



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROLIM, Laerte Augusto. O corpo que habito, morada das emoções. 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: ____/____/____.

O CORPO QUE HABITO, MORADA DAS EMOÇÕES

Laerte Augusto Rolim

RESUMO

Releitura das influências das emoções positivas ou negativas na construção do corpo e no fluxo da energia do corpo. O corpo humano é extremamente sensível ao influxo das emoções, e se incendeia ou se apaga, conforme a emoção com que interage. Nosso corpo é nosso próprio livro de estudos. Para ler basta ir virando as páginas até encontrar o autor.

Palavras-chave: Bloqueio. Energia. Leloup. Reich. Trauma.

O corpo, moldado pela presença e intensidade das emoções, foi desviado da saúde integral pela dissociação entre corpo, alma e espírito. Em várias áreas, inclusive na área médica, pensa-se o corpo e o psiquismo como departamentos estanques, mas não o são. São uma unidade funcional, e dessa forma devem partilhar as experiências e memórias.

Nosso corpo é o lar de profundas memórias, inclusive a memória celular. O corpo sente, toca, fala e comunga a vida incorporada. O estado de consciência sadio é ativo para uma boa relação com os mundos interior e exterior, e é fundamental para estabelecer um bom contato com os outros. A significação da vida do indivíduo se expressa na fórmula do orgasmo – “tensão – carga – descarga – relaxamento”, enunciada por W. Reich. Embora seja vista como uma pulsação energética está, atualmente, bloqueada e inacessível de ser vivenciada.

Esta fórmula vital pressupõe uma circulação pulsante de energia, livre de obstáculos. Quase sempre, entretanto, vivemos uma situação inversa. Para compreender o funcionamento do corpo, precisamos considerar que no desenvolvimento psicosexual a criança passa por vários períodos e que, havendo o bloqueio em uma ou mais etapas do desenvolvimento, isso irá comprometer a formação do caráter. O primeiro período de desenvolvimento é o *embrionário*, e vai desde a concepção até o final do segundo mês de gestação. O segundo período, *fetal*, vai do terceiro mês de gestação até 10 dias após o nascimento, tempo necessário para que o bebê se adapte à nova vida. O terceiro período, *neonatal*, vai do nascimento até o desmame. O último período, *pós-natal*, vai do desmame até a puberdade.

Do ponto de vista neuropsicológico, devemos entender que cada estimulação sensorial gera uma percepção, que poderá ser gratificante ou frustrante. Em função da qualidade e quantidade dessa estimulação, a resposta interna se exterioriza, e isto é a emoção. A emoção



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROLIM, Laerte Augusto. O corpo que habito, morada das emoções. 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: ____/____/____.

se exprime ou se reprime; se traduz por contração ou relaxamento muscular e vai determinar o comportamento. A impossibilidade de expressar um mecanismo de defesa determina o bloqueio sobre o segmento sobre o qual agiu a estimulação. Esses bloqueios são sempre de natureza muscular e, se foram produzidos no início da vida pós natal, fixaram-se. Todo bloqueio tem uma significação emocional precisa e indica uma marca individual, um traço na constituição do caráter.

Um complexo conjunto de estruturas, aparelhos e órgãos, lugar de mudanças sutis (hoje) e habitat de meu espírito, meu corpo absolutamente não se parece com os corpos dos tratados de Anatomia e de Fisilogia. Familiar, cotidiano, tenho dele uma consciência mais aguda, mais imediata. Eu o habito, o sinto diariamente. Eu o vivo, nele eu sofro, demonstro meu desejo, meu medo, minha ternura, minha paixão, minha raiva, minha libido ou a falta dela, minha tristeza, minhas sensações, enfim, minhas emoções.

Forma de múltiplas facetas, meu corpo se ilumina, brilha, resplandece, se incendeia ou se apaga, conforme a luz que o banha, conforme a emoção com que interage.

Segundo Paul Valery:

Às vezes, algumas de suas partes ou regiões se manifestam, se iluminam, tomam uma importância diante da qual tudo não é mais nada, impondo nesse instante sua doçura ou seu rigor implacável.

É quando reage ao estímulo das emoções que sofro, me encolho, deixo passar oportunidades, ou gozo esplendorosamente, em uma absoluta felicidade, em uma expansão sem limites. Corpo tão denso, tão compacto, e ao mesmo tempo, tão leve, macio, que muitas vezes me é difícil descrevê-lo em sua unicidade, com sua carnalidade, sua carga de vida, sensações, consciência e sonhos.

Freud insistiu sobre a importância das zonas dos orifícios, as portas do corpo, no decorrer do desenvolvimento da criança. Entretanto, eles não existem por si sós. A Anatomia Funcional, os músculos que guardam as emoções, também entram em jogo. Movidos pelas emoções, são eles que vão determinar a crônica dificuldade de abertura ou relaxamento. Para podermos entender o exato papel desses orifícios, precisamos segurar os dois elos extremos da corrente, perceber o bloqueio presente no corpo e buscar as respostas profundamente escondidas nele.

Eu digo meu corpo, meu corpo me diz. Gestos, posturas, atitudes e expressões refletem minhas atitudes existenciais de maneira bem mais segura que o meu discurso. Eles mostram



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROLIM, Laerte Augusto. O corpo que habito, morada das emoções. 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: ____/____/____.

meu caráter, minha maneira de ver, de amar, de sentir. Traem meus anéis musculares, que também são morais.

O corpo, marcado pela minha história individual, também o é pela minha história social. Nele estão inscritos os meus constrangimentos, as humilhações, as repressões, bem como os costumes, usos, rituais que me foram transmitidos, legados e impostos pela minha família, minha cultura, meu ambiente. A emoção que recebi ou não desde o meu nascimento, vai deixar marcas indeléveis em meu ser, em minha maneira de ser e na construção do meu corpo.

O trauma fica congelado psíquica e corporalmente, trazendo uma estagnação energética, e gerando os traços de caráter e a couraça muscular. O caráter e a couraça funcionam como uma defesa do Eu, mas ao mesmo tempo impedem a livre circulação de energia pelo corpo, que é refletida pela qualidade de um bom tônus muscular, expressões faciais, ritmo respiratório e pulsação de todo o organismo. A expansão conduz ao prazer, ao passo que a contração conduz à estagnação.

Reich relacionou a tensão muscular com a resistência psíquica. Embora vista por muitos como uma proteção, essa rigidez tende a se cronificar, acabando por isolar o ser vivo de suas emoções e o torna prisioneiro de seu caráter. Nosso corpo é o depositário, o registro fiel atualizado de todas as nossas vivências, nossas emoções, nossas memórias e, olhando para o corpo, podemos ler nele toda a nossa história. O corpo não mente e não engana, a boca sim. Se não há descarga das emoções retidas, as couraças vão se fortalecendo, e a pessoa vai perdendo a naturalidade e a espontaneidade.

Em Freud o inconsciente é captado através da linguagem e seus lapsos. Reich o descobriu esculpido no corpo, nas tensões musculares, nas expressões faciais e corporais, nas curvas do corpo, que caracterizam as experiências vividas. Para Reich, não somos nós que falamos o corpo, mas ele que fala e grita por nós. Enfim, o corpo é um grande livro aberto para quantos desejem lê-lo.

Apenas a couraça do caráter sendo removida, liberando o inconsciente de suas tensões é que vai emergir o verdadeiro *self*, e poderemos recuperar o sentimento vital de nós mesmos. Apenas assim poderemos nos habilitar a desvendar conteúdos simbólicos inconscientes em cada passo de nossa jornada existencial. Mergulhando no invisível, no desconhecido interior de nós mesmos, poderemos transmutar a existência numa criação permanente, ressignificando nossas emoções e reescrevendo a existência como epopeia única, que acrescenta algo ao Universo. Tornamo-nos, então, co-criadores de nossa realidade e de nossa existência.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROLIM, Laerte Augusto. O corpo que habito, morada das emoções. 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: ____/____/____.

Nosso corpo é nosso próprio livro de estudos. Basta ir virando as páginas até encontrar o Autor. O corpo, como livro aberto, conta muitas histórias, e em cada uma delas há um sentido a descobrir. Como nossa memória mais antiga, o corpo nada esquece. Cada acontecimento vivido, cada emoção sentida, cada afeto recebido ou não, principalmente no período neo natal, deixa no corpo marcas profundas e é sobre essas marcas que nos debruçaremos para acessar essas memórias mais antigas e poder transmuta-las. Não há lei de causa e efeito na construção do corpo, mas há uma ressonância, uma sincronicidade entre nosso corpo físico e nossas memórias mais antigas. Nosso corpo, tal como foi sonhado e desejado, ou tal como foi não sonhado, não desejado, não acariciado.

Ao observarmos este nosso corpo físico, notaremos que há partes de nosso corpo que nos são familiares e outras que nos são desconhecidas. Há partes de nosso corpo que amamos muito, e que talvez tenham sido muito amadas. Há outras partes que nos fazem medo, que nos desgostam, talvez porque não foram amadas ou porque foram violentadas ou maltratadas. Essas partes não amadas, desconhecidas, difíceis porque dolorosas, experimentaram a repressão das emoções. Da repetição da repressão, instalou-se o bloqueio.

O que o terapeuta deve fazer para que o corpo comprometido em seu funcionamento, em sua totalidade, possa recuperar sua livre expressão, é reconhecer a existência desses bloqueios, elucidar o porque dessas disfunções, sua origem histórica, social e simbólica. Reich disse que toda rigidez muscular contem a história e a significação de sua origem. O terapeuta, portanto, deverá restabelecer a economia energética do corpo. A mobilização, pela ação muscular, reduz as tensões, facilitando a expressão emocional e a vivencia corporal, enfim, facilitando a vida plena.

Ao realizar o tratamento, o terapeuta deve ter em si o que foi enunciado por Jung – “Conheça todas as teorias, domine todas as técnicas, mas ao tocar uma alma humana, seja apenas outra alma humana”. Mais ainda, não pode esquecer que toca o corpo de uma pessoa, e que nesse corpo está toda a memória de sua existência. Se não houver o necessário respeito, os resultados podem ser desastrosos.

Devemos lembrar que tocamos uma alma, e que essa alma é a alma de uma pessoa, com seus entraves e dificuldades, Quando tocarmos um corpo, toquemos como se estivéssemos tocando um templo. Muitos dentre nós certamente jamais foram tocados como templo, com respeito e reverencia, e nem mesmo, em certos casos, como uma pessoa. Muitos foram tocados apenas como pedaços de carne animal, como coisas. Podemos, então,



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ROLIM, Laerte Augusto. O corpo que habito, morada das emoções. 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: ____/____/____.

compreender o sofrimento, as marcas que ficaram inscritas nesse corpo, e os bloqueios que vieram a dificultar sua vida.

Nosso corpo é como um sonho cheio de símbolos. Assim, é através da escrita de sua história pessoal e de sua interpretação que compreendemos melhor o estado desse corpo. O objetivo é o de ser cada vez mais capaz de aceitar-se a si mesmo. De deixar partir de nós o que não é verdadeiramente nosso. E de não se apegar, deixar que se vão aquelas memórias que atulham nosso corpo.

Ao restabelecermos nossa economia energética, ao permitirmos o livre fluxo da energia em nosso corpo, estaremos ressignificando nossas emoções, aceitando e transmudando o corpo que construímos. Poderemos, então, integrar a matéria em busca do corpo espiritual. Reconciliar-se com essa dimensão de nós mesmos é um caminho de cura. A matéria só pode ser compreendida em sua inteireza se deixarmos que a luz atinja suas profundezas, torne visíveis seus entraves e torne possível uma mudança de postura e de atitude perante si mesmo e a vida.

REFERÊNCIAS

FEDERICO NAVARRO **Teoria Reichiana I** – Fundamentos Médicos – Somatopsicodinâmica. Summus Editorial

FEDERICO NAVARRO **Teoria Reichiana II** – Fundamentos Médicos – Somatopsicodinâmica. Summus Editorial

JEAN-YVES LELOUP – **O Corpo e seus Símbolos** - Editora Vozes

VOLPI, J. H; VOLPI, S. M. **Reich** – da Psicanálise à análise do Caráter – Centro Reichiano de Psicoterapia Corporal

VOLPI, J. H; VOLPI, S. M. **Psicologia Corporal**

AUTOR e APRESENTADOR

Laerte Augusto Rolim / São Paulo / SP / Brasil

Médico formado pela PUC – Sorocaba em 1972. Formação em Psicodrama pela Associação de Psicodrama Revolução Creadora. Formação em Terapia Analítica Bioenergética pelo IABSP. Formação em Terapia Evolutiva Core Energetics pelo Instituto de Core Energetics de São Paulo.

E-mail: laerteregina@yahoo.com.br