

**REFERÊNCIA:**

BERGER, R. L. **O cuidado com o corpo de sensações na clinica contemporânea.** 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

**O CUIDADO COM O CORPO DE SENSAÇÕES NA CLINICA CONTEMPORÂNEA***Rebeca Lea Berger*

O grounding pode ser considerado um conceito chave, uma ferramenta valiosa no trabalho de psicoterapia. Esta contribuição de Alexander Lowen vem se mostrando valiosa na prática cotidiana no processo de análise individual (e vem se estendendo também aos trabalhos com grupos).

A sensação do contato entre os pés e o chão, o grounding, é uma das referências que direciona o processo psicoterapêutico de análise bioenergética. Sempre que fala em grounding Lowen menciona o uso que é feito na linguagem popular da metáfora "ter os pés no chão" significando que alguém é equilibrado psiquicamente (LOWEN, 1985). O conceito de grounding é um conceito chave da análise bioenergética que tem potência para ser uma ferramenta valiosa no trabalho psicoterapêutico geral.

Podemos falar em "estar grounded" nos referindo tanto a estar em contato com a realidade de si mesmo (com a sua própria subjetividade), com a realidade do Outro (com outras subjetividades), com o mundo que nos cerca, tanto enquanto cultura humana quanto como matéria apreendida como campo de forças. Quando fazemos uma intervenção com a técnica da bioenergética, utilizando especificamente exercícios que promovem o grounding temos o objetivo definido de mobilizar uma experiência corporal específica: trazer o centro da força da gravidade para um centro mais baixo no corpo, para o baixo ventre, de desenvolver a auto-percepção deste giro, trazer o apoio do peso para parte anterior dos pés possibilitando sentir o apoio e a vibração que vem dos pés) e construir a possibilidade corporal e psíquica de fazer contato com as sensações experimentadas e os sentimentos associados: estamos nos reportando ao corpo e mais adiante busco refletir sobre o que é esse corpo ao qual nos reportamos.

À condição existencial e à ação direcionadas por imagens mentais desconectadas da realidade do corpo denominamos falso self; em contraposição ao conceito de uma condição existencial e uma ação direcionadas pelo self, definido enquanto corporal, enquanto impulsos e necessidades que se apóiam na realidade corporal, na qual se inclui a realidade da existência do Outro.

Experimentar a integridade do self diz respeito a possibilidade de estar grounded nos seus sentidos e estar associado com seus sentimentos. Essa integridade, que é qualidade intrínseca do self, se traduz na experiência de um fluxo da energia vital, sendo tanto a percepção e a sensação da realidade relacional quanto a auto imagem sustentadas pelo contato com as necessidades vitais básicas. Na medida em que vivemos sob pressão de imagens desconectadas do nosso self se torna difícil para nós mantermos nosso senso de integridade quando somos

## REFERÊNCIA:

BERGER, R. L. **O cuidado com o corpo de sensações na clínica contemporânea.** 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]

inundados por grandes ondas de excitação ou quando somos pegos em situações de tristeza que trazem contrações da energia vital.

Para tornar possível o aprofundamento e a expressão de sentimentos negados e evitados, em cada camada da análise é necessário trabalhar na consciência e presença corporais ( na auto percepção e na auto-sustentação), passo a passo, criando novos padrões (musculares, respiratórios e psíquicos) para que se possa sustentar a vida em si em sua intensidade e integridade.

## CORPO DE SENSações

O corpo de sensações é o corpo com o qual recebemos as informações e impressões do mundo - como um campo de forças – “sob a forma de ondas nervosas percorrendo nossas carnes” (ROLNIK, 20003) . Estou utilizando neste momento o termo, e a definição, “corpo de sensações” à partir da leitura de um dos textos da autora, psicanalista, pesquisadora dos temas da subjetividade, Suely Rolnik, cujo título é “Fale com ele” “ou como tratar o corpo vibrátil em coma” . Ou seja estou utilizando uma referência teórica fora do nosso campo reichiano.

Porque? Porque considero necessário aprofundar a compreensão de, e esclarecer melhor, conceitos com os quais estamos (eu, há duas décadas, e alguns precursores há muito mais tempo) trabalhando na intervenção psicoterápica nossa de cada dia. “Dialogar” com o Outro é minha forma predileta de elaboração. Usamos a concepção teórica de Reich e os recursos da técnica potente da bioenergética com resultados que vem se mostrando bem sucedidos e, deixando quaisquer ponderações sobre o significado de “bem sucedido” no campo da psicoterapia e da subjetividade para outro fórum, é justamente os bons resultados que tornam imperativa a necessidade de articulação teórica desta prática com o pensamento contemporâneo que nos circunda.

Assim, voltando ao texto onde a autora fala do corpo de sensações, e ainda se refere a ele como “corpo vibrátil” – me reportando imediatamente com esse termo a dois fortes paradigmas da bioenergética, o fluxo de vibração e a recuperação da pulsação natural – quero dizer o quanto essa palavra me ajudou a distinguir termos e passos que levam a falar com mais precisão da natureza do processo que desenvolvemos.

O “corpo vibrátil” me parece ser exatamente este lugar onde, em nossa prática, observamos, tocamos ou mais exatamente tangenciamos a referida perda da vitalidade e da capacidade de responder com energia de criação às demandas da vida - tanto às demandas cruéis quanto às demandas generosas – com que nos defrontamos nas demandas dos pacientes.

O que principalmente me reportou a Reich, a Lowen também, mas primeiramente a Reich, lendo “Fale com ele” e ouvindo a fala de Suely Rolnik foram as suas considerações claras sobre o que é hoje para ela a demanda e a prática da clínica, nas suas palavras, “diante da mudança

**REFERÊNCIA:**

BERGER, R. L. **O cuidado com o corpo de sensações na clínica contemporânea.** 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]

3

radical das formas de existência humana... determinadas pelo capitalismo mundial integrado em sua composição com a tecnociência” (ROLNIK, 2003). O resumo do seu pensamento eu encontrei nessa sua consideração: “pensar psicoterapia hoje é pensar em como liberar a vida das dinâmicas que sufocam a vida” (ROLNIK, 2003). Para mim a essência do foco de Reich na teoria psicanalítica foi primeiro a compreensão das dinâmicas complexas impostas justamente pela dupla natureza do homem, ou mesmo do vivo, cultura e natureza, dependência gregária e liberdade que podem determinar a inibição paradoxal da sua potência criativa vital. E trouxe essa compreensão para a pesquisa funcional de como tratar essa inibição. Ainda, entendo a práxis de Alexander Lowen como a tradução funcional desta busca.

O foco clínico da nossa prática clínica reichiana bioenergética pode ser entendido como a busca da identificação das dinâmicas de etiologia psicosexual que sufocam a vida, determinando estruturalmente tensões, bloqueios, zonas de anestesia, zonas de flacidez, zonas de despotencialização em nosso corpo de sensações, o qual se pode acessar (entre outras formas) pelos corpos muscular e respiratório. Paralela à compreensão histórica psicosexual da diminuição da potência de criação perpassando as psicopatologias, podemos contemplar também a visão de como essa perda se atualiza constantemente na subjetividade, considerando as dinâmicas determinadas pela organização sócio-econômico-cultural.

Assim, temos sim no corpo um foco para nossa intervenção. E penso que é o corpo vibrátil, o corpo de sensações, que recebe direta e concretamente essa intervenção. Contudo, ele não é o único foco e muito menos esgota na sua abordagem a essência do processo da análise bioenergética e do processo psicoterápico que ela implica. Contudo é sim o que vem diferenciando a prática de uma clínica reichiana em geral, e bioenergética em particular, das outras práticas psicanalíticas.

Restam muitas distinções e articulações conceituais a serem feitas, mas estas definições acima servem plenamente ao propósito presente desta reflexão conjunta com o aprimoramento de uma prática tanto de intervenção quanto de análise.

### **O grounding como instrumento de análise e progressão terapêutica**

Neste trabalho proponho uma experiência de grounding através de um exercício específico apropriado para trabalhar tanto no grounding pessoal individual quanto num contexto de grupo: uma seqüência de 7 movimentos articulados, à partir dos pés até o topo da cabeça (coroa), associados, cada um deles, a um som específico, que denomino de alinhamento dos anéis corporais.

É possível identificar no exercício inspirações diversas:

**REFERÊNCIA:**

4

BERGER, R. L. **O cuidado com o corpo de sensações na clínica contemporânea.** 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. uma inspiração externa à bioenergética: os “chakras”, de práticas hindus, regiões no corpo que, segundo eu entendo são consideradas chaves para a entrada e a saída de energia, de processamento de energia; e

2. a inspiração de sistematizar sons, a abertura de canais internos, localizando-os ao longo do corpo, dos pés à cabeça, reforçando assim a abertura do tubo interno.

Resta esclarecer que a concepção original da seqüência de movimentos articulados com sons não é minha mas chegou até mim através de Konrad Oelmann (2001), *international trainner* em Análise Bioenergética. A mim cabe apenas a escolha deste instrumento específico, a minha elaboração própria dos sons que vou utilizando e a avaliação dos contextos e desdobramentos da sua utilização.

Através do movimento associado ao som é possível o contato com a sensação que é promovida, os sentimentos que lhe são associados, o tônus presente (ou ausente). A seqüência pode ser utilizada tanto em um contexto de diagnóstico – situação e compreensão da história – quanto em um contexto de desenvolvimento do processo analítico e progressão terapêutica.

=====

**REFERÊNCIAS**

LOWEN, A.; L. LOWEN. **Exercícios de Bioenergética:** o caminho para uma saúde vibrante. São Paulo: Ed. Agora, 1985

ROLNIK, S. **Fale com ele - ou como tratar o corpo vibrátil em coma.** Anotações de conferencias proferidas no simpósio Corpo, Arte e Clínica: Porto Alegre: 11/04/03 e A vida nos tempos de cólera. São Paulo: Rede de Acompanhamento Terapêutico, 17/05/03.

OELMANN, K. **Workshop de treinamento internacional.** Anotações em aula. Campos Do Jordão/SP, 2001

=====

**Rebeca Lea Berger**

**Cidade:** São Paulo/SP – Brasil

**E-mail:** [rebecaberger@uol.com.br](mailto:rebecaberger@uol.com.br)