



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

AZEVEDO, Shirlaine Nascimento. Erros da visão x questões emocionais: uma leitura da vegetoterapia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

1

ERROS DA VISÃO X QUESTÕES EMOCIONAIS: UMA LEITURA DA VEGETOTERAPIA

Shirlaine Nascimento de Azevedo

RESUMO

Percebemos em nossos dia-a-dia sintomas decorrentes de problemas ocasionados pelos erros da visão, como a hipermetropia, a miopia, o astigmatismo, entre outros. Muito além do que a Medicina vem a nos explicar, encontraremos neste artigo um fator a mais para justificar o desencadeamento de tais deficiências visuais: o fator emocional. Contudo, através de uma leitura pela Vegetoterapia conheceremos um caminho de possibilidades para um olhar saudável e que enxergue muito além do que nos é “permitido” enxergar, isto é, conheceremos uma forma terapêutica para o caminho da cura das demais doenças visuais encontradas no nosso cotidiano.

Palavras-chave: Actings. Bloqueio. Couraça. Emoção. Vegetoterapia.

Dores de cabeça, cansaço visual, ardência, coceira, turvamento, lacrimejamento, compressão dos olhos para possibilitar uma melhor visão, dor são sintomas sempre notados naquelas pessoas que possuem erros de refração. São problemas comuns de serem vistos no cotidiano e que dificultam enxergar o mundo de uma forma mais saudável e, conseqüentemente, melhor, mais nítido.

Os mais comuns erros de refração que observamos como o astigmatismo, a hipermetropia, o estrabismo, a presbiopia, a miopia, são deficiências visuais que impedem o sujeito de enxergar as imagens de uma forma tão perfeita e tão límpida. A partir disso as imagens não se formam com seu foco na retina por alguma alteração da estrutura ocular (como a córnea ou o cristalino) ou pelo próprio tamanho do olho (grande ou pequeno).

Mas, eis a questão: as deficiências visuais, como estas citadas, advindas de uma dificuldade, não se tratando de casos degenerativos, surgiriam de que forma?

Entende-se, que a condição perceptiva visual estaria intimamente relacionada a fatores ambientais como o estresse, cansaço visual e uma possível tensão na musculatura ocular. Sendo assim, Souza (1998) e Kaplan (1998) apontam que as tensões musculares formadas ao longo de nossas



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

2

AZEVEDO, Shirlaine Nascimento. Erros da visão x questões emocionais: uma leitura da vegetoterapia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

vidas desde o nosso nascimento, independente de qual forma esse conflito foi gerado, seja de um abatimento prolongado, mau hábito, debilidade geral que possam ter agravado tal tensão nervosa, tornarão a imagem visual borrada e imperfeita. Já se a tensão muscular fizer com que os músculos permaneçam ativos e eficientes a pessoa passará a enxergar perfeitamente e sem algum esforço.

Assim como ocorre com os quatro sentidos (audição, tato, paladar, olfato), não é diferente com a visão. Nosso cérebro apenas interpreta a forma como os elementos chegam até o seu interior. O que pesará para tal interpretação será a forma de atenção que destinaremos a tudo que estamos ouvindo, pegando, degustando, cheirando e vendo. Porque o que importará não será o ato de enxergar e, sim, o como sentimos, o que estamos enxergamos, porque o enxergar é simplesmente uma sensação, ao passo que ver é fisiológico.

Partindo da premissa elaborada por Kaplan (1998) podemos desenvolver uma melhor forma de enxergar da mesma forma que podemos desenvolver melhores condições físicas, possibilitando um mais perfeito funcionamento conjunto entre a energia entre eles com o cérebro. Permitindo a sua visão a isso se estaria entendendo os sintomas que eles insistem em nos apontar. Assim como entender os sintomas que os olhos nos falam é entender o que eles querem nos dizer e, com isso, torná-los-ia mais saudáveis através de uma melhor comunicação e compreensão para uma visão muito mais aguçada.

Através das pesquisas realizadas por estes autores e da Psicologia Corporal, nota-se um forte resultado favorável para a cura destas deficiências visuais através de exercícios terapêuticos realizados para a área dos olhos. Em Kaplan (1998) vimos que alguns programas são até inseridos em escolas para a prevenção de crianças que possuem dificuldades na alfabetização para que futuramente eliminem-se os índices de uma deficitária aptidão visual. É o caso das crianças, dislexas, que possuem dificuldades ao ler, como troca das palavras, das letras, substituição das mesmas, transposições. E com este tipo de atitude se previnem tais comportamentos através de exercícios especiais



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

3

AZEVEDO, Shirlaine Nascimento. Erros da visão x questões emocionais: uma leitura da vegetoterapia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

para a região ocular e o não uso de óculos para os determinados erros de refração observados tanto nas crianças, como nos adultos. Para Kaplan (1998), que era oftalmologista, após trabalhar com este método terapêutico, percebeu que o uso dos óculos acabava até contribuindo para a perda da visão, passando a perceber que “os jogos visuais estimulam ou relaxam os olhos e a mente, a fim de recuperar sua elasticidade e poder naturais” (KAPLAN, 1998, XIV) que só a visão saudável podia oferecer.

Com este trabalho terapêutico, Kaplan (1998) comprovou com seus pacientes a redução do uso de óculos de 40 a 100%, a diminuição da visão dupla em até 95% e, também, regeneração muscular mesmo com comprovações de médicos especialistas que desacreditavam na impossibilidade de cura destes mesmos pacientes.

Fundamentando-se em Souza (1998), pode-se afirmar que tudo que está diretamente influenciando as nossas emoções também estará afetando os olhos muito além do que os próprios estímulos externos podem influenciar. De acordo com suas pesquisas, as lágrimas significariam o pesar, a turvação seria a raiva, o arregalamento de espanto, o sombreamento expressaria a tristeza e a luz que brilha denotaria a felicidade.

Seria justamente uma forma de resgatar esta felicidade e olhos que brilhem novamente que a Vegetoterapia surgiu com o intuito de curar o paciente através de intervenções corporais (*actings*), que seriam exercícios realizados em determinadas partes do corpo causando algumas reações no sistema neurovegetativo do sujeito, tanto a nível emocional quanto a nível muscular, reestruturando o mesmo a uma forma mais sadia psicoafetivamente, onde foram encorajados (courageados) desde o seu nascimento (NAVARRO, 1996).

Segundo Volpi (2003), o homem deveria obter a possibilidade em realizar uma potência orgástica, possuindo um caráter tipicamente genital, ou seja, poder entregar-se totalmente a toda possibilidade de prazer que a vida puder te oferecer. Este seria o objetivo desta técnica psicoterápica, que faria com que o indivíduo, através da genitalidade (do caráter genital), pudesse



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

AZEVEDO, Shirlaine Nascimento. Erros da visão x questões emocionais: uma leitura da vegetoterapia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

4

conviver “curado” dos preconceitos da sociedade e dos encorajamentos sexuais que a nossa cultura vem a nos corromper.

Baseando-se em Navarro (1996), essas couraças seria uma forma que o indivíduo encontrou para se defender de situações traumáticas dolorosas ocorridas durante o desenvolvimento da sua vida, onde ele bloqueou em níveis diferentes do seu corpo parte de sua musculatura e da sua psique em meios a energia vital, bloqueando uma livre circulação da energia em todo seu corpo, fazendo a sim da Vegetoterapia uma terapia de base energética.

Contudo, a Vegetoterapia é uma metodologia “que permite ao indivíduo mudar a relação e a valorização do mundo por meio de uma visão e um sentir naturais, e com isso chegar a um ser ‘ser com’ em vez de um ‘ser para’”. Reequilibrar o sistema neurovegetativo junto à análise do caráter, através do que o corpo nos fala, favorece ao indivíduo condições de além de compreender, principalmente, sentir o que ele é capaz, isto é, entender seu verdadeiro Eu, e o seu “ser no mundo”, como elemento dialético (NAVARRO, 1996, p. 9).

Fundamentando-se em Navarro (1996), para que o nosso organismo vivo funcione de forma vital e ativa, a energia deve circular livremente da cabeça aos nossos pés e vice-versa, e descobrir uma sexualidade que o satisfaz sadiamente (não apenas genital), encontrando neste sentido o seu caminho de descarga natural. Na atualidade, esse tipo de energia é pouco observado no homem ou menos bloqueado, em um ou mais níveis corporais, em segmentos musculares, que semelhantes a anéis contraídos, impossibilitam uma boa circulação da tal.

Sendo assim, Reich (apud VOLPI, 2003) mapeou o nosso corpo em 07 (sete) segmentos de couraça, que seriam eles: no 1º nível, olhos, ouvidos e nariz (ocular); 2º nível, boca (oral); 3º nível, pescoço (cervical); 4º nível, tórax (inclusive braços, o torácico); 5º nível, diafragma (diafragmático); 6º nível, abdômen (abdominal); 7º nível, pélvis (inclusive as pernas, o pélvico).

Em Navarro (1996, p.17) percebe-se que com base nesses níveis é possível encontrar situações psicológicas que foram bloqueadas, mas que podem expressar através do corpo, as problemáticas de um indivíduo mesmo



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

5

AZEVEDO, Shirlaine Nascimento. Erros da visão x questões emocionais: uma leitura da vegetoterapia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

que ele não verbalize. Entretanto, através desta sistematização observamos os problemas que se inserem os erros de refração, anteriormente citados. Entende-se que dentro dos dois primeiros níveis de corações descritos acima, que funcionam desde o nascimento do indivíduo, é notória a importância da Vegetoterapia com a realização dos *actings* específicos para este nível, para gerar manifestações emocionais e neurovegetativas. Através disto, “a energia bloqueada no nível muscular é descarregada, desfazendo as tensões musculares e liberando o caminho para a circulação energética” daquele segmento e assim por diante, no caso a possibilidade do desenlace tensional da musculatura ocular referente aos erros de refração.

Para a Vegetoterapia, segundo Navarro (1995), os órgãos que estão relacionados com o primeiro nível é a sede dos três sentidos, a visão, a audição e o olfato, e caso esse sistema durante o nascimento não seja associado igualmente, o indivíduo geralmente perde o contato com a realidade, sofrendo de dissociações e falsos contatos. Pode-se dizer que ao se trabalhar com *actings* que relacionem a região ocular, proporcionaria o paciente a regredir psicologicamente a algumas vivências intra-uterina, ocasionando uma cisão entre a sensação e percepção e, assim, provocando sintomas como o pânico, a confusão, a falta de orientação devida à possibilidade deste a experimentar situações traumáticas deste período do seu desenvolvimento. “O bloqueio do primeiro nível é a reação do recém-nascido contra a atmosfera de rejeição e destrutividade que encontra no útero ou após nascer” (NAVARRO, 1995, p.33).

Consequentemente ligado a este período, no nível seguinte, a boca junto à função do paladar, o sujeito irá através da amamentação introjetar ou incorporar o seu mundo exterior. O trabalho conjunto destas duas áreas dará ao sujeito uma forma mais completa de aperfeiçoar sua falta de “maternagem” e o desencouraçamento, pouco a pouco, tanto a nível psicoafetivo como também energético, possibilitando um Eu saudável ao sujeito (NAVARRO, 1995).

Em termos práticos e de forma sucinta, fundamentando-se em Volpi (2003), encontramos formas objetivas de se trabalhar com área ocular e oral



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

6

AZEVEDO, Shirlaine Nascimento. Erros da visão x questões emocionais: uma leitura da vegetoterapia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

como proposta de desbloquear estes dois segmentos. Volpi (2003) nos mostra o quanto é importante, durante todo início das sessões psicoterápicas, realizarmos a massagem reichiana que seria uma ferramenta para possibilitar contato a este indivíduo, perceber as áreas de maior concentração de tensão e, também, facilitar um diagnóstico energético. “Com a massagem, o terapeuta comunica ao paciente a sua disponibilidade e o seu calor afetivo, além de estabelecer uma sintonia entre seu campo de energia e o campo de energia do paciente. É o fenômeno da empatia” (VOLPI, 2003, p.112).

Continuando ao objetivo anteriormente iniciado, sempre que aplicarmos este instrumento (massagem reichiana) dar-se prosseguimento com a aplicação da concha, que seria uma maneira de colocar as mãos uma vez de forma aberta e, em outra sessão, fechadas, a posição das mãos diante as orelhas do paciente no formato de concha. Esta forma como é posicionada as mãos traz o sentido de averiguar o período embrionário que se estende da fecundação até o segundo mês de gestação e, a outra, o período fetal, que vai desde o terceiro mês da gestação até o décimo dia de vida do bebê, respectivamente. Sua repetição prolongada por várias sessões dará ao indivíduo uma representação emocional e energética de um útero acolhedor e agradável que o mesmo não teve durante a gestação (concha aberta) ou, então, uma mãe boa, afetiva, receptiva, calorosa que o sujeito não teve quando nasceu (concha fechada) (VOLPI, 2003).

Sendo assim, Navarro (1995) nos traz mais uma vez a importância do trabalho intercalado desta concha com os *actings* para a região dos olhos e da boca. Dentre os *actings* trabalhados para o nível ocular e oral, encontraremos em Volpi (2003):

- **Luz no olho esquerdo (relação c/ a mãe) e direito (relação c/ o pai)**
– aplicação de luz por uma lanterna (específica da vegetoterapia) em cada olho, tapando um olho por vez e outro observando o estímulo luminoso, e vice-versa.

Objetivo: Investigar a relação com as figuras paternas e seu lado emocional.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

7

AZEVEDO, Shirlaine Nascimento. Erros da visão x questões emocionais: uma leitura da vegetoterapia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

- **Ponto fixo no teto** – o paciente com os dois olhos acha um ponto fixo no teto.

Objetivo: Curar o astigmatismo. O astigmático vê nublado, tem os olhos cheio de lágrimas. Significando que no início da vida houve alguma situação de medo que o mesmo não pode expressar.

- **Boca aberta** – tempo determinado com a permanência da boca aberta.
- **Luz convergência** – o olhar alternado entre a ponta do nariz e o ponto no teto.

Objetivo: revivenciar o ato de esperar a comida, a amamentação.

Objetivo: significa o ato de olhar alternadamente pro bico do seio da mãe durante a amamentação e olhar pra mãe. Este acting é capaz de curar a miopia, trabalhando a condição depressiva do paciente, que pode ter vivido uma situação traumática na amamentação, como por exemplo, uma amamentação sem qualidade.

- **Boca de peixe** – movimentos com a boca como um ato de sugar.
- **Lateralização** - olhar para o lado direito e o lado esquerdo seguidamente.

Objetivo: Vivenciar o momento de sucção durante a amamentação.

Objetivo: Expressa a desconfiança e o medo, é o movimento de lateralização dos olhos. Com este ato pode-se curar a hipermetropia, situação traumática que pôde ter sido advinda no momento em que foi realizado o desmame, seja de forma brusca ou mesmo tardia.

- **Morder a toalha** – ato de morder uma pequena toalha.
- **Gato** – ato de mostrar os dentes como um gato.
- **Rotação dos olhos** – girar os olhos continuamente pra cima e para baixo, pra um lado e para o outro.

Objetivo: Descarregar a raiva desenvolvida pela situação anterior. A raiva seria uma forma de encobrir seu sentimento para que não venha a deprimir.

Objetivo: possibilita a criança a se localizar quanto ao espaço e tempo.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

8

AZEVEDO, Shirlaine Nascimento. Erros da visão x questões emocionais: uma leitura da vegetoterapia. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

Contudo, percebemos que depois do trabalho desenvolvido com a vegetoterapia, as áreas dos olhos que foram sobrecarregadas pelo bloqueio do medo através de diversas reações emocionais - tencionando tal região - possibilitaram que indivíduos através da experiência de reviver tais emoções advindas desde o período intra-uterino até a fase de desmame, vivências dita “puras”, permitiram que os sintomas fossem definitivamente superados. Como citado no início deste artigo, muitas pesquisas realizadas com pacientes portadores de algum tipo de deficiência visual alcançaram o objetivo em até quase 100% da cura de problemas de refração com tratamentos terapêuticos muito semelhantes à proposta oferecida pela Vegetoterapia, resultados esses também obtidos com o objeto de estudo em questão.

REFERÊNCIAS

KAPLAN, Robert – Michael. **Veja sem óculos**: como melhorar sua visão naturalmente. Rio de Janeiro: Campus, 1998

NAVARRO, Federico. **Metodologia da vegetoterapia caractero-analítica**: sistemática, semiótica, semiologia, semântica. São Paulo: Summus, 1996.

NAVARRO, Federico. **Somatopsicodinâmica**: sistemática reichiana da patologia e da clínica médica. São Paulo: Summus, 1995.

SOUZA, M. Matheus de. **Como enxergar bem sem óculos**: Sistema Bates aplicado ao dia a dia. São Paulo: Editora IBRAQUI, 1998.

VOLPI, José Henrique. **Reich**: da vegetoterapia à descoberta da energia orgone/ José Henrique Volpi e Sandra Mara Volpi. – Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

AUTORA

Shirlaine Nascimento de Azevedo/RN - é psicóloga, graduada pela Universidade Potiguar-RN, concluindo especialização em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano, em Curitiba/PR.

Email: shirlaineazevedo@hotmail.com