

REFERÊNCIA:

AMORIM, A. B. S. Perdendo as ilusões. In: CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA, CONGRESSO BRASILEIRO E ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. **Anais...** Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85-87691-12-0]

1

PERDENDO AS ILUSÕES***Arlene Beatriz Schaufert de Amorim***

O presente trabalho argumenta sobre as ilusões que nos tornam prisioneiros da realidade. Elas são defesas do ego contra essa mesma realidade. Para estarmos saudáveis emocionalmente precisamos aceitar a realidade. E qual é a nossa realidade? A realidade é nosso corpo. Nosso “self” não é uma imagem em nosso cérebro mas um corpo que pulsa e sente.

A ilusão ou ego ideal de cada pessoa lhe é tão peculiar quanto sua personalidade. A título de aprofundar nossos conhecimentos a respeito de cada estrutura de caráter, podemos tentar uma descrição dos tipos de ilusões ou ego ideais mas típicos de cada um (LOWEN, 1982. p. 156)

No caráter esquizóide por ter sido rejeitado o indivíduo tem a ilusão de sentir-se superior. Alguns se sentem príncipes disfarçados não pertencendo aos pais que tem. No ponto mais extremo ou seja no estado descompensado do caráter esquizóide (esquizofrenia) a pessoa não tem mais condições de discernir realidade e fantasia.

No caráter oral como lhe falta energia pois não teve direito as suas necessidades seu ego ideal ou seja suas ilusões constituem ser o centro das atenções e desenvolve a imagem de estar cheio de vigor.

No caráter piscopático sua ilusão é a de que é todo-poderoso, compensando desta forma a experiência de ter sido manipulado nas mãos de um genitor sedutor seu poder é usado para sua imagem egóica não atuando de forma construtiva.

O indivíduo de caráter masoquista se sente inferior, pois foi humilhado e envergonhado. A Ilusão é que investindo no fracasso se tornará superior.

Quando a criança demonstra amor por um dos pais e se sente traída e com o coração partido tem sempre a ilusão ou a auto-imagem de que ela quem ama sem ser amada. Esta ilusão é do caráter rígido.

O perigo de uma ilusão ou imagem de ego é o fato de cegar a pessoa em termos de realidade. O indivíduo de caráter masoquista não pode dizer quando é nobre submeter-se a uma situação dolorosa e quando isto tem um caráter de uma auto-flagelação. Da mesma forma, a pessoa rígida não pode discernir sua conduta amorosa de uma não amorosa o que nos cega não são só ilusões; somos obcecados pelas imagens egóicas que elas contém. Estando obcecados não conseguimos por os pés no chão e não temos condições de descobrir nosso verdadeiro íntimo (LOWEN, 1982, p. 160)

Observando a expressão corporal podemos determinar se a pessoa está ou não subordinada a uma ilusão: Se energeticamente seus pés estão em contato com o chão revela estar em contato com a realidade. Literalmente todas as pessoas tem os pés que tocam o chão mas poucos sentem verdadeiramente seus pés enraizando.

REFERÊNCIA:

2

AMORIM, A. B. S. Perdendo as ilusões. In: CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA, CONGRESSO BRASILEIRO E ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. **Anais...** Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85-87691-12-0]

Todas as reações depressivas é a irrealidade presente no comportamento e nas atitudes. Há nesta pessoa uma falta de auto-percepção, não consegue perceber como realmente é pois sua mente esta focalizada em uma imagem irreal. Perseguir objetivos irreais é esta fora da realidade. Também a auto-expressão, que é a expressão dos sentimentos é um fenômeno corporal. A voz, o movimento, o corpo, os olhos são vias através dos quais o ser acontece no mundo.

Quando buscamos o sucesso e a fama temos a ilusão que eles aumentarão a auto-estima e que também ganharemos aprovação. O alcoólatra foge de seus sentimentos e suas ilusões o sustentam. Sua maior ilusão é de que a qualquer momento pode parar de beber. O que sabemos é que a pessoas é impotente nas garras do vício. Ele só receberá ajuda quando admitir sua impotência de ajudar a si próprio.

No processo terapêutico as ilusões sedem lentamente. De início o ego sustenta as defesas contra o desespero. Ao deixar de fugir de si mesmo, se defronta com o desespero que é perder as ilusões e voltar para seu corpo que é a sua realidade, por trás de toda a miragem há um desejo de amor e liberdade. Trabalhando a nossa respiração, nossos traumas e bloqueios a partir de nossa história voltamos a reencontrar espontaneidade, que é o nosso verdadeiro EU.

A importância emocional da tensão muscular não é adequadamente compreendida. Os conflitos emocionais não resolvidos da infância são estruturados no corpo por tensões musculares crônicas que escravizam o indivíduo limitando a sua motilidade e sua capacidade de sentir. Estas tensões que prendem o corpo — moldam, cindem, distorcem— devem ser eliminadas antes de se poder adquirir uma liberdade interior. Sem esta liberdade é ilusório acreditar que se possa pensar, sentir, agir e amar livremente (LOWEN, 1979. p. 130)

=====

REFERÊNCIAS

LOWEN, Alexandre. **Alegria**. A entrega ao corpo e à vida. São Paulo: Summus, 1997.

_____ **Bioenergética**. São Paulo: Summus, 1982.

_____ **O corpo em depressão**: as bases biológicas da fé e da realidade. São Paulo: Summus, 1983.

_____ **O Corpo Traído**. São Paulo: Summus, 1979.

=====

Arlene Beatriz Schaufert de Amorim

Cidade: Itajaí/SC – Brasil

E-mail: arlenebeatriz@ig.com.br