



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, C. N. Mapeamento emocional do corpo humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

MAPEAMENTO EMOCIONAL DO CORPO HUMANO

Cleide Negri dos Santos

O ser humano posiciona-se no ápice da pirâmide da evolução. Destacou-se como animal racional, devido à sua linguagem, capacidade de comunicação e seu alto nível de inteligência, comparado aos outros seres vivos. O homem, desde que se percebeu capaz de produzir pensamentos e idéias, debate-se num grande questionamento a respeito de si mesmo e do funcionamento do seu corpo e também do mundo onde vive. A religião preencheu em parte o vazio existencial ocasionado pelo mistério acerca da vida e da morte. Para sair do abstrato, a ciência surgiu para buscar respostas às inúmeras perguntas inexplicáveis, de maneira mais concreta, mais experimental.

Para a milenar cultura oriental, o homem é um ser muito além de seu corpo material, e assim deve praticar e buscar a expansão da fronteira de sua consciência, vivendo e sentindo seu corpo em todas as percepções possíveis.

Diversos estudos sobre fenômenos psíquicos e experiências religiosas ocidentais, foram conduzidos pelo renomado cientista japonês Hiroshi Motoyama (1993), que menciona que na filosofia chinesa, tudo possui dois aspectos: um exterior e outro interior. O aspecto latente, obscuro, encoberto é conhecido como “Yin”. O aspecto manifesto, evidente, exposto é denominado “Yang”.

O tantra é o processo de superação dos limites humanos, através da expansão das fronteiras da consciência. Segundo a doutrina tantra ioga, o homem tem três corpos e três mentes que são : corpo físico e sua mente (consciência do corpo físico – “yan”), corpo astral e sua mente (consciência experimentada como emoções e sentimentos – “yin”), corpo causal e sua mente (consciência expressa como inteligência e sabedoria – “yin”). Durante o crescimento espiritual, o homem precisa percorrer essas dimensões aumentando, gradualmente a consciência que têm dos reinos superiores.

O conceito de mente no tantra e na ioga tem um significado diferente do conhecido na vida cotidiana e da psicologia, os quais interpretam como “os meios pelos quais o homem pensa e sente” (MOTOYOAMA, 1993, pg.11), ou seja pensamento, emoção e memória. No tantra e na ioga a palavra mente é conhecida como *chitta* que significa consciência, tanto a consciência objetiva, a subjetiva e a ausência de consciência.

“A mente, a consciência, é uniforme, mas não está atuando integralmente. Se soubermos como ativar as áreas misteriosas da consciência, poderemos experimentar o estado homogêneo da mente universal e atingir a percepção absoluta” (MOTOYOAMA, 1993, p.13).



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, C. N. Mapeamento emocional do corpo humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

Ainda segundo Motoyoama, na filosofia do tantra, a mente individual é parte da mente universal que é composta de dois pólos antagônicos conhecidos como tempo e espaço que, ao se aproximarem um do outro faz com que a mente universal torne-se uma força criativa.

O tantra é uma ciência ampla que estuda a expansão da experiência consciente, objetivando romper as limitações da mente individual.

No interior desse corpo físico existe uma fonte cósmica de energia através da qual o cérebro, o corpo e a mente operam. Além disso, há uma fonte transcendental de energia conhecida como kundalini. No tantra, a ioga kundalini é praticada para liberar esta energia e iluminar a consciência. Trata-se de um sistema que ativa toda a estrutura psicofisiológica (MOTOYOAMA, 1993, p.13)

Cada corpo/mente é mantido por energia vital (Prana). Dentro dos corpos/mente o fluxo do prana é controlado por centros de energia denominados “chakras” e o sistema de canais de energia são chamados nadis.

Através de sua grande sensibilidade, Motoyoama experienciou na prática a plena consciência de seus chakras. Seus trabalhos de pesquisas resultaram em notável contribuição para a comprovação da prática espiritual.

O chakra também funciona como centro de intercâmbio entre as dimensões física e astral e entre as dimensões astral e causal. Através dos chakras, o prana sutil no corpo astral pode ser transformado, por exemplo, em energia para a dimensão física, fornecendo assim, ao corpo físico, essencial energia de vida.

“Quando os chakras são despertados e ativados, o homem não apenas se torna ciente das esferas superiores da existência, mas também adquire o poder de entrar nessas esferas, e então, em contrapartida, fortalece e dá vida às dimensões inferiores” (MOTOYOAMA, 1993, p. 21).

Segundo Motoyoama (1993), existem sete chakras, localizados em regiões específicas, tendo cada qual a sua função:

Chackra Muladhara: Região do cóccix – controla o sistema gênito-urinário;

Chackra Svadhishtana: Abaixo do umbigo (3 a 5 cm) – controla o sistema gênito-urinário;

Chackra Manipura: Ao redor do umbigo – o prana penetra em todo o corpo físico através da região esférica que circunda este chakra;

Chakra Anahata: Próximo à intersecção da linha mediana com a linha que liga os dois mamilos (chakra do coração) – controla o coração;

Chackra Vishuddhi: Na garganta – controla os órgão respiratórios;



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, C. N. Mapeamento emocional do corpo humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

Chakra Ajna: Entre as sobrancelhas (terceira visão) – controla as funções secretoras da glândula pituitária e as atividades intelectuais;

Chakra Sahasrara: No alto da cabeça – controle total de todos os aspectos do corpo e da mente.

O psicoterapeuta e pesquisador humanista americano Dychtwald também considerou a

influência da ioga kundalini na relação corpo/mente. Seu interesse por esta prática se deu pela similaridade a algumas abordagens ocidentais, como “a bioenergética, a energética reichiana, o rolfing e a quiropática” (1984, p. 93).

Dychtwald menciona que:

[...] cada um destes chakras não só corresponde a uma região específica do corpo físico, como também se relaciona a uma categoria particular ou qualidade peculiar do comportamento e do desenvolvimento humanos. Além disso, parece existir uma progressão implícita nas localizações descritivas destes chakras, a qual sugere um caminho a ser percorrido pelo indivíduo em seu trajeto até a saúde corpórea ótima e até o entendimento completo de suas potencialidades humanas (1984, pp. 95-96).

A cultura ocidental, apesar de ter como base uma grande influência religiosa, valorizando a consciência espiritual, aproximou-se mais das teorias científicas, baseando-se na dualidade entre corpo e mente (teoria de Descartes no século XVII), para explicar o funcionamento do corpo humano e as reações por ele manifestadas, através de emoções e das doenças.

A evolução da Ciência e do estudo do ser humano, fez-nos chegar aos dias atuais com uma melhor compreensão a respeito de muitas doenças. A dualidade tão fortemente defendida pela medicina por muitos anos foi questionada, e, o conceito de uma relação indivisível entre corpo e mente, passou a ser fator importante para compreender e tratar doenças de origem emocional que tem seus sintomas manifestados no organismo.

Sigmund Freud, ainda no final do séc. XIX, ao estudar os sintomas histéricos, correlacionou a doença física com a emocional.

Wilhelm Reich (1897-1957) foi além nas pesquisas de Freud e formulou teorias a respeito das emoções e suas manifestações no corpo, contrariando muitos teóricos de sua época (VOLPI, 2000).

Reich (1982), era médico e, antes de se tornar um psicanalista, aprofundou seus conhecimentos de ciência natural e filosofia natural para posteriormente dedicar-se à



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, C. N. Mapeamento emocional do corpo humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

compreensão da sexualidade. Mecanicista em seu trabalho médico, também sentia um grande interesse pela metafísica. A controvérsia a respeito da precedência do corpo ou do espírito, impulsionava suas pesquisas e seu desenvolvimento científico. A partir de então, Reich se pôs a examinar as diversas concepções da sexualidade defendidas por vários estudiosos do Conceito de Libido, e foi em Freud que obteve a compreensão clínica da sexualidade, na qual pode estabelecer claramente a diferença entre as palavras “sexual”(relacionada a sexualidade) e “genital”(relacionada a procriação).

Reich (1982) ainda utilizou seus estudos biológicos para orientar-se na investigação do prazer e desprazer, baseando-se na definição freudiana de instinto e do fenômeno da tensão sexual. Concluiu que na percepção dos estímulos, as sensações culminariam em movimentos de carga e descarga de tensão, de intensidade variável a cada indivíduo. Com o firme propósito de entender e conceituar todos os detalhes quantitativos e qualitativos de impulso e prazer, Reich traçou seus primeiros passos para formulação da sua teoria do orgasmo.

Reich se destacou rapidamente como clínico psicanalítico. Com o intuito de compreender melhor a sexualidade e a psicogênese das neuroses e desanimado com a demora de resultados nas sessões terapêuticas da psicanálise, Reich questionou alguns aspectos da teoria freudiana. Em seu trabalho na clínica psicanalítica, observou que as resistências apresentadas pelos pacientes não se manifestavam somente no conteúdo da fala, mas também, nos comportamentos típicos apresentados por eles (gestos, maneira de falar, de andar, etc.), que eram oriundos do próprio caráter. Estas resistências também estavam associadas a um distúrbio da musculatura corporal, ocasionando tensões corporais, limitando o movimento, a respiração e a emoção, funcionando como uma defesa do ego, o qual Reich denominou couraça muscular. Ao perceber estes fenômenos, Reich passou a mostrar ao paciente como se manifestava a resistência e, quando estas se dissolviam, conteúdos de conflitos emergiam da pessoa que, ao serem analisados, modificavam a estrutura da personalidade e a dinâmica do caráter. Desta forma Reich (1995) criou o método de Análise do Caráter.

A couraça é resultado de experiências de repressão ocorridas ao longo da vida. Sua dissolução libera energia vegetativa e reproduz a lembrança da situação na qual ocorreu a repressão do instinto. Reich desenvolveu a técnica vegetoterápica de análise do caráter, sendo que

o seu princípio básico é o restabelecimento da motilidade biopsíquica através da anulação da rigidez (encouraçamento) do caráter e da musculatura. Essa técnica de tratamento das neuroses foi experimentalmente confirmada pela descoberta da natureza bioelétrica da sexualidade e da angústia. Sexualidade



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, C. N. Mapeamento emocional do corpo humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

e angústia são funções do organismo vivo que operam em direções opostas: expansão agradável e contração angustiante (REICH, 1982, p.17).

De acordo com o desenvolvimento emocional, representado pelas zonas erógenas principais como olhos, boca, ânus e genitais, Reich (1995) propôs o mapeamento emocional do corpo humano em sete segmentos, os quais se posicionam em forma de anel, sendo denominados segmentos de couraça. São eles: ocular, oral cervical, torácico e diafragmático, abdominal e pélvico. As couraças podem estar representadas em qualquer um destes segmentos e seu desbloqueio feito pela técnica da vegetoterapia deve ser no sentido céfalo-caudal, iniciando pelo primeiro (ocular) e seguindo em direção ao sétimo nível (pélvico).

O segmento ocular é o primeiro segmento de couraça e dele faz parte o sistema nervoso, a pele, os olhos, os ouvidos e o nariz. Isso porque esses órgãos mencionados são formados pelo folheto embrionário ectoderma que, quando sofre a ação de um estresse no período de gestação, parto ou primeiros anos de vida, pode deixar registros no corpo, que irão manifestar-se em forma de biopatias e traços de caráter. Em se tratando das biopatias, não se sabe ao certo quais irão se manifestar, mas é certo que uma pessoa que tenha sofrido um estresse nessa primeira etapa do desenvolvimento, etapa de sustentação (VOLPI & VOLPI, 2002), irá sofrer um bloqueio ocular e por sua vez ter como consequência um comprometimento energético nos órgãos a eles pertencentes. Como doenças degenerativas do sistema nervoso podemos encontrar o mal de Parkinson, mal de Wilson, Esclerose em placa, biopatias neuromusculares como distrofia muscular progressiva, miotroia de thomsen, etc. Como biopatias da pele podemos citar o eczema, urticária, psoríase, miotrofia de herpes, alopecia, etc. Nos olhos encontramos os erros de refração da visão tais como miopia, astigmatismo, hipermetropia e presbiopia, além de dores de cabeça, enxaqueca, etc. No nariz e ouvido temos a rinite, otites, etc. No âmbito emocional, irá resultar em uma dificuldade de contato com outras pessoas, confusão de pensamentos e idéias, falta de ponto, de foco (objetivos), etc. (NAVARRO, 1995).

O segundo segmento é o oral e corresponde à boca e seus anexos (dentes, língua, glândulas salivares). Nos primeiros nove meses de vida do bebê, etapa de Incorporação (VOLPI & VOLPI, 2002), a amamentação deficitária (oralidade insatisfeita), um desmame precoce ou tardio (oralidade reprimida), pode ocasionar o bloqueio neste nível, gerando uma situação de luto pela perda do objeto amado (seio da mãe), resultando uma tendência à depressividade. Como biopatias mais comuns encontramos os problemas ortodônticos, bruxismo, bulimia, inapetência, boca seca, náuseas, sensação de “bolo” na garganta, etc.

O segmento cervical é o terceiro segmento e compreende os músculos do pescoço, da



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, C. N. Mapeamento emocional do corpo humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

língua, do esternocleidomastoídeo e a glândula tireóide. Neste nível está representado o narcisismo, ou seja, o instinto de conservação e controle. Segundo Navarro (1995), no pescoço também se encontra a base da espiritualidade, portanto um indivíduo que tem um bloqueio neste segmento tem dificuldade de ser humilde. As biopatias mais comuns são o torcicolo, tensão ou dor muscular na região dos ombros e pescoço, reumatismo muscular, artrose cervical, hiper ou hipotireoidismo, etc.

No quarto segmento ou segmento torácico encontramos o tórax, incluindo o coração, o pulmão, timo e os membros superiores. É um segmento que se bloqueia devido à ambivalência entre o amor e o ódio e a identidade biológica (NAVARRO, 1995). As biopatias recorrentes dos bloqueios deste nível são a asma brônquica, aumento da frequência cardíaca, palpitações, dores no peito e nas costas, aterosclerose, arteriosclerose, hipertensão, enfisema pulmonar, tremores ou sensação de fraqueza, sudorese, mãos frias e úmidas, etc.

O quinto segmento, ou segmento diafragmático, é representado pelo músculo diafragma. É onde se localiza o masoquismo a partir de uma situação de ansiedade. Por corresponder à etapa de produção (VOLPI & VOLPI, 2002), o bloqueio diafragmático traz uma ansiedade de espera da punição ocasionando biopatias como ansiedade, inquietação, falta de ar, fadiga, dores na região lombar, problemas no estômago (úlcera, gastrite), fígado, baço, diabetes, etc.

O segmento abdominal é o sexto segmento, incluindo abdômen, vísceras desta região e esfíncteres. Refere-se à etapa anal ou de produção (VOLPI & VOLPI, 2002). As biopatias apresentadas neste nível ocasionam problemas intestinais, renais, etc.

O sétimo e último segmento é o pélvico, onde encontramos a pelve, e os órgãos internos (ovários, útero, bexiga, genitais) e os membros inferiores. O bloqueio nessa etapa de identificação/formação do caráter (VOLPI & VOLPI, 2002), é ocasionado pela resolução insatisfatória da fase edipiana. As biopatias deste segmento são problemas sexuais como frigidez, impotência, ejaculação precoce, varizes, etc.

É a leitura energética, emocional e caracteriológica que permite com que a vegetoterapia atue sobre o desbloqueio das couraças localizadas em cada um desses segmentos. Isso é feito por meio de uma série de exercícios (actings), sistematizados por Navarro (1996), os quais o paciente executa sob a observação do vegetoterapeuta. Ao final de cada acting, as sensações percebidas pelo paciente, somadas às lembranças e pensamentos, são analisadas.

Segundo Baker (1980), as Biopatias somáticas podem surgir em qualquer tipo de caráter, devido ao tipo específico de couraça que o indivíduo apresenta. São provocadas por



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, C. N. Mapeamento emocional do corpo humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

distúrbios do sistema nervoso autônomo influenciando o funcionamento biológico e se manifestando na pulsação do corpo todo. Na terapia, a ênfase é dada à liberação do segmento onde contêm a ocorrência somática.

A Psicossomática dedica-se ao estudo do fenômeno pique-soma no processo de adoecimento físico do ser humano.

No que se refere a fenômenos psicossomáticos, Howard e Martha Lewis (1999) comungam a idéia de que diferentes tipos de personalidade apresentam susceptibilidades a doenças diferentes. Nos casos de hipertireoidismo, existem algumas características básicas: Amadurecimento prematuro, obediência e responsabilidade, auto-suficiência, podendo aparentar extraordinária calma e independência, como se fosse adulto.

Segundo Lewis & Lewis (1999), existem provas que a fixação em um determinado sintoma é capaz de afetar as funções de um órgão.

Os pacientes com perturbações psicossomáticas mostram-se tipicamente preocupados com a área de sua moléstia – o hipertenso com sua pressão sanguínea; o asmático, com a sua respiração. O paciente bem que gostaria de livrar-se dessa fixação, vendo-se contudo, obsessivamente preso àquela ruminação capaz de intensificar os sintomas (p. 89).

E ainda,

A culpa, especialmente a decorrente dos sentimentos relativos aos pais, pode influir na escolha dos sintomas... Os sintomas de um paciente podem aparecer por ocasião do aniversário da morte do pai ou do aparecimento de moléstia similar nos pais. Tais sintomas podem constituir uma forma de autopunição ... (p. 90)

Lewis & Lewis (1999) destacam ainda a existência dos sintomas de conversão, tal como Freud já havia citado em seus primeiros trabalhos sobre histeria.

Classificam alguns tipos de doenças de acordo com o contexto emocional no qual o indivíduo está inserido. As doenças de tensão que ocorrem quando o equilíbrio emocional do organismo é perturbado; doença de proteção nos casos dos hipocondríacos que “agarram-se”: aos seus sintomas, tendo necessidade desesperada de afeto; as reações viscerais às tensões, como as dores estomacais, diarréia ou constipação; as vítimas de úlcera péptica sendo pessoas carentes de afeto; as perturbações musculares, deformidades ósseas, dores de cabeça, nas costas e fadiga nas pessoas com tendência a serem mártires ou manterem o controle; problemas sexuais relacionados à culpa, medo e ressentimento.

A literatura que abrange o assunto do corpo e das emoções cresce a cada dia. A Abordagem Corporal, iniciada com Reich e a Orgonoterapia, teve seguidores representando



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, C. N. Mapeamento emocional do corpo humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

diversas atuações, tais como, Bioenergética, Biossíntese, Biodinâmica, dentre outras, as quais despontam como ponto fundamental o respeito à “linguagem” do corpo.

O corpo fala da nossa história de vida e das nossas emoções. Saber ouvi-lo e entendê-lo é conhecer melhor a nós mesmos.

REFERÊNCIAS

BACKER, E. F. **O labirinto humano**: as causas do bloqueio da energia sexual. São Paulo: Summus, 1980.

DYCHTWARD, K. **Corpomente**. São Paulo: Summus, 1984.

LEWIS H. R. ; LEWIS M.E. **Fenômenos psicossomáticos**: até que ponto as emoções podem afetar a saúde. Rio de Janeiro: José Olympio, 1999.

MOTOYAMA H. **Teoria dos Chakras**: Ponte para a consciência superior. São Paulo: Editora Pensamento, 1993.

NAVARRO, F. **Caracterologia pós-reichiana**. São Paulo: Summus, 1995.

VOLPI, J.H. **Psicoterapia Corporal** - um trajeto histórico de Wilhelm Reich. Curitiba: Centro Reichiano, 2000.

VOLPI J. H. ; VOLPI S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2002.

REICH, W. **A função do orgasmo**. São Paulo: Editora Brasiliense, 1982. REICH, W. **Análise do caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

Cleide Negri dos Santos / Curitiba/PR / Brasil

E-mail: cleidenst@aol.com