundo y, también con el mundo.

He de contar con el conocer y reconocer mis formas y patrones, al relacionarme yo también, claro; de no ser así, igual que en la terapia floral, no estaría dentro del marco terapéutico adecuado, honesto, moral, ético y estético al trabajar con otros mortales, tratando de favorecer alguna mejora. Es más, en la sesión terapéutica también soy yo quien cambia patrones y conductas obsoletas, gracias a las relaciones diferentes, agradables y/o dificultosas que establezco con los clientes o pacientes y las **múltiples interacciones**.

Algo fundamental, **el apoyo** basado en el **reconocimiento más límites**. Sin esto no entiendo una buena acción terapéutica. El apoyo nos faltó en su día o, en muchos días, o en muchos ratos de cada día; es decir, el reconocimiento y los límites adecuados también. En consecuencia, mientras no los hallemos no daremos los pasos pertinentes hacia nuestra mejora y/o desarrollo. Propiciar “escalones”, metafóricamente hablando, es nuestra función entre otras, para que se sienta que hay un “suelo” y desde este aprender a movernos, moverse con mayor soltura...

Dicho esto, paso a detallar aquellos patrones del movimiento o expresiones motoras que se quedaron sin destacar, otros destacados en exceso, y algún otro por desarrollar más adecuadamente. Como en todo, habrá “tendencias” y “grados”, aquellas facultades o déficits desde la cuna, que son visiblemente necesarios y complementarios a otros que dan continuidad para un desarrollo armonioso y simple; es decir, que un patrón da “pie” al siguiente y éste da “pie” al siguiente, y así sucesivamente...

Desde la cuna, son **seis los movimientos fundamentales: abandonarse, empujar, alcanzar, agarrar, atraer y soltar**. Cada movimiento fundamental surge en un contexto que tiene un significado psicológico y que sirve para una función específica, tanto para el bebé como para el adulto. En el contexto de las relaciones, cada movimiento, en combinación con cada uno de los otros movimientos, ofrece el apoyo esencial para encontrar y crear las cambiantes definiciones de lo experimentado por la persona junto a otra y/o en un grupo, convirtiéndose en la base dinámica interactiva. Y, por último, decir que, antes de la cuna, tenemos en el útero la posibilidad de movernos en tres dimensiones diferentes: **sagital, frontal-longitudinal y horizontal**; también esto tendrá, y mucho, que ver con las maneras de movernos hoy en nuestras vidas.

Nos disponemos a dar un vistazo a estos patrones del movimiento abordados e impregnados con las esencias florales, las del Dr. Bach. También dispondremos de otros sistemas y grupos florales, solo que ahora prefiero centrarme en los conocimientos de Edward Bach.

Conocemos que, desde niños, el poder adaptativo se desarrolla teniendo en cuenta la configuración con la que venimos de entrada al mundo y las maneras en que “coincidimos” o “no coincidimos” al relacionarnos con el/la cuidador/a. Nos interrumpiremos y rigidizaremos allí donde no nos experimentemos al completo, estando “con” o “junto a”. Ejemplifico: en Star of Bethlehem, Rock Water, Vervain, Impatiens, Beech... podremos sentir disgregación, miedo, abandono, rechazo, inestabilidad, desagrado, desconfianza, indiferencia, o simplemente no sentirnos-enajenación; o en algún miembro o zona del cuerpo, Clematis, y en consecuencia, esa zona queda afectada con una información o con la falta de ella, hasta que la rehabilitamos, gracias a nuestra memoria celular.

También nos quedaremos interrumpidos al experimentar excesiva limitación-dureza y/o no limitaciones, escasa oposición o nula oposición, o sea, también sin **apoyos**. Quiero decir, sin el reconocimiento de los límites, rígidos en lo “blando y/o en exceso abiertos a...”. Por ejemplo, Cerato, busca y busca... información; Heather, busca y busca atención absoluta; Centaury, busca estar al cobijo de...; Hornbeam, se queda laxo-indolente-cuesta hacer; Oak, se autoexige para hacer él solo; a Walnut, le cuesta sentirse impermeable entre los demás, no se encuentra definido; Aspen, queda en exceso abierto a mundos extrasensoriales.

Estos estados nos caracterizan, entre otros, a los neuróticos<sup>1</sup> de a pie, que somos muchos, y en según grados, claro, pues no todos estamos igual. En algunos casos nos vemos con serias dificultades a la hora de relacionarnos y movernos. Por ejemplo, se abandonan las relaciones sin explicación alguna, no existe el compromiso, se pegan-adhieren en exceso asfixiando a los demás, someten sin piedad, se sienten sometidos con facilidad ante... y un larguísimo etcétera. Configuran las indicaciones de todos los florales del Dr. Bach.

---

<sup>1</sup> Se llama neurosis a una disfunción emocional-social, cada vez de mayor extensión. Se trata de estructuras de la personalidad que hacen percibir los estímulos de la realidad de manera distorsionada.

En general, nos quedamos sin mucha conciencia de lo corporal, sobre todo, o de lo sentimental, o de lo intelectual, de ahí que podamos proponernos aprender de nuestros movimientos en la vida, según los patrones del movimiento desde nuestro nacimiento.

Encontramos un gran apoyo en *Los 7 ayudantes*, estados estructurales que nos mantuvieron o mantienen como supervivientes; resulta que ahora se trata de vivir y vivir mucho mejor.

## LOS PATRONES DEL MOVIMIENTO:

### Abandonarse o el derecho a la existencia

La gravedad atrae al bebé hacia la superficie de la tierra. El bebé experimenta una presión mayor en aquellas partes del cuerpo que están en contacto con una superficie. Por lo tanto, los músculos de cada dimensión de su cuerpo (delantera, posterior y costados-lados) son estimulados cuando descansa y está apoyado. Necesita sensaciones de volumen todo el tiempo.

**Wild Oat**, un estado para desarrollar la sensación corporal de pertenecer, de estar siendo parte de, contacto directo con el suelo, el regazo de mamá, la cunita, etc... Se siente a sí mismo al mismo tiempo que siente el apoyo del otro elemento.

**Walnut**, un estado de apertura excesiva, quedando susceptible de porosidad extrema, sin registrarse a sí mismo; registrará al otro, lo otro, **con / fusión**.

Hemos de facilitar un contacto sereno a los niños más inquietos o intranquilos, hasta la entrega a “su nirvana particular”. Impatiens, Holly, Beech...

**Empujar**: El experimento de sutilezas como que hay “un yo” y “un no yo”.

Antes, el bebé encontraba el sostén adecuado con “solo” **estar**. Al contorsionarse e ir descubriendo el entorno (hacerle cosquillas, masajearle suavemente, soplarle, acariciarle, tomarle, empujarle suavemente...), experimentará que este le provee de palanca. Así se investiga mucho mejor; aprenderá a **empujar contra...** Aquí habrá resistencia-límite o no.

Habrán niños que se encuentren con mamás duras que les provocan tensiones o ablandamientos en sus cuerpecitos y en sus psiques. También habrá mamás muy blanditas, con lo que los niños se volverán rígidos para compensar el exceso de blandura. Habrán mamás muy, muy ausentes, tristes, depres, con lo que los niños ejercerán un exceso de presencia, dureza y tensión a causa del temor al “no sentir apoyo” y lo buscarán a ultranza.

Empujando, se fortalece la musculatura. Hay una parte del cuerpo que se apoya en el suelo o mesa o mamá y existen otras partes del cuerpo que hacen fuerza y empujan hacia y/o contra: ahí se enriquece. Hay una experiencia de **densidad-corporal**. Los bebés se mueven siempre en relación a cualquier cosa que los estimule. Es muy favorecedora la experiencia de **moverse juntos**: mamá y bebé.

**Holly**: acompañar sus rabietas.

**Hornbeam**: acompañar sus destrezas, estimular.

**Olive**: apoyarlo desde una estimulación sencilla, conectado con su energía, sin ser excesivamente exigentes y sin provocar el cansancio en él; con suavidad, incentivos, novedades.

Hilando esto, demos una mirada **al sostenerse**. En sí no es un patrón de movimiento, aunque tiene que ver con la fuerza en sentir el suelo bajo los pies u otro punto, el abandono en estos y el uso del mínimo esfuerzo en permanecer así. También tiene que ver con el empuje casi sincrónico (muy importante el encuentro **entre dos**, para la **vitalidad presente**).

**Oak:** poder hacerse consciente de que existen dos partes, él y sus apoyos: mantenerse, erguirse, depende de una fuerza interna que aporta centraje en las criaturas más dispersas. **Cerato**, busca y busca fuera de sí. **Scleranthus** se *estira y alcanza* con los ojos, nariz, boca y extremidades; hay distanciamiento del centro y arriesga el equilibrio, el yo y fuera del yo. **Clematis:** enajenación de sí, sin contacto; que el niño se dé cuenta de que no está solo, que con el contacto adecuado se mueve mejor, sin esfuerzos. Por ejemplo, acercarle un peluche, tus manos, la toalla, almohada, tu cuerpo, una pared o elemento más duro, más áspero, que le haga darse cuenta de que es diferente a él y a lo anteriormente experimentado: **Honeysuckle**.

**Alcanzar:** El acto de buscar.

Comprometidos, los brazos, manos y dedos, se articulan originalmente en los hombros; nos dan unos parámetros extensos y flexibles en las relaciones. Hay personas que refieren no saber qué hacer con los brazos, manos... como si no fuesen del cuerpo; saben dar patadas y no bofetadas (quedaron bloqueados en este patrón).

Aquí el bebé-niño comienza la experiencia del “nosotros”, alcanzar algo de su interés porque lo percibe, siente y le apetece al menos rozarlo e ir a por ello.

Se *estira y alcanza* con los ojos, nariz, boca y extremidades; hay distanciamiento del centro y arriesga el equilibrio. **Scleranthus**, el yo y fuera del yo, démonos cuenta de que un patrón es el peldaño del siguiente...

Habrán de encontrarse con **tres dimensiones: longitud, anchura y profundidad**.

**Rock Water**, o el experimento de sentir la atracción de otra cosa que no es él, o de él; podrá favorecer estados de impaciencia, **Impatiens**; de excitación exagerada y maniaca, **Vervain**; y sentirse apartado, **Water Violet**. Para esto estamos nosotros, para facultar su experiencia, apoyándolo y facilitando sus empeños, o promoviendo en caso de la falta de interés por estos.

Por ejemplo: Un bebé quiere uno de sus juguetes, el que está más lejos de sí... Se estira y se estira... pero no lo alcanza fácilmente. ¿Se echa hacia atrás como para tener perspectiva? (movimiento sagital desde el útero). O ¿lo hace en espera de que alguien se lo acerque? ¿Qué haremos si lo presenciamos? ¿Tal vez acercarle el juguete? ¿Tal vez empujar al bebé para acortar la distancia? ¿Qué siente el cuidador o la mamá al presenciar esto? ¿Qué tipo de movimiento tiene esta persona, cómo encajará con los movimientos del bebé? ¿Qué sentirá el bebé al experimentar su dificultad? De todo esto y más dependerá el tratamiento floral y la actitud a tomar del adulto. Tal vez este bebé, con 45 años más, continúe ejecutando el mismo movimiento en su vida ante algo que desea conseguir, o no.

**Agarrar:** Aprender—asir.

Aquí ya vamos **fluyendo en... y con...** El agarrar surge coordinado con el estirar-alcanzar. Ya se establece una **relación de “yo contigo”**. Importa la mirada, el apoyo físico y la palabra. Supone un gran entusiasmo, es decir la excitación, que es el experimento de lo natural; lleva intrínseca la curiosidad y, cuando nos interrumpimos, desaparece, dando lugar al miedo, estrés, ansiedad, angustia...

Podemos imaginar de donde vienen frases como: “es duro para mí alejarme de ti”; “me siento atraído hacia ti...”

Si agarramos un objeto, descubrimos su utilidad; cuando agarramos la mano de otro y descubrimos como **en el sostener, somos sostenidos, entramos en otra dimensión**.

**Heather:** podemos permitir que el niño nos agarre, siempre y cuando se pueda dar cuenta y, a su vez nosotros nos demos cuenta de que existen diferencias entre él y nosotros, los otros, el otro, lo otro. Debemos tratar de evitar que se fusione y que no se quede aferrado a... durante mucho tiempo. Apoyemos tratando con **Centaury, Chicory y Gentian** y sus respectivas enseñanzas, para fortalecer su propio centro. Tengamos en cuenta estos florales

también para nosotros, pues en muchas ocasiones los remedios son de ida y vuelta en las relaciones, ¿verdad?

Evitemos con suavidad que el niño incorpore la sensación, el sentimiento y el concepto de que todo aquello que quiere se hará suyo y por siempre o, por el contrario, aquello que no pudo obtener lo incorpore como absolutamente imprescindible y por siempre o, aquello que no consigue, lo abandone sin hacer ningún tipo de acercamiento extra. Que a nosotros nos suceda lo mismo.

**Tirar-atraer:** tomar-coger.

Es el acto de intuir lo que es el otro o lo otro, con respecto a uno mismo y con la posibilidad de incorporarlo también a uno mismo, o no.

Desde el principio de los movimientos y hasta ahora, vamos aprendiendo de la compleja relación “yo” y “tú”. Descubramos en qué grado, yo y tú podemos **volvemos un “nosotros”**. Mayor fuerza en **experimentar** el **entre...** tú y yo, yo y lo otro. Nos hará descubrir aspectos de satisfacción, tanto a nosotros como también al niño.

La plenitud nada tendrá que ver con el apego y la fusión: son sensaciones muy diferentes. Tiene que ver con el tener en cuenta ambos campos: “yo y el otro o lo otro al mismo tiempo”.

**Vine** aportará esa fuerza en la distinción, para que el niño *no se identifique en exceso* con lo que quiere atraer para sí. Nosotros hemos de apoyarlo, marcando esa diferencia con la suavidad adecuada, para no hacer sufrir a niño ni sufrir tampoco nosotros, pues la culpabilidad y la recriminación pueden estar al “acecho” (**Pine**), y la angustia por separatividad, desde un **Walnut** en baja forma. También abrirá en el niño una grieta que provocará rabia: **Holly**; trataremos de apoyar esto también, reconocer y limitar, reconocer y limitar.

**Soltar:** dar salida a lo sujetado, asido, aprehendido.

Tras el movimiento de atraer, si se completa, le puede seguir el soltar.

Dejar ir el objeto sostenido permite que la totalidad del cuerpo se reorganice. Cuando soltamos al otro, a lo otro, la acción llega a su completud y el abandonarse se mueve hacia el primer plano una vez más. **Walnut** y **Wild Oat**: *sensaciones y sentimientos de diferenciación y pertenencia al mismo tiempo*

¿Cómo, cuándo y para qué, dejo ir para moverme hacia adelante? Nos lo preguntaremos...

El acto de **renunciar** a lo que se es capaz, para moverse hacia lo que ahora está empezando a ser o a lo que pronto será. Para esto será imprescindible darse cuenta de que se existe junto a... o con... Que se pertenece, pues **se experimenta la relación entre**. De lo contrario, **Gorse** hará mella en su falta de esperanza en que llegue aquello que se necesita, de ahí el “retener” en tantos casos. Todo es habilitar el sentimiento de estar en una continuidad, en un **flow = flotar**, del interesante libro *Una psicología de la felicidad*, de Mihaly Csikszentmihalyi, editorial Kairós.

Trataremos de que el niño se experimente sin temores ni ansiedades, pues reconoceremos que, en esta circunstancia, nosotros también tenemos en un 50% parte de responsabilidad (= aquel que responde de sí mismo).

También podemos ver en algunos adultos que, a la hora de soltar, se movilizan mecanismos anteriores obsoletos que, de no dejarlos ir, provocarán un desgaste exhaustivo que lleva a **Olive** o a estados **Sweet Chestnut**, paseándose por los límites de sus murallas estructurales; sintiendo agotamiento y/o angustia (=angosto) y que, en según casos, provocará un deseo insostenible de estar abandonándose/soltando/vaciando, como si se tratara de emular

el primer patrón del movimiento, **el abandonarse**, el dejarse apoyar por/en algo, alguien, por/en la vida. Se necesita un cambio de estrategias.

Tanto en niños como en adultos, en todos y cada uno de los movimientos, será de gran interés la impregnación con **Los 19 remedios más espiritualizados**, diseñados para el reconocimiento de los límites y los potenciales de la personalidad. Así la energía estará mejor aprovechada, sin “fugas” ni “fisuras”, apoyando la mejora de cada movimiento “con conciencia”.

**Los 12 curadores** nos darán la posibilidad de atisbar la personalidad de cada niño y el como ir provocando relacionamente su equilibrio personal, dado a que si a un niño, por ejemplo, lo estamos observando en estados **Gentian**, podremos favorecer con nuestro contacto maneras de que aprenda a relacionarse mejor con sus frustraciones y que no desfallezca ante los nuevos intentos de aquello que originalmente le incentivaba. Soltar para volver a agarrar lo novedoso. Para ello necesitamos ser conscientes de lo que nos provoca frustración; desde ahí daremos un magnífico apoyo.

<b>La vida es vivida por quien agarra con suavidad y suelta con fuerza (aforismo zen).</b>
--

## **Bibliografía**

- Calais-Geramai, Blandine (1994-2004-2008) *Anatomía para el movimiento*, tomos I-II, Barcelona, Ediciones La liebre de marzo.
- Cañellas, Jordi (2012) *Las flores + espiritualizadas*, Barcelona. Edición autor.
- Cañellas, Jordi (2012) *Las flores de Bach para la personalidad*. Barcelona, Edición autor.
- Keleman, Stanley (Original, 1985. Nueva, 1999) Traducción: Dr. Juan M. González Llagostera. *Anatomía emocional, una experiencia somática*, Bilbao, Editorial Desclée de Brouwer.
- Meliveo, Elena (traductora): Knerr, Edgar; Körr, Eduardo (1993). De los originales: Edward Bach *blüten die heilen* – Edward Bach *die heilende natur*; en castellano: *Dr. Edward Bach los remedios florales, escritos y conferencias*. Alemania. Madrid. Editorial Edaf.
- Orozco, Ricardo (2010) *Esencias florales del Dr. Bach, 38 Descripciones dinámicas*, Barcelona. El grano de mostaza.
- Ruella, Frank (2001) *La consciencia inmediata del cuerpo*, traducción: Carmen Vázquez Bandín y Fleur Rakoto, Cambridge, Massachusetts. Edit, Sociedad de Cultura Valle-Inclán.
- Ruella, Frank – La Barre Frances (2011). Traducción: Carmen Vázquez Bandín. *El primer año y el resto de tu vida (movimiento, desarrollo y cambio psicoterapéutico)*, New York , Sociedad de Cultura Valle-Inclán.
- Schnake, Adriana (1995) *Diálogos con el cuerpo, el enfoque holístico de la enfermedad*, Santiago de Chile, Editorial Cuatro vientos.