



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

PACHECO, Wilson; DEL COCO, Regina Maria Martins; WERKA, Fernanda Reddin; VOLPI José Henrique. Poeiras do tempo – do vazio absoluto aos ciclos de nascimento e morte. Etapas de consciencia corporal e resgate. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 23º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2018. [ISBN – 978-85-69218-03-6]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

POEIRAS DO TEMPO – DO VAZIO ABSOLUTO AOS CICLOS DE NASCIMENTO E MORTE. ETAPAS DE CONSCIENCIA CORPORAL E RESGATE.

Wilson Pacheco
Regina Maria Martins Del Coco
Fernanda Reddin Werka
José Henrique Volpi

RESUMO

A criação de tudo que conhecemos como nos é apresentado hoje a partir da teoria do Big Bang é um tema que desperta grande curiosidade dos humanos desde os tempos mais remotos e gera grandes polêmicas, envolvendo conceitos religiosos, filosóficos e científicos. Do vazio absoluto aos ciclos de nascimento e morte é inevitável buscar o sentido de tudo que nos permeia, uma vez que ao nascermos, costumamos passar a vida em busca de compreensões, sofremos com transformações em todos os sentidos da nossa estrutura e precisamos buscar entender e aceitar de forma satisfatória de que nossa jornada, assim como tudo, em algum momento, acaba. Esta vivência busca trazer o sentimento de percepção de que do nada viemos e para o nada iremos, que somos parte de uma energia, que se renova constantemente.

Palavras-chave: Energia. Morte. Nascimento. Transformação. Vida.

Percepção é a palavra mestra quando se fala em processos de transformação. “Conhece-te a ti mesmo e conhecerás o universo” como nos agraciou Sócrates, é a chave para a libertação do pré-determinismo.

Sendo a célula o ponto de partida das observações de Navarro, buscamos trazer à tona as percepções de que somos um composto de partículas que nos constituem enquanto seres vivos e que, em harmonia e equilíbrio energético, promovem um ser humano saudável, completa e biologicamente.

Da mesma forma que a pulsação plasmática distribui através de componente iônico e dos glóbulos vermelhos a energia necessária para a vida celular, representativamente o Big Bang possibilitou vida a tudo que influencia a manutenibilidade dos organismos vivos.

A teorias em que se baseiam a homeostase quântica, nos dão conta de que partículas subatômicas são carregadas de energia e energia é traduzida nesta teoria como informação. Desta forma, também desde o Big Bang, tudo que carregamos desde os princípios dos tempos são verdadeiras bibliotecas de informações editadas e revisadas por milhões e milhões de anos.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

PACHECO, Wilson; DEL COCO, Regina Maria Martins; WERKA, Fernanda Reddin; VOLPI José Henrique. Poeiras do tempo – do vazio absoluto aos ciclos de nascimento e morte. Etapas de consciencia corporal e resgate. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 23º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2018. [ISBN – 978-85-69218-03-6]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Partindo do preceito da Bioenergética que cada ser é o seu corpo e de que quanto mais vivo ele estiver mais vida se apresentará a ele, a integração do mesmo é essencial. Para o autor, “a auto percepção depende da autoafirmação” (LOWEN, 1970, p. 139). Podemos nos reconhecer e auto afirmar através do espelho e contato com o outro. O autor afirma que a integridade é um fluxo de energia unindo uma pessoa da cabeça aos pés, passando pelo coração e genitais, num movimento ininterrupto, e que traz a sensação de estar-se conectado, unificado e inteiro (LOWEN, 1982, p.298). Desta forma, compreender que a nossa totalidade não pertence somente ao aqui e agora nos faz encarar que temos total condição de nos reinventarmos de acordo com a forma que o ambiente se apresenta, somos seres adaptáveis e capazes de atingir satisfação neste processo de mutação.

“Desde a mais tenra infância as pessoas arma-se com suas defesas formando assim as chamadas couraças – psíquicas e físicas – deixando de sentir ansiedade ou dor, mas por outro lado, pagando o preço de se tornarem incapazes de sentir prazer. (VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Psicologia Corporal – Um breve histórico, 2003)

Portanto, o processo de mudança é sempre doloroso e é neste momento que a percepção do todo e acima de tudo a auto percepção se fazem extremamente necessárias, pois, a satisfação encontra-se nas pequenas conquistas da jornada.

OBJETIVO

Promover a experiência da Roda do Nascimento, morte e transformação a qual estamos submetidos desde o surgimento do Universo até o dia a dia onde nascemos e morremos várias vezes nas procuras, nas conquistas, nos meses, anos e até na aurora e pôr do sol, mostrando que nada chega ao fim, tudo apenas se transforma e com isso nós podemos nascer e nos transformar frequentemente na busca da realização da individuação (Jung).

AQUECIMENTO

Inicialmente silencioso escuro e sem prática corporal prévia, representando o universo antes do Big Bang, sem atividade.

DESENVOLVIMENTO

PARTE 1 – UNIVERSO, O VAZIO E O BIG BANG



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

PACHECO, Wilson; DEL COCO, Regina Maria Martins; WERKA, Fernanda Reddin; VOLPI José Henrique. Poeiras do tempo – do vazio absoluto aos ciclos de nascimento e morte. Etapas de consciencia corporal e resgate. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 23º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2018. [ISBN – 978-85-69218-03-6]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Solicitado que permaneçam onde estão e que apenas duas pessoas se abracem de forma apertada. Desta forma, uma terceira pessoa abraça os dois, então, uma quarta abraça os três e assim por diante até que seja formada uma massa coesa de elementos unidos e no mais absoluto silêncio. Solicitado que respirem, pois estão em um Universo Primitivo antes do BIG BANG.

1º som: ÔM

Solicitar que imersos nesta massa coesa, comecem lentamente, como um corpo único, a girar em torno do próprio eixo sentido horário e, mantendo-se junto e girando, executem “tremores” com o corpo, como uma vibração que vai aumentando. Então os seis primeiros elementos que formaram o centro dessa massa, tentem expandir esta massa enquanto os externos não devem permitir que isso aconteça, como uma forte tentativa de liberação energética.

2º som: A EXPLOSÃO

Solicitar que reajam como uma grande explosão e liberação energética, soltando-se e seguindo em diferentes velocidades e direções, como partículas originadas da grande explosão do universo, desorganizados.

3º som: ASSIM FALOU ZARATRUSTHA

Conduzir contextualizando que a explosão os jogou em direções errantes, solicitar que se movimentem em torno do seu próprio eixo, girem em torno de si e andem nas mais diversas direções, dizendo: - Você é um corpo celeste a procura de um destino.

4º e 5º sons: VANGELIS – “COSMOS I e II

Solicitar que procurem logo após a explosão movimentar-se mais devagar, tentando realizar a sua órbita andando em círculos, em diferentes velocidades, experimentando a sensação de estar na busca de algo, de respostas.

6º som: DANUBIO AZUL

Neste momento, o Sol e a Lua se acendem, inferindo um ponto de organização e referência, solicitar que acertem o passo, girando em órbita regular, buscando fazê-lo em harmonia com os demais, observando o ambiente em volta, contemplando o ambiente e o que está contido nele, instruindo que não estão mais em linhas errantes, mas sim em círculos, organizados e obedientes, verificando seu destino, construindo sua órbita circular perfeita em torno do sol e da lua, lembrando que a cada volta, há a passagem do tempo, dos dias, contemplando a viagem como é um astro sideral que compõe o Universo.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

PACHECO, Wilson; DEL COCO, Regina Maria Martins; WERKA, Fernanda Reddin; VOLPI José Henrique. Poeiras do tempo – do vazio absoluto aos ciclos de nascimento e morte. Etapas de consciencia corporal e resgate. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 23º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2018. [ISBN – 978-85-69218-03-6]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Então quando a música acabar, acender as luzes da sala e iniciar a 7ª.

7º som: MARCHA FUNEBRE

Solicitar que mantenham-se caminhando em círculos, em órbita. Mencionar que a vida é uma eterna obediência à ordem cósmica e que observem os demais astros que passam também em órbitas próximas ou distantes. Neste momento, solicitar que diminuam o percurso e, em silêncio pare e converse mentalmente só consigo mesmo.

PARTE 2 – A VIDA NA TERRA

Orientar que são átomos oriundo da explosão e dos corpos celestes e que agora estão na terra, como um ser vivo. Sentindo que possuem uma massa complexa, que é o CORPO. Então, solicitar que caminhem ou que se quiserem permanecer parados, o façam porém continuem de pé, sentindo seu conjunto de células em movimento, esfreguem uma mão na outra percebendo a temperatura da vida, a vida que agora possuem, a vida que são. Pedir neste momento que deite-se no chão em qualquer direção de barriga para cima ou para baixo, percebendo-se estendido na horizontal e colocando os membros superiores ao longo do corpo e começando, assim, a se movimentar. Orientá-los que agora são moluscos, sem pernas e sem braços, e então o tempo continua passando e encontram-se dentro do oceano com nadadeiras. Orientar que utilizem seus membros superiores e os pés como nadadeiras e que movimente-se pela sala (água) sentindo a leveza de navegar dentro da água e, como uma remada, impulsionem o corpo.

Neste momento, pedir que parem de nadar pois não há mais água, estão na terra. Coloquem-se de joelhos com as mãos apoiadas no chão, com um animal de quatro patas, e, como um animal busquem por alimento, lutando pelo seu espaço. A seleção natural os obriga a não dividir a comida, portanto, não devem permitir que o outro pegue a comida. Pedir que permitam seus instintos pois sua sobrevivência depende disso. Questioná-los como lutam pela sobrevivência. Então, pedir que fiquem em pé, parados num mesmo lugar, de olhos e braços abertos, pois agora possuem asas, são aves. Pedir que soltem seu som, respirem e voem sentindo a leveza em seu corpo, fazendo os movimentos que desejarem, indo para onde quiserem sentido o voar.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

PACHECO, Wilson; DEL COCO, Regina Maria Martins; WERKA, Fernanda Reddin; VOLPI José Henrique. Poeiras do tempo – do vazio absoluto aos ciclos de nascimento e morte. Etapas de consciencia corporal e resgate. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 23º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2018. [ISBN – 978-85-69218-03-6]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Então, instruir que parem, relaxem os membros superiores e deixem-os soltos ao longo do corpo, respirando, pois agora são seres humanos. Desta forma, solicitar que respirem profundamente e soltem o ar pela boca, voltando a andar pela sala, sentindo os seus passos e os movimentos necessários para se locomover, olhando ao redor, refletindo sobre para onde você está indo, então, silêncio escolham uma pessoa e parem na frente dela, na distância de um passo dela. Provocar a reflexão sobre como é estar frente a frente com um outro ser humano, que sensações esta posição provoca, como imaginam estabelecer uma relação com essa pessoa e quais são os pensamentos sobre ela e os dela sobre você. Neste momento, pedir que pensem, apenas pensem em algo que gostariam de dizer para ela, refletindo sobre como é se relacionar. Então, orientar que respirem fundo e, no mais absoluto silêncio, deite-se no chão de costas e permaneçam sem falar.

PARTE 3 - A MORTE

8ª e 9ª som: RÉQUIEM DE MOZART

Neste momento, solicitar que permaneçam imóveis, de olhos fechados, e dizer em tom triste: VOCÊ MORREU. Então continuar instruindo os participantes de seus corpos perderam todas as funções, mergulhando de novo no vazio, no escuro, solitário, o que existe deles é somente a lembrança do que foram. Após uma pausa, inferir que estão sentindo movimentos, que algo move seus corpos e que o corpo morto está em franca atividade, parecendo que o sangue corre no corpo de novo, como moléculas em movimento, pois está em franca deterioração tornando-se apenas um esqueleto.

PARTE 4 – A TRANSFORMAÇÃO BIOLÓGICA.

Neste momento, começa-se a perceber que está sendo levado, parece que tem movimento acontecendo, dizer claramente: você é pó e ao pó retornou, ganhou a possibilidade de se refazer, de renascer. Dar consignar referentes a reprogramação, ao desapego. Entender que podemos renascer das cinzas, com novas possibilidades através do autoconhecimento, da reconstrução, escolhendo diferente, tendo sempre a possibilidade de construção, desconstrução e renascimento acreditando que morte e vida acontecem a cada momento.

10º som: AQUARELA

Distribuir os sacos com areia para que manuseiem, instruindo a depositar ali a possibilidade de se reconstruir, de se reinventar. Então depositar a areia no vaso e acompanhar as instruções.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

PACHECO, Wilson; DEL COCO, Regina Maria Martins; WERKA, Fernanda Reddin; VOLPI José Henrique. Poeiras do tempo – do vazio absoluto aos ciclos de nascimento e morte. Etapas de consciencia corporal e resgate. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 23º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2018. [ISBN – 978-85-69218-03-6]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

PARTE 5 – A ÁRVORE DA VIDA

Disponibilizar a árvore no centro da sala.

11º Som – VANGELIS

Instruí-os a, lentamente ir até a árvore no centro da sala e procurar ficar em volta, encontrar o vaso e tocar nele, mantendo o contato, então, pedir que depositem sua areia no vaso ou em torno dele e, os que não chegarem até o vaso encontrem o pé, mão, ou qualquer parte do corpo de um companheiro e segurem. Assim, vão se espalhando pela sala, uns segurando no vaso e outros no colega. Inferir que sintam-se sob uma grande árvore, que por mais longe que estejam do tronco, você estão debaixo da frondosa copa. Então, em corpo único com seus colegas, espalhar-se longe do tronco como a raiz mantém a vida da árvore. Associar que fazem parte de um grande organismo, conectado com tudo e com todos, do escuro da terra, gerando energia para as flores exalarem o perfume.

PARTE 6 – A VOLTA À VIDA HUMANA

Neste momento, instruir que a flor produziu sementes e que as sementes caem perto ou longe, que algumas são levadas por animais e vão mais longe ainda. Então pedir que soltem o colega, fiquem de joelhos e cabeça no chão, bem encolhidos, pois são sementes, desta forma, como estão germinando, levantem-se devagar. Instruir que se sintam como árvores majestosas. Induzir que voltaram desta forma a condição humana, podendo fazer tudo novamente, dizer: você já foi energia, átomo, molécula, célula viva, tecido morto, raiz de árvore, semente, você sabe sobreviver! Pedir então que pensem em uma palavra que expresse felicidade e vida, abracem uma pessoa e diga em seu ouvido, baixinho, a palavra que pensou, então, sentar-se com a pessoa e compartilhar as impressões da vivência.

PARTE 7 - ENCERRAMENTO

Instruir que, lentamente, formem um grande círculo, deem as mãos, e juntos, na contagem até 3, joguem os braços para cima e repitam alto:

- VIDA!
- ALEGRIA!
- SONHAR NÃO CUSTA NADA!



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

PACHECO, Wilson; DEL COCO, Regina Maria Martins; WERKA, Fernanda Reddin; VOLPI José Henrique. Poeiras do tempo – do vazio absoluto aos ciclos de nascimento e morte. Etapas de consciencia corporal e resgate. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 23º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2018. [ISBN – 978-85-69218-03-6]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

12º Som: SONHAR NÃO CUSTA NADA

PARTE 8 – A EXPLOSÃO DE ALEGRIA

13º Som: Música de Explosão

Pedir que festejem da forma que mais lhe convier até o final da música. Então, pedir que levantem os braços e digam em alto e bom som:

-GRATIDÃO!

REFERÊNCIAS

LOWEN, Alexander. **Bioenergética**. São Paulo: Summus, 1982.

LOWEN, Alexander. **Prazer: Uma abordagem criativa da Vida**. São Paulo: Círculo do Livro S.A., 1970.

VOLPI, J. H; VOLPI, S. M. **Psicologia Corporal – Um breve histórico**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

AUTORES E APRESENTADORES

Fernanda Reddin Werka / Curitiba / PR / Brasil

Psicóloga e massoterapeuta, cursando MBA em Gestão de Pessoas pela Unicesumar e Especialização em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano - Curitiba/PR.

E-mail: fernandarw@hotmail.com

Wilson Pacheco / Florianópolis / SC / Brasil

Médico. Mestre e Doutor em Ciências Biológicas – Área de Concentração: Anatomia, pela UNESP -SP. Aluno do Curso de Psicoterapia Corporal Categoria Pedagógica, no Centro Reichiano - Curitiba/PR.

E-mail: pacheconat@hotmail.com

Regina Maria Martins Del Coco / São Paulo / SP / Brasil

Psicóloga clínica com especialização em Psicopedagogia, Arteterapia, Terapia Familiar Sistêmica, Psicologia Corporal e Cinesiologia Psicológica - Integração Físio-Psíquica, cursando Especialização em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano - Curitiba/PR.

E-mail: reginadelcoco@gmail.com

ORIENTADOR

José Henrique Volpi / Curitiba / PR / Brasil

Psicólogo (CRP-08/3685), Analista Reichiano, Especialista em Psicologia Clínica, Anátomo-Fisiologia, Hipnose Eriksoniana e Psicodrama. Mestre em Psicologia da Saúde (UMESP),



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

PACHECO, Wilson; DEL COCO, Regina Maria Martins; WERKA, Fernanda Reddin; VOLPI José Henrique. Poeiras do tempo – do vazio absoluto aos ciclos de nascimento e morte. Etapas de consciencia corporal e resgate. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 23º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2018. [ISBN – 978-85-69218-03-6]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento (UFPR). Diretor do Centro Reichiano-Curitiba/PR.

E-mail: volpi@centroreichiano.com.br