



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROCHA, Ana Rosa B. M.; ROCHA, Danielle C. Corpo, emoção e espiritualidade – alcançando o ser pela cogência. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

1

CORPO, EMOÇÃO E ESPIRITUALIDADE ALCANÇANDO O SER PELA COGÊNCIA

Ana Rosa B. M. Rocha
Danielle Christianne da Rocha

RESUMO

A força da criação não parte da insignificância. Todo o ser tem seu valor intrínseco e cósmico. A busca por um estado de equilíbrio do ser na Vida é comum a todos os seres humanos. Cada indivíduo procura a felicidade, a simetria. Mas como fazê-lo, sem a consciência vivencial do que seja “equilíbrio” ou “felicidade”? Como alcança-los se corpo, mente e espírito não os percebem a ponto de querê-los e desejá-los fortemente para sua vida? As couraças, verdadeiras paredes do sentimento, não permitem o fluxo de pensamento ou de ação fazendo com que o indivíduo busque os caminhos de “estar bem” na exterioridade. Primeiramente é necessário olhar a face no espelho, buscar o autoconhecimento, a revelação a si mesmo, para então compreender equilíbrio e felicidade. O segundo passo será logo percebido, de que vida e felicidade não se constroem sem a presença do outro, sem a compreensão do pertencimento cósmico, do todo.

Palavras-chaves: **Autoconhecimento. Corpo. Emoção. Espiritualidade. Sexualidade.**



.....
“Só posso compreender um todo se conheço, especificamente, as partes, mas só posso compreender as partes se compreender o todo” (Pascal).

Quem somos nós? De onde viemos? Para onde vamos? Por que estamos aqui? Estes são questionamentos clássicos que compõem o rol de dúvidas inerentes à humanidade com elevada possibilidade de se manterem como perguntas. E, convenhamos, perguntas difíceis de responder exigem uma dose extra de interesse e perseverança para serem dirimidas.

No entanto, inúmeros pensadores e pesquisadores buscam respostas a estas e outras questões com o anseio de sanar dúvidas amplamente existenciais que muitas vezes se conflituam em si mesmas.

O pensamento mecanicista de Descartes, que postulava o olhar sobre as partes e não sobre o todo, levou o homem, durante muitos anos, a se acreditar desconexo, dividindo-se em mente, corpo e espírito, quando não



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROCHA, Ana Rosa B. M.; ROCHA, Danielle C. Corpo, emoção e espiritualidade – alcançando o ser pela cogência. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

2

somente corpo e mente, contribuindo para a desconstrução de uma unidade do ser.

Por sua materialidade incontestável, o corpo humano se confunde com o próprio ser, o que induz, por consequência, a um alcance restrito de um único foco do ser a partir do que lhe é palpável: seu corpo.

É momento de se ampliar o olhar sobre nós mesmos a partir de reflexões que remontam a ideia de um ser sistêmico e complexo constituído de partes que se revelam e se justificam num todo, assim como um todo que se compõe pelas partes.

O homem (na acepção genérica da palavra) é um ser intrinsecamente emocional. Desde que possui sentidos corporais tudo pode lhe afetar. Estruturas cerebrais envolvidas com a emoção (tálamo, hipotálamo, amígdala, hipocampo, entre outras) se interligam intensamente definindo aspectos diferenciados de emoções como medo, ira, agressividade, tristeza, alegria, sensações de prazer, etc.

De acordo com Amaral e Oliveira (1998, p.3), “... pela intensa malha de conexões entre a área pré-frontal e as estruturas límbicas tradicionais, a espécie humana é aquela que apresenta a maior variedade de sentimentos e emoções”.

Os autores destacam que a área pré-frontal é particularmente extensa no homem e em algumas espécies de golfinhos, e “suas intensas conexões com o tálamo, amígdala e outras estruturas sub-corticais explicam o importante papel que desempenha na gênese e, especialmente, na expressão dos estados afetivos” (idem, p.3). Em caso de lesão do córtex pré-frontal o indivíduo perde o senso de suas responsabilidades sociais, bem como a capacidade de concentração e de abstração, podendo dissipar sintomas de alegria, tristeza, esperança ou desesperança não mais demonstrando sinais de afetividade.

As emoções do ser humano, percebidas através do desencadeamento destes circuitos neuronais, adentram pelo corpo. A partir dos órgãos dos sentidos - olhos, boca, pele, ouvido e nariz -, responsáveis pela recepção direta dos estímulos externos, todas as informações são transmitidas ao sistema



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROCHA, Ana Rosa B. M.; ROCHA, Danielle C. Corpo, emoção e espiritualidade – alcançando o ser pela cogência. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

3

nervoso através dos neurônios possibilitando que emoções variadas como medo, raiva, alegria, tristeza, angústia, aversão, por exemplo, possam ser instaladas, percebidas e expressas.

Para um melhor discernimento do que as emoções podem significar, é imprescindível entender o conceito etimológico da palavra: do latim, “*ex movere*”, ou seja, “movimento para fora”. Reich (2004), o pai das psicoterapias corporais, postula que devemos nos valer deste conceito para referenciar sensações e movimentos. Baseado em observações microscópicas de amebas submetidas a estímulos elétricos, concluiu que emoção é “um movimento plasmático” e que “estímulos agradáveis provocam uma *emoção* do protoplasma, do centro para a periferia” e que “estímulos desagradáveis provocam uma emoção ou, mais corretamente, remoção do protoplasma da periferia para o centro do organismo” (REICH, 2004, p.330). Ou seja, neste caso relata um movimento de contração e no primeiro de expansão.

Ora, um movimento para ser livre deve se deslocar para fora, expandir-se, revelar-se, ser a expressão de uma verdade. Como poderá um corpo aprisionado em conceitos pré-estabelecidos, obediente aos ditames do superego, que nega seus sentimentos, estabelecer contato com sua natureza singular e expressar livremente suas emoções?

O ser humano impedido do autodomínio e de sua autoexpressão terá suas atitudes físicas e psíquicas severamente comprometidas.

Sendo o comportamento a expressão de uma atividade neuromuscular, condição esta indiscutivelmente física, pode-se depreender que as atitudes motivadas por estados emocionais dependem de uma prontidão corporal para se revelarem, assim como a expressão corporal irá revelar sentimentos concordantes. Esta conjuntura é corroborada por Volpi e Volpi (2007) que remontam ao pensamento reichiano ao afirmarem que “o trabalho sistemático de Reich com a análise do caráter levou-o a perceber que o conflito psíquico possui um equivalente somático, uma couraça muscular” revelando claramente que diante destes conflitos o corpo humano é igualmente afetado.

Reforçando este conceito, acredita Bertherat (1987, p.14) que “tomar consciência do próprio corpo é ter acesso ao ser inteiro... pois corpo e espírito,



psíquico e físico, e até força e fraqueza, representam não a dualidade do ser, mas sua unidade”. Portanto, o homem que busca equilíbrio na vida, com o intuito de ser feliz deve buscar primeiramente um estado conscencial de si mesmo sendo este alcance precedente à autopercepção para que, com clareza e titularidade de si mesmo possa ser a expressão pura e livre de suas verdades e se assenhorar de sua vida.

A vida, segundo Volpi e Volpi (2003b, p. 26), “é uma manifestação energética; é saudável no homem quando a energia circula livremente da cabeça aos pés e vice-versa”. No entanto, esta circulação de energia pode estar bloqueada em alguns dos segmentos corporais definidos por Reich como: olhos, boca, pescoço, tórax, diafragma, abdômen e pelves, impossibilitando, assim, que a pessoa adote comportamentos concordantes com um caráter saudável em sua expressão. Todos os bloqueios energéticos destes segmentos estão relacionados com experiências traumáticas ocorridas em determinadas fases da vida. Ao segmento ocular Reich problematizou a qualidade de contato provando que através dos telerreceptores dos olhos, da pele, do ouvido e do nariz, que o compõe, pode-se perceber a realidade externa (VOLPI e VOLPI, 2003b). Sendo este segmento bloqueado no momento do nascimento até o 10º dia de vida extrauterina, o indivíduo perde o contato com a realidade desviando suas percepções para um mundo fantasioso ou até mesmo permeado por alucinações. Caracteriza o núcleo psicótico.

Aqueles que, por defesa psíquica, direcionam sua energia mais para a cabeça, tornam-se indivíduos mais racionais e frios, compatíveis com o traço de caráter fálico-narcisista. Estes indivíduos priorizam o intelecto acima de tudo em detrimento das demais sensações corporais delegando à mente a busca por bem estar. Esta energia mal distribuída culmina no bloqueio energético do pescoço, parte do corpo que exerce um controle sobre o *self*, impedindo que “perca-se a cabeça”. Desta maneira, a respiração, igualmente, será alta (nível torácico), inibindo sensações, afastando-o de sentimentos verdadeiros por outrem e, por consequência, por ele mesmo. Segundo Volpi e Volpi (2003a, p. 131), o indivíduo que detém esta tipologia de caráter possui “um profundo



sentimento de inferioridade, ligado a um eu fraco e frágil, que precisa sentir-se forte (...).”

Estes são exemplos de como o bloqueio energético em cada segmento pode deformar a maneira com que o indivíduo sente, pensa e age na vida.

Retomando o pensamento de Reich que identificou os olhos como um dos órgãos de contato do recém-nascido, Lowen (2006) se debruça sobre o axioma de que “olhos são a janela da alma” e que demonstram o estado de espírito do indivíduo, exemplificando esta relação com algumas tipologias de caráter: o esquizofrênico tem os olhos vagos, demonstrando sua ausência do mundo.

Lowen (2006) enfatiza que o contato ocular provoca uma sensação de conexão com outras pessoas. A relação do olhar com o estado psíquico do indivíduo é capaz de desvendar o que se passa em sua alma, seu estado de ânimo. Desviar os olhos do olhar de outrem revela o nível de distanciamento de um ser humano com ele mesmo, com sua realidade e, por conseqüência, com os outros.

Cruz (2007) problematiza esta prerrogativa arrazoando que a percepção da afetividade fundamenta as relações existenciais, gerando equilíbrio. Este afastamento do ser das suas sensações emocionais o priva de contatos interpessoais genuinamente saudáveis.

Todo esse esforço, no entanto, que o ser humano é capaz de fazer para se adaptar às condições de vida que lhe são ofertadas no princípio da vida, até o início da puberdade, onde a autonomia principia seu estabelecimento, é feito com o intuito de assegurar a manutenção uma boa saúde mental, “a fim de proteger o Ego contra os perigos do mundo externo” (VOLPI e VOLPI, 2003b, p.19).

Para tanto, de acordo com Reich, estas tensões musculares crônicas vão sendo instaladas no corpo “com o intuito de bloquear uma das três excitações biológicas: ansiedade, raiva ou excitação sexual” (VOLPI e VOLPI, 2003b, p.19). Os autores ainda apontam que na medida em que estas couraças vão sendo dissolvidas ou flexibilizadas durante a terapia corporal emoções e posturas corporais vão, concomitantemente, se revelando e se



dissipando igualmente. Este fenômeno mostra claramente a íntima relação entre as emoções e o sistema neurovegetativo.

Reich descortinou a fronteira do conhecimento instigando o indivíduo a buscar conhecer melhor não só o corpo visível com seus sistemas de órgãos, mas também esse órgão vivo, perceptível e invisível à nossa volta, o campo energético. Assim como os músculos e vísceras se encorçam, o campo energético também se encorça. (WEIGAND, 2002). Definiu couraça como um mecanismo energético emocional que se instala nos músculos diminuindo e até paralisando o fluxo de energia, servindo como “uma proteção contra estímulos desagradáveis provindo do meio” (VOLPI e VOLPI, 2003b, p. 23).

As couraças, verdadeiras paredes do sentimento, se instalaram no corpo humano a partir de experiências desagradáveis ao ser, e, no intuito de protegê-lo destas sensações não permitem o fluxo livre de pensamento ou de ação fazendo com que o indivíduo busque caminhos de estar bem na exterioridade.

Coadunados com o pensamento reichiano, Volpi e Volpi (2007, p.4) complementam que:

“a singularidade de uma pessoa está fundamentada em seu físico e corporificada em seus tecidos, refletida na qualidade do tônus muscular, expressões faciais, ritmos respiratórios e organização dos estímulos que recebe do mundo externo, modificando seu corpo a partir das demandas do meio, uma condição imposta pela couraça muscular”.

A permanência da couraça muscular de caráter é uma dinâmica desequilibrante, em que ocorre um afastamento do ser dele mesmo, tornando-se mais coerente viver uma vida desconectada de real sentido ou uma vida baseada em uma imagem que procura sustentar a todo custo, utilizando-se de toda sua energia para isso, se necessário.

Uma das funções mais prejudicadas na tentativa de manter o psiquismo sob controle, e as consequentes sensações das quais o indivíduo busca proteger-se, é a respiração. O mecanismo da respiração oportuniza a entrada de oxigênio, que serve de nutriente para o sangue gerando energia para o corpo. Torna-se coerente ponderar que uma mente enfraquecida psiquicamente para enfrentamentos da realidade vai solicitar ao seu corpo uma



entrada reduzida deste oxigênio para que esta nutrição não alcance este corpo que tenta se sentir cada vez menos, deixando que as emoções permaneçam silenciadas.

Os fatos provam que um corpo sem respirar pode alcançar a morte em alguns minutos. Mas se o interesse não for morrer, só reduzir a sensação de estar vivo, para proteger-se das dores emocionais, uma respiração curta, fraca, limitada, irá garantir a este corpo menos sensação de vida. No entanto, não somente as sensações desagradáveis são suprimidas, mas também as agradáveis e prazerosas.

Respirar é, pois, uma representação tácita de estar vivo. Representa a vida, a Criação (“... *inspirou-lhe nas narinas um sopro de vida e o homem se tornou um ser vivente*” – *Gêneses*), a expressão do espírito, a força essencial, sem descurar de seu aspecto inerentemente físico: “A respiração está diretamente conectada com o estado de excitação do corpo” (LOWEN, 2006, p.36), sendo ainda comparada a “uma força vital que tem o poder de fazer uma substância inerte como a madeira se explodir em chamas” (idem, p.36).

Afinal, quem é este ser complexo que sente, se emociona, se esconde, se protege, se encouraça, se fortalece ou se enfraquece e em que tudo permanece registrado num depositário fiel a que ele chama de corpo?

Para adentrar neste ser é preciso, antes, compreender sua complexidade. Olhando o ser é preciso encontrar um caminho que vislumbre a integração das dimensões humanas que são individual, social e biológica¹ (MORIN, 2003). Bem se entende que estas dimensões possuem suas particularidades, se distinguem, mas que de maneira alguma podem se tornar não comunicantes. A complexidade se debruça sobre o conhecimento multidimensional, o que significa respeitar todas as dimensões que o objeto de estudo alcança.

Cruz (2008), presidente da Sociedade Brasileira de Estudos Espíritas, define que o ser do ser humano é o espírito. Afirma ainda que “o espírito é o ator e portador da cultura” (idem, p.157), portanto, com uma visão sistêmica e

¹ Note que o autor diferencia o ser individual do ser biológico denotando uma particularidade do indivíduo além do seu corpo.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROCHA, Ana Rosa B. M.; ROCHA, Danielle C. Corpo, emoção e espiritualidade – alcançando o ser pela cogência. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais.** Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

8

complexa sobre o ser humano, é que se depreende que o corpo representa um instrumento do espírito que sente, pensa e age.

Lowen (2006) se aproxima deste conceito nos convidando a fazer o entendimento de "seu corpo como uma manifestação do seu espírito" (p. 34), ou seja, quem age é o espírito, e, por sua íntima relação, o corpo orgânico será afetado da mesma forma, interiorizando e exteriorizando toda a vida manifesta.

Diferentemente das máquinas que se regeneram somente por uma ação exterior (como a troca de peças desgastadas), por sua complexidade, o poder regenerador do homem está no seu interior. (MORIN, 2006)

Alongando nosso olhar sobre estas questões pondero que não é possível mais dissociar distúrbios de caráter psicológico de doenças orgânicas ou até mesmo denominar algumas doenças de espirituais como se o espírito fosse uma entidade a parte do ser.

Complementando a visão reichiana de que o corpo reflete as emoções sentidas e de que, portanto, é um corpo sentido, Lowen (2006) relacionava a espiritualidade das relações do ser humano com o seu entorno:

"Eu estou convencido que em se perdendo o senso de conexão com outras pessoas, com os animais, com a natureza resulta em sérios distúrbios de saúde mental. (...) Se nós aceitamos que o ser humano é uma criatura espiritual, então nós também devemos aceitar que a saúde está relacionada com a espiritualidade" (idem, p.5).

Capra (1982) aproxima-se desta idéia apregoando que a humanidade pode e deve restabelecer uma relação saudável com o sistema cósmico do qual faz parte. O autor ainda reforça que: "nunca podemos falar da natureza sem, ao mesmo tempo, falar de nós mesmos". (idem, p.81). Sentir que fazemos parte do Cosmos nos possibilita sentir que pertencemos ao grande sistema da Criação e, fazer parte do todo nos faz únicos e responsáveis.

Cruz (2008) reforça esta assertiva afirmando que "o ser do ser humano, o espírito, tem de perceber, compreender e aprender continuamente que a natureza é o homem e que o homem significa a natureza" (p. 82). E complementa que se não nos encontrarmos não poderemos encontrar Deus. E nesta íntima relação da humanidade com a sua própria natureza é que se



encontra a possibilidade transcendente do homem ser ele mesmo, expressar-se genuinamente, sem descurar do respeito ao próximo e a todo o seu entorno.

Morin (2003) faz entendimento semelhante e aponta o problema do ser viver fechado nele mesmo quando anuncia:

“Um pensamento de organização que não incluía a relação auto-eco-organizadora, isto é, a relação profunda e íntima com o meio ambiente, que não incluía a relação hologramática entre as partes e o todo, (...) está condenado à mediocridade, à trivialidade, isto é, ao erro...” (p.193).

E complementa: “produzimos a sociedade que nos produz”. (MORIN, p.190). Aponta para o campo real do conhecimento proclamando que

“Ele não é o objeto puro, mas o objeto visto, percebido e co-produzido por nós. O objeto do conhecimento não é o mundo, mas a comunidade nós-mundo, porque o nosso mundo faz parte da nossa visão do mundo, que faz parte do nosso mundo”. (idem, p.205).

Se quisermos avançar em direção ao conhecimento e ao autoconhecimento, com conseqüente melhora das relações humanas e conosco mesmos, devemos buscar o pensamento da complexidade, onde todos os conceitos são considerados, onde nada se reduz, onde todas as partes contêm, definitivamente o todo, assim como o todo se funda nas partes sem se restringir a elas, onde a desordem e ordem atuam em conjunto, onde os olhares devem ser alongados na busca contínua de novos saberes que se constroem cada vez que avançamos para dentro de nós e para o mundo que nos acolhe e nos compõe – a espiritualidade.

A vida espiritualizada, decerto, não está num templo ou em determinado local, mas, inevitavelmente dentro de cada ser com suas emoções, mente e corpos sadios e nas relações que integra com seu ambiente.

A espiritualidade é, pois, essencialmente, do corpo. John Pierrakos, segundo Weigand (2002), nos brindou com idéia de que para se construir uma consciência plena de quem se é, alcançando a expressão do ser com autodomínio, deve se fazer avançar o fortalecimento das questões espirituais no mesmo sentido da evolução em psicoterapia. Acredita que esta evolução deva ocorrer através da conjunção das energias sexual e espiritual. Essa



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROCHA, Ana Rosa B. M.; ROCHA, Danielle C. Corpo, emoção e espiritualidade – alcançando o ser pela cogência. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

10

conjunção confronta-se com aquilo que o ser humano é: corpo, mente e espírito. Um dos aspectos relevantes que Reich (s/d) se debruçou foi em entender a sexualidade como forma maior de expressão do prazer vital, operando na direção oposta da angústia, num movimento de expansão agradável enquanto esta opera em contração angustiante.

Afirmou com conhecimento de causa que:

“A causa imediata de muitos males assoladores pode ser determinada pelo fato de que o homem é a única espécie que não satisfaz a lei natural da sexualidade. A morte de milhões de pessoas na guerra é o resultado de manifesta negação social da vida. Essa negação, por sua vez, é expressão e consequência de perturbações psíquicas e somáticas da atividade vital”. (REICH, s/d, p.16).

Apregoava que a fusão sexual de dois organismos livres de restrições ou inibições, os permitiria experienciar a entrega de si mesmos como o fariam no momento da morte, consentindo que o prazer, tão intenso e verdadeiro, os aproximaria da sensação de não mais existir. A máxima: “viver é morrer no outro” se traduziria em reconhecimento de seu corpo, dos seus sentimentos, da Vida e de sua antítese, a própria morte. A consciência da própria morte, característica inerente ao ser humano, só é plena quando o indivíduo alcança a consciência de sua própria vida.

Esta relação de coexistência entre a vida e a morte é corroborada por Morin (2003) quando afirma que “o êxito da vida depende da sua própria mortalidade” (p.299), denunciando a interdependência entre uma e outra.

A autora ainda aponta que “o anseio pelo orgasmo pleno corresponde ao anseio de contato cósmico” (WEIGAND, 2002, p.67). E complementa: “Onde há fusão, expansão, sexualidade, amor, prazer, nutrição emocional, há experiência orgástica, ainda que não haja expressão através do contato genital” (idem, p. 66), reforçando, claramente, o aspecto amplo em que a sexualidade se debruça.

“Quando o indivíduo é livre na sua auto-expressão, ele é também livre na expressão do seu sentimento sexual”. (WEIGAND, 2002, p.64).



Conclui-se que ser humano só pode ser livre na medida em que lhe for possível vivenciar suas expressões emocionais ultrapassando, desta forma, a barreira que o impede de viver a sua titularidade, uma vida autêntica.

No entanto, para alterar precisa sentir. Sentir para poder pensar. Pensar para poder agir. A coerência do ser passa pelo pensamento, mas não se define nele. É necessário que se sinta no corpo, seja através da dor ou do amor, para que o entendimento prático se efetive alcançando-se a alteração pela mudança de comportamento.

Na manifestação de sua espiritualidade estas mudanças irão se refletir na conduta dos homens permitindo que:

“possam, através do seu livre-arbítrio, estar permanentemente, pela consciência, compondo o ser no espaço, no tempo e na cultura, e nessa relação, construindo sentido de pensamento e assim percebendo sua responsabilidade de estar na Terra, de fazer os comportamentos da Terra e de procurar compreender que o substrato essencializador do seu comportamento é o seu ser profundo, o espírito reencarnado”. (CRUZ, 2008, p. 120).

A doutrina espírita demonstra a importância do ser humano em estar consciente de sua presença no mundo, considerando a Vida uma oportunidade de evolução do espírito. Ora, para o homem evoluir no conjunto em que se apresenta - corpo, mente e espírito - deve alcançar seu ser numa consciência perceptual que lhe permite alterar dentro daquilo que efetivamente acredita ser bom para ele e para seu entorno.

Quando se alcança consciência integral do ser, avança-se para a significação da Vida.

O caminho do amor, longe de ser o mais curto, é o que possui mais raízes e garante o aprofundamento do aprendizado do ser.

Cruz (2007) afirma que o ser que alcança a consciência do amor

“faz iluminação interna, cresce em identidade, disponibiliza-se para fraternidade passa a compreender melhor a sua inserção no pluralismo diversificado da existência, percebendo claramente que mantém expectativas para com todos e que todos mantêm expectativas para com ele, e que, no concurso da existência ele aprende e se compõe nas experiências”. (CRUZ, 2007, p.68)



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROCHA, Ana Rosa B. M.; ROCHA, Danielle C. Corpo, emoção e espiritualidade – alcançando o ser pela cogência. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. *Anais*. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

12

Deste modo, o ser percebe que, independente dos acontecimentos nunca deixará de ser ele mesmo e, assim, ele consegue viver a essencialidade da vida presente, sem desconsiderar seu passado, nem esquecer-se do futuro, mas de maneira alguma pautando sua vida nestes tempos que não representam o aqui e o agora, que é o que de fato oferece alguma possibilidade de verdade construída para aquele que anseia pela Vida.

O homem espiritualizado não receia a morte. A grandiosidade da sua vida sobrepuja o medo.

Como um rio que corre para desaguar no mar, o ser humano conhecendo o caminho para o qual avança faz entendimento do seu momento presente e vive a sua plenitude.

.....

REFERÊNCIAS

AMARAL, J. R. do; OLIVEIRA, J. M. de. **As estruturas cerebrais na formação das Emoções**. Univ. Estadual de Campinas, São Paulo. Cérebro e Mente - Revista Eletrônica de Divulgação Científica em Neurociência. Disponível em: www.cerebromente.org.br/n05/mente/estados.htm. 1998. Acesso em 30/4/2011.

BERTHERAT, T. **O corpo tem suas razões**. Antiginástica e consciência de si. 13ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1987.

CAPRA, F. **O Ponto de Mutação**. São Paulo: Editora Cultrix, 1982.

CRUZ, M. R. da. **Cadernos de Psicofonias de 2006. Doutrina Social Espírita**. (pelo espírito Antônio Grimm). Psicofonado pelo médium Maury Rodrigues da Cruz. Curitiba: Sociedade Brasileira de Estudos Espíritas, SBEE, 2007.

CRUZ, M. R. da. **Cadernos de Psicofonias de 2007. Doutrina Social Espírita**. (pelo espírito Antônio Grimm). Psicofonado pelo médium Maury Rodrigues da Cruz. Curitiba: Sociedade Brasileira de Estudos Espíritas, SBEE, 2008.

LOWEN, A. **The Spirituality of the body**. 2nd ed. Flórida: Bioenergetics Press, 2006.

MORIN, E. **Ciência com consciência**. 7ª ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2003.

REICH, W. **A análise do caráter**. 3ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2004.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

13

ROCHA, Ana Rosa B. M.; ROCHA, Danielle C. Corpo, emoção e espiritualidade – alcançando o ser pela cogência. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVI, XI, 2011. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. [ISBN – 978-85-87691-21-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

REICH, W. **A função do orgasmo**. São Paulo: Círculo do Livro, s/d.

VOLPI, J. ; VOLPI, S. M. **Reich: da psicanálise à análise do caráter**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003a.

VOLPI, J. H. ; VOLPI, S. M. **Reich: da Vegetoterapia a descoberta da energia Orgone**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003b.

WEIGAND, O. Revista Psicologia Corporal vol. 1. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) **Função do Orgasmo. O que é isso?** Curitiba: Centro Reichiano, 2002, p. 61-67.

AUTORAS:

Ana Rosa Brum Marcellos Rocha/PR – Licenciada em Educação Física pela UFPR; Especialista em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano de Curitiba com residência em Ergonomia (MFCR-006) e Fisiologia do Exercício pela FMU-SP. Professora e Psicoterapeuta Corporal.

E-mail: anabrum@estadao.com.br

Danielle Christianne da Rocha/PR – Bacharel em Direito pela UFPR; Especialista em Docência de Nível Superior pela FALEC e Direito do Trabalho e Filosofia pela UFPR/UNIBRASIL. Advogada e Professora de Ética da graduação e pós-graduação da FALEC.

E-mail: daniellerocha@estadao.com.br

