



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HENRIQUES, Antônio Roberto; HENRIQUES Alessandra Eisenreich. Respiração integrativa orgástica – uma sessão terapêutica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

RESPIRAÇÃO INTEGRATIVA ORGÁSTICA® – UMA SESSÃO TERAPÊUTICA

**Antônio Roberto Henriques
Alessandra Eisenreich Henriques**

RESUMO

A Respiração Integrativa Orgástica® é uma sistematização de técnicas que foi compilada através de anos de estudos, aplicação e ajustes e tem por objetivo favorecer as descargas bioenergéticas e assim regular o fluxo energético corporal e o trabalho sobre conteúdos emocionais durante uma sessão terapêutica. Através de estudos contínuos na terapia corporal reichiana e juntando outras técnicas chegamos a esta forma de trabalho que foca no prazer corporal para liberação emocional.

Palavras-chave: Corpo. Prazer. Orgasmo. Reich. Respiração.

Nosso primeiro contato com o mundo se dá através da respiração, infla-se os pulmões, deixando-se de ser um ser aquático para se tornar um ser respirante. Nossas emoções são reguladas através da respiração. Nosso sistema instintivo nos protege de situações difíceis ou perturbadoras através da diminuição da função respiratória junto com a contração da musculatura corporal, constituindo assim as couraças musculares do caráter. É a mais primitiva forma de proteção, diminuir a respiração e contrair o diafragma, qualquer criança sabe disso instintivamente. Por outro lado, quando estamos felizes e sentindo prazer, nossa respiração se torna fluida, ondulatória e harmoniosa. Quando ansiosos ou raivosos, ela se encurta, fica superficial e rápida, preparando o corpo para luta ou fuga. Estamos o tempo todo trocando com o meio ambiente através da respiração. É o primeiro sistema a se alterar, e também a nossa despedida deste mundo. Todo o bloqueio emocional é acompanhado de um padrão respiratório alterado e limitado (Boadella, 1985). Em terapia existem várias técnicas respiratórias que visam alguma meta: tranquilizar, descarregar emoções, aumentar a concentração, relaxar, etc.,

A Respiração Integrativa Orgástica® é uma ferramenta desenvolvida em anos de atendimentos e trabalhos com grupos e congressos e que tem por objetivo a descarga e regulação emocional através do prazer.

Lowen afirmava que o bloqueio da respiração é uma das principais formas de encorajamento e por sua vez, os distúrbios respiratórios ocorrem devido a padrões inconscientes de contenção ou tensões musculares. Se podemos contrair e baixar nossa



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HENRIQUES, Antônio Roberto; HENRIQUES Alessandra Eisenreich. Respiração integrativa orgástica – uma sessão terapêutica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

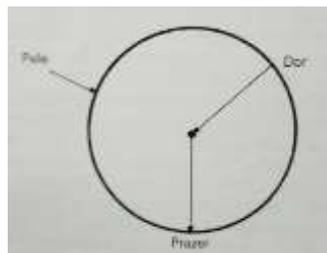
energia, podemos também, conscientemente, aumentar o fluxo, relaxar o sistema, respirando acessando o conteúdo emocional e processando esse desequilíbrio.

O organismo encouraçado não percebe a corrente plasmática, o que prejudica o seu contato com o processo vital e a compreensão de suas funções; assim como todo o impulso natural, especialmente a função natural do amor é obstruída, tornando-se destrutiva, comprometendo a saúde emocional.

O sistema nervoso parassimpático opera na direção da expansão, 'para fora do eu, em direção ao mundo', do prazer e da alegria; ao contrário o sistema nervoso simpático opera na direção da contração, 'para longe do mundo, para dentro do eu', da tristeza e do desprazer. O processo vital consiste numa contínua alternância entre expansão e contração (Reich, 1986, pág. 245).

Apesar de cada organismo ser em si único, alguns processos são similares e tem resultados esperados. Enquanto algumas técnicas utilizam o aumento energético através de algumas praticas até resultar nas catarses, com essa técnica, procuramos manter a energia na superfície da pele, juntando movimentos específicos de ondulação alternando movimentos do peito (entrega) e da pélvis (genitalidade) à respiração circular (sem pausas entre a inspiração e a expiração, um fluxo contínuo) fazendo com que a energia se desloque no corpo no sentido céfalo-caudal, da cabeça em direção aos pés, passando por todas as couraças. Quando a energia se concentra na pélvis, altera-se os movimentos ondulatórios para um movimento de impulso que visa estimular a energia pelas pernas em direção aos genitais. Com este complexo caminho percorrido, a pélvis se enche de energia e ocorrem as descargas bioenergéticas.

A importância de se manter a energia na superfície da pele é explicada através de ativar a excitação biológica aumentando a carga energética, de dentro para fora. Na raiva também ocorre um aporte energético, só que em direção aos músculos. Segundo Lowen (1990, pág. 20) a dor ou o medo produzem contração e diminuem a carga na superfície. O prazer produz expansão e cria um aumento de carga na superfície: pele olhos, zonas erógenas.



Quando há a passagem de energia pelas couraças, a sensação é como pulsações, ondulações em partes liberadas do corpo. A energia se movimenta para cima em direção à



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HENRIQUES, Antônio Roberto; HENRIQUES Alessandra Eisenreich. Respiração integrativa orgástica – uma sessão terapêutica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

cabeça e para baixo em direção aos genitais, estas sensações podem, a princípio, gerar novas corações, o organismo se vê em conflito entre o impulso e o bloqueio, podendo gerar mais angústia. Outro fato que ocorre é a entrega do indivíduo aparece cada vez mais forte, assim como o desenvolvimento de correntes e sensações orgonóticas.

Na busca por uma forma de terapia que fosse viável sem transitar pelos caminhos da dor e mesmo assim, conseguisse obter a descarga bioenergética de emoções reprimidas foi tomando forma com o estudo do movimento da energia nas situações de prazer, onde observa-se ela indo do centro do corpo para a superfície da pele como vemos a seguir:

Na excitação sexual, os vasos periféricos se dilatam. Na angústia, sente-se uma tensão interior centralizada como se fosse explodir, os vasos periféricos se contraem. O pênis sexualmente excitado expande-se. Na angústia, contraí-se. As fontes de energia ativa encontram-se no “centro da energia biológica”. É na periferia que encontramos as suas áreas de funcionamento, em contato com o mundo, no ato sexual, na descarga orgástica, no trabalho, etc. (Reich, 1975 pág. 228).

A ação direta nos músculos como forma de liberar essa estase energética e com isso parte da história pregressa do cliente é possível na terapia corporal através de várias técnicas de massagem, fazer isso unindo técnica respiratória e a consciência do fluxo energético na superfície da pele, sensibilizando o corpo como um todo indivisível torna o uso de Respiração Integrativa Orgástica® uma ferramenta bem vinda na terapia corporal. Se permitir atuar com a experiência da sensação de prazer, sem a carga de culpa que isso poderia gerar e ter a possibilidade de ainda trabalhar seus processos, faz dessa técnica um instrumento prático e eficiente.

Observa-se que na dissolução de um espasmo muscular não só a história da repressão aparece como também o significado de como ela apareceu, a couraça é a forma como a criança suportou a experiência e se protegeu, impedindo o funcionamento natural. A neurose tem em si a expressão de uma perturbação crônica do equilíbrio vegetativo e da motilidade natural (Reich, 1975, pág. 255). Na terapia é necessário que se chegue até este núcleo de funcionamento neurótico para assim, dissolvê-lo, recuperando a flexibilidade e a energia que estava em estase. O objetivo é restaurar no indivíduo sua motilidade sexual e sensibilidade biológica.

Desvincular a terapia do sofrimento, abrindo uma nova alternativa, ou seja, levando para o prazer, sem ser através do tantra ou mesmo toques genitais diretos, é um desafio em uma sessão terapêutica. Mostrar que pela respiração e movimentos corporais pode-se



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HENRIQUES, Antônio Roberto; HENRIQUES Alessandra Eisenreich. Respiração integrativa orgástica – uma sessão terapêutica. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

trabalhar com a ressignificação de experiências traumáticas ou conflitos e que sim, depende da colaboração direta do cliente.

REFERÊNCIAS

BOADELLA. D, **Nos caminhos de Reich**. São Paulo: Summus, 1985.

LOWEN, A. **Amor, sexo e seu coração**, São Paulo: Summus, 1990.

REICH, W. **Análise do caráter**, São Paulo: Martins Fontes, 1998.

REICH, W. **A função do orgasmo**. São Paulo: Ed. Brasiliense, 1986.

REICH. W. **O éter, deus e o diabo**. São Paulo, Martins Fontes, 2003.

AUTORES e APRESENTADORES

Antonio Roberto de Sousa Henriques / Porto Alegre / RS / Brasil

Orgonoterapeuta (CRT-38833), Terapeuta de Vidas Passadas pelo Instituto de Renascimento de São Paulo/SP, Terapeuta Xamânico e Acupunturista. Formação em Psicoterapia Somática pelo Instituto Sul Americano de Psicoterapia e Educação Somática, Especialização em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano/PR e Formação como Terapeuta Xamânico pela Humaniversidade Holística/SP. Professor de terapias corporais e alternativas e ministrante de trabalhos em grupos terapêuticos, workshops, palestras, cursos e empresas. Fundador do Centro de Treinamento Holístico em Porto Alegre/RS.

e-mail: antonioterapeuta@hotmail.com

Alessandra Eisenreich Henriques/ Porto Alegre / RS / Brasil

Bioterapeuta (CRT-45782), com especialização em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano/PR, graduanda em Psicologia/FADERGS/RS. Terapeuta de Vidas Passadas, Curso de Renascedora, Training em Massagens Bioenergéticas, Terapeuta de Massagem Tui Ná. Ministrante de trabalhos em grupos terapêuticos, workshops, cursos e empresas. Diretora do Centro de Treinamento Holístico, em Porto Alegre/RS.

e-mail: nani0212@yahoo.com.br

Este artigo veio acompanhado da DECLARAÇÃO DE CIÊNCIA DA NÃO VIOLAÇÃO DE DIREITOS AUTORAIS DE TERCEIROS, de posse do Centro Reichiano.