



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

FREIRE, Christina. O paciente cala e o corpo fala - um enfoque psicossomático. 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

O PACIENTE CALA E O CORPO FALA - UM ENFOQUE PSICOSSOMÁTICO

Christina Freire

RESUMO

A autora toma como ponto de partida, fragmentos de experiências e reflexões pessoais embasando a teoria e técnica do Somatodrama onde o corpo e sua abertura perceptiva é a revelação do desejo da integração. Aborda o adoecer e a morte como parte integral da vida humana, e que através da sua simbolização e contextualização trará a possibilidade de uma nova significação que mobilize a busca criativa da auto-cura.

Palavras-chave: Adoecer. Morte. Sensação. Somatodrama.

O fenômeno psicossomático é um ato pré-reflexivo e terá o seu próprio código de comunicação e expressão. Como um terapeuta que se propõe a trabalhar com sintomas e doença orgânica poderá saber se está preparado para embarcar nesta viagem?

Carregando em si uma maleabilidade existencial e até mesmo poética permitirá, na relação, ocupar um lugar onde a sensação e a percepção irão autorizar, pouco a pouco, e lado a lado com o protagonista, desvendando o seu drama.

Sendo assim a exploração do fenômeno psicossomático sob o ponto de vista do Somatodrama, traz à cena o drama interno que irá se expressar através do corpo e suas experiências sensíveis, revelando uma história silenciosa e oculta e única. Para que isto se torne possível o terapeuta deve conhecer, transformar e atualizar seus conceitos de Doença e Morte.

De peito aberto

Definir e conhecer a essência das coisas, escapando do formal e do conceitual, nos traz a mais rica e preciosa experiência: a do sentir na própria carne. E foi assim que naquele exato momento me dei conta que estavam tramando seqüestrar meu coração. Objeto de arte precioso doado a mim há mais de mil anos quando do meu nascimento, argumenta a minha alma.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

FREIRE. Christina. O paciente cala e o corpo fala - um enfoque psicossomático. 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: ____/____/____.

2

Presente sim, nos dias de hoje, expressando minhas tristezas e alegrias em sua função incansável de registrar meus sentimentos, estaria bem agora, neste exato momento pedindo licença para breve descanso.

Entrava em cena um novo personagem, ocupando todo o cenário: a Paciência. Aprender a decifrar a linguagem analógica e sinestésica do nosso corpo e um dos caminhos possíveis para desenvolver a nossa paciência.

Muito estranho! Minhas forças já não eram as mesmas, não me parecia coerente estar tão cansada após adoráveis férias no Canadá. Este pensamento me trazia um sabor amargo na boca: estou ficando velha e cansada e me tornado uma grave neurótica onde o prazer dura pouco e o que permanece é uma eterna falta. Ou ainda pior, transformando a falta em um estado onipotente da negação do próprio corpo! Teria eu escolhido este terrível caminho, por parecer sempre a nós humanos, que é o mais indicado na nossa incansável e eterna síndrome de desejar ser Deus mesmo que por poucos segundos.?

Levantei rapidamente e logo superei o cansaço, esperava amigos para o jantar! Corri para o super mercado, fui comprar flores, ao açougue, ahhh!!!! Ainda não comprei refrigerantes, que lastima! Corri para outro super: lógico um que tinha bons preços, apesar de não ter carregadores para ajudar com o peso.

UHHH, AHHH! MEU CORPO PAROU. Uma estranha sensação na garganta, como que se estivesse sem ar.... Que estranho! Meu maxilar formigava, forte pressão no peito. Suores frios meus braços repentinamente perderam as forças e o esquerdo doía muito. Não sei quanto tempo permaneci parada percebendo e escutando, tentando decifrar esta nova linguagem do meu corpo, ou melhor, seu desesperado grito de socorro.

Fragmentos de pensamentos

Os velhos índios maias de Tulum caminhavam para morte com dignidade e sabedoria, por acreditar que podiam ir além da morte física.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

FREIRE, Christina. O paciente cala e o corpo fala - um enfoque psicossomático. 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: ____/____/____.

3

Nossos ancestrais sabiam que a criatividade e a habilidade intelectual para simbolizar e criar uma consciência mítica que integrava as memórias e as histórias contadas e repetidas como modelos culturais, era crucial para sua sobrevivência, mesmo quando se tratava da questão de como compreender a morte.

Pergunto-me: será que o humano moderno esqueceu que mais do que uma adaptação biológica é necessária à criação e o uso de sua inteligência e imaginação de forma mais integrada? Está na hora de mudarmos de um pensamento fragmentado do bem e do mal, certo e errado que tudo julga e descarta e adotarmos novas formas de representar nosso mundo interno em nossa mente. Não há evolução sem mudança, e essa mudança só pode ocorrer se transformarmos o modo de representar simbolicamente nossas experiências, morte e renascimento símbolo mitológico de um evento psicológico que ocorre quando passamos por uma crise existencial algo de nós deve morrer para dar lugar ao novo, muitas vezes nos deparamos com uma busca ilusória de ideais campo fértil para uma depressão imobilizadora ou uma doença esta é a hora para uma transformação radical oferecendo uma direção mais funcional para nossa energia psíquica. A questão é que só usamos a nossa mente para arquivar e armazenar informações e lembranças, e esquecemos outra possibilidade: usá-la para alcançarmos um outro estado de consciência de nossas experiências vivenciadas que nos faça crescer em sabedoria.

Quando adoecemos temos a oportunidade de re-significarmos conceitos que se tornaram vagos ou até mesmo automáticos com o passar do tempo e que assumiram um significado simbólico independente do contexto presente em que estamos vivendo.

Um novo cenário, uma releitura do antigo drama, possibilidade que temos de rever e criar um novo enredo, oportunidade de reorganizar e criar um novo sistema em que nosso arquivo de histórias forma o conhecimento de quem somos e possa passar por uma nova ordem de armazenamento e sistematização para que nosso corpo não se torne o porta voz dessas verdades inconscientes.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

FREIRE, Christina. O paciente cala e o corpo fala - um enfoque psicossomático. 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

A angustia do mundo atual criada pela síndrome de querermos ser deuses sagrados eternizados, nos impõe a condição de vivermos, não importa que mesmo crucificados, no mínimo 100 anos. É urgente que aprendamos a re-significar e simbolizar as limitações do corpo físico, para que possamos com dignidade deixá-lo descansar em paz sem o temor que a morte do corpo possa apagar a nossa história e nos colocar fora das memórias e narrativas contadas e recontadas por nossos descendentes, enquanto a tecnologia e a ciência médica da longevidade querem garantir histórias sem fim para um corpo físico que é composto de matéria perecível e limitada.

Fiquei internada sete dias...

O mundo pode ser construído em sete dias, hoje eu sei, sendo o dia final o da libertação, onde a morte não mais nos assombra, mas se transforma em uma forte aliada da humanização em nossas vidas.

O tempo é o do sentir.

O momento é o da transformação.

A perfeição é aceitar a incompletude.

A culpa pela não competência de ser Deus, humanizada.

O prazer de poder vivenciar ser deus por alguns segundos, lidando com meus próprios limites (o mais potente ato sagrado no profano) construindo na re-significação, um novo mundo em apenas sete dias.

O somatodrama surge com a proposta de uma nova compreensão da enfermidade: é a do ser que adocece, vendo nos sintomas e doenças orgânicas uma possibilidade, um caminho para o auto conhecimento e transformação. A doença traz o corpo à cena através das sensações, possibilitando assim que seja revelado o desconhecido, o negado, resgatando partes e fragmentos, e dessa forma recompondo a unicidade perdida.

Todo corpo carrega a sua história, seu drama, que poderão se expressar em palavras, ações, afetos, contatos e sensações. Esse corpo que é próprio de cada ser humano, no qual convivem vários enredos que foram inscritos em percursos biológicos, relacionamentos de prazer e desprazer, de unidade e fragmentação, de destruição e reparação, será quem revelará o drama. Corpo que, inserido em um cenário, irá vivenciar através das sensações



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

5

FREIRE, Christina. O paciente cala e o corpo fala - um enfoque psicossomático. 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: ____/____/____.

a abertura da cena seguinte, a da visualização que trará a luz, tirando da escuridão o desconhecido, o negado.

Ver partes de um todo, e reconhecê-las como próprias, possibilita o encontro com o corpo fragmentado e parcial, através de uma imagem que irá unificá-lo, possibilitando o seu reconhecimento como próprio e pessoal. Esse reconhecimento irá dar início ao planejamento para a construção de uma imagem corporal simbólica, como possibilidade de superar a perda da sensação de totalidade. Simbiose, para reconhecer a experiência de unicidade na limitação dada pelo corpo e que, a partir dessa consciência, passará a significar o corpo como algo que nos protege. Caminhamos assim do ventre da mãe ao ventre do corpo, ao ventre da terra.

O somatodrama propõe que compreendamos a ampliação da consciência através do corpo em três níveis de profundidade e conhecimento.

Primeiro nível: sensível - sensação, corpo parcial, sensorial, corpo objeto. Sou a doença

Segundo nível: emocional - corpo emocional, corpo pessoal, corpo próprio, conflito. Estou com uma doença

Terceiro nível: elaboração do corpo simbólico - criação, essência. A doença é só mais uma experiência vivencial

A permanência nas cristalizações e fragmentações é nos identificarmos com partes, é perdemos a consciência do todo.

O Somatodrama vem com uma proposta que aborda o sintoma físico, a enfermidade ou a doença orgânica como expressão de uma verdade inconsciente do ser que busca revelação através do corpo. Procura o desvendamento de um conflito intrapsíquico, bloqueador do processo de crescimento e evolução do ser, cuja expressão possível, em seu universo relacional, é o sintoma ou a doença.

O Somatodrama vê o sintoma físico, a enfermidade e a doença física, como o protagonista do drama vivido pela pessoa que emerge no cenário corpo e no palco de seu universo relacional. É a parte significando o todo. Todo o estudo atual de como o psiquismo se expressa através do corpo, vem afirmando que o corpo é o porta-voz de verdades inconscientes que buscam



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

FREIRE. Christina. O paciente cala e o corpo fala - um enfoque psicossomático. 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: ____/____/____.

6

revelação. Mas, como poderemos reconhecer o drama desta alma aprisionada, se o corpo a revela sempre de uma forma mascarada? Para compreender essa verdade torna-se necessário rever o processo histórico, através do qual esse corpo foi se mascarando e impedindo assim a expressão espontânea e criativa desta essência.

Mascaras e bloqueios surgem muito cedo em nossa existência e são necessários pra nossa evolução e crescimento. O que fazemos aos poucos é ir pensando como devemos usá-las para que elas não se tornem nossa identidade, paralisando nosso processo de crescimento e evolução.

Somente através de um corpo ativo – corpo simbólico – é que podemos nos transformar. Conhecendo os símbolos expressos através de sensações e imaginação, e compreendendo-os, é que podemos recriar o desempenho dos papéis que nos foram destinados.

O corpo, na ação dramática, pode mergulhar no real e usando dessa capacidade de simbolizar e compreender os símbolos, sejam eles sentidos ou imaginados, irá se expressar num cenário, com personagens, trazendo a sua história pessoal para o grande teatro da vida.

No caso do aparecimento de sintomas físicos e doenças orgânicas, podemos pressupor que há impossibilidade de vivenciar saudavelmente sensações sinestésicas, sensações estas que irão permitir pouco a pouco que nos reconheçamos como um corpo pessoal, privado e simbólico, sem o que não será possível a livre expressão das emoções através da ação ou verbalização nas relações através do desempenho dos diversos papéis na vida.

Sendo assim, pode ocorrer que tenhamos que lançar mão de um pseudo papel, cristalizado, mascarado ou de papéis primitivos fisiológicos. Nesse momento podemos reconhecer os sintomas e doenças, trazendo à cena, no aqui e agora, a busca impotente do reconhecimento como ser integrado, livre e pessoal.

O conflito do doente sugere: sei que existo porque sinto as sensações de dor, desconforto físico, mas não as reconheço como sendo Eu, pois não



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

FREIRE, Christina. O paciente cala e o corpo fala - um enfoque psicossomático. 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: ____/____/____.

7

tenho controle sobre essas sensações. Mas se as deixo, vivo a sensação de não existir, então só me resta viver com elas.

E é diante dessa situação paradoxal, na qual visualizamos um cenário de fundo primitivo cristalizado, fragmentado, que nunca se modifica, que a trama de fundo não possibilita que o personagem principal retire a máscara de doente, ou de um ser que só consegue comunicar seu drama através das sensações. É um corpo parcial. O cenário de fundo e a trama lhe impõem o não ser uno, porém desconhecendo este cenário (seu mundo interno, alma) o ator comunica seu falso papel ao público na busca de reconhecimento. E nesse caso, somente aplausos (medicações) não irão possibilitar a reparação e atualização. O reconhecimento da enfermidade será a porta de entrada. É a possibilidade de aprendermos essa nova linguagem que se expressa através do corpo.

O Somatodrama tem como proposta não só a compreensão teórica, através da integração das várias formas de conhecimento abordadas neste trabalho, mas uma proposta de manejo psicoterapêutico, nas terapias em que sintomas e doenças orgânicas sejam o ponto focal.

Acredito não ser necessário reafirmar que tão ou mais importante do que manejos ou técnicas, o terapeuta deve ter em sua formação a consciência ampliada na compreensão de que caminhará lado a lado com seu paciente, como parte integrante do processo de cura, na sua concepção mais ampla: cura enquanto ampliação da consciência, em co-ação e co-responsabilidade.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Moysés (org.) **O Psicodramaturgo (1889-1989)**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1990

FREIRE, Bártolo M. Christina A. Uma contribuição psicodramática às vivências psicossomáticas. **Revista Brasileira de Psicodrama**. São Paulo, ano 6, n. 2, p. 24, 1994

FREIRE, M. Christina A. **O corpo reflete o seu drama: somatodrama como uma abordagem psicossomática**. Ágora, São Paulo, 2000

FREIRE, Bártolo M. Christina A. Psicossomática e Psicodrama. Artigo de Revisão. **Revista Brasileira de Psicodrama**. São Paulo, v. 2, f. II, p. 61, 1994



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

8

FREIRE. Christina. O paciente cala e o corpo fala - um enfoque psicossomático. 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: ____/____/____.

ALMEIDA, Castelo, Wilson. **Psicoterapia aberta: o método do psicodrama**. São Paulo: Ágora, 1982

MORENO, J. L. **As palavras do pai**. Campinas: Editorial PSY, 1992.

NAFFAH Neto, A. **Psicodrama: descolonizando o imaginário**. São Paulo: Brasiliense, 1979. pp. 197- 232

DIAS, Silva V. R. C. **Psicodrama, teoria e prática**. São Paulo: Agora, 1987

AUTORA

Christina Accioli Freire/SP - CRP-06/2066 - Psicóloga, Especialização em psicologia clínica. Pós-Graduação lato senso em Psicodrama. Professora e Supervisora em Psicodrama, credenciada pela Federação Brasileira de Psicodrama – Febrap. Docente em Somatodrama da EPP – Escola Paulista de Psicodrama. Criadora e Coordenadora do Somatodrama - Grupo de Estudo e Pesquisa em Psicossomática e Psicodrama. Coordenadora do Depto. de Psicossomática do ISEXP - Instituto Brasileiro Interdisciplinar de Sexualidade e Medicina Psicossomática. Coordenadora e docente do curso de extensão universitária de Psicossomática e Sexualidade da Faculdade de Medicina do ABC, S. Paulo. Livros Publicados: “O Corpo Reflete o seu Drama: Somatodrama como abordagem Psicossomática, Ed. Agora, 2ª edição. SP, 2008. “Prisma”. Ed.Escrituras, SP, 2000. “Quando a Psicoterapia Trava”, Org. Marina Vasconcellos, O Paciente Cala o Corpo Fala “pp. 37 a 55”. Ed. Ágora, 2007, SP

E-mail: christina-freire@uol.com.br
