



CORPO: ÁRVORE DA VIDA

**Gabriele de Oliveira Ribas
Virginia Maria Pereira da Rocha**

RESUMO

O corpo humano pode ser compreendido a partir do símbolo da árvore da vida. O grounding é um dos principais conceitos da psicoterapia corporal, e significa enraizamento, o contato com a terra, com a realidade. A árvore representa esse enraizamento, e ao mesmo tempo simboliza a ligação entre o céu e a terra, pois seus galhos apontam para o alto. O corpo se assemelha a uma árvore, na qual percorre a seiva, sendo que pelo corpo percorre a energia orgone. O corpo passa por estágios, tal qual a natureza, com suas fases de desenvolvimento. Fazer a leitura do corpo, a partir dos pés que tem formato de semente, é fazer uma viagem através desse templo vivo e criativo.

Palavras-chave: Corpo. Árvore da Vida. Grounding. Psicologia.

.....

A árvore é um dos temas simbólicos mais ricos e mais difundidos. Símbolo da vida, em perpétua evolução, transformação, nascimento e renascimento. Conectada a terra, mas em ascensão para o céu. Alguns pensadores (LELOUP, 2007; BERNARDO, 2008) apontam para uma relação entre o corpo humano e a árvore da vida como uma metáfora, carregada de sentidos e significados.

A árvore põe igualmente em comunicação os três níveis do cosmo: o subterrâneo, através das suas raízes; a superfície da terra, através de seu tronco e galhos inferiores e as alturas, por meio dos galhos superiores. As suas raízes mergulham no solo e seus galhos se elevam para o céu, assim a árvore é considerada o símbolo da relação entre o céu e a terra; é vista como o eixo do mundo e fonte de vida. (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2007).

A árvore reúne todos os elementos da natureza: a água circula com sua seiva, a terra integra-se ao seu corpo através das raízes, o ar lhe nutre as folhas, e dela brota o fogo quando se esfregam seus galhos um contra outro (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2007).

A árvore está relacionada a uma imagem simbólica de comunicação entre o céu e a terra. Assim como a escada, a montanha, o pássaro, o arco-íris



e a fumaça também representam pontes de comunicação para se chegar mais próximo do céu.

O tronco da árvore é como o eixo que liga o céu a terra. Pode ser relacionado simbolicamente ao eixo que liga o ego (centro da consciência) ao Self (centro da totalidade psíquica), por onde circulam os símbolos, que são como a seiva da árvore psíquica (BERNARDO, 2008). O símbolo é o visível que aponta para o invisível.

Os galhos se expandem, formando a consciência coletiva. Entrelaçados, os galhos lembram a trama do inconsciente coletivo. As potencialidades do inconsciente vão sendo trazidas à realidade. Os alquimistas diziam: “assim em cima como embaixo, assim dentro como fora, esse é o mistério de todas as coisas que, no fundo, compõe uma única realidade, uma no céu e múltipla na terra.” (BERNARDO, 2008, p. 82)

Falar do corpo como “árvore da vida” é trazer uma metáfora que aponta para o simbolismo do corpo humano. Um dos principais conceitos da psicoterapia corporal é o *grounding*, que corresponde ao enraizamento da árvore. A seiva percorre a árvore, tal qual a energia orgone percorre o corpo.

Podemos imaginar nosso corpo semelhante a uma árvore. Se a seiva está viva em nós, ela desce às nossas raízes e sobe até os mais altos galhos. É do nosso enraizamento na matéria que depende nossa subida para a luz. É da saúde dos nossos pés e de seu enraizamento, é da força e da sua elasticidade de nossa coluna vertebral, é da abertura e do fechamento de nossas mãos, que pode nascer o gesto vivo. (LELOUP, 2011, p.18)

Bernardo (2008) diz que somos como árvores numa floresta. Cada árvore da floresta tem uma área ao seu redor que precisa ser respeitada e preservada – seu espaço sagrado. Se duas sementes são plantadas muito próximas, desconsiderando um mínimo de espaço ao seu redor, uma delas não sobrevive e morre. Da mesma forma, cada corpo humano possui o seu “espaço sagrado” – o seu corpo – que constitui sua intimidade, sua identidade e sua consciência física. A pele delimita o corpo. É o maior órgão do ser humano.

O corpo do ser humano é a prova viva de suas experiências passadas. Índícios sobre o funcionamento da pessoa no mundo vão sendo dadas, por



exemplo, por meio da respiração quando esta é contida, das tensões que modificam a mobilidade e a estrutura do pescoço, da voz infantilizada e pouco audível, dos olhos que não fazem contato com o interlocutor ou dos pés sem contato com o chão.

A palavra pé, *podós* em grego, está relacionada à palavra *paidós*, que significa criança. Assim, o pedagogo cuida da criança. E cuidar do ser humano é também cuidar dos seus pés, que significa também cuidar da criança que existe dentro de cada um. Dessa forma, reencontrar a inocência, o prazer de viver e espontaneidade da criança, assim como a base dos pés, para todo o equilíbrio do corpo, da psique e do espírito (LELOUP, 2011).

O grounding, ou enraizamento, é muito importante para o desenvolvimento saudável e pleno do ser humano. Os pés precisam ter contato firme e consciente com o chão, tal qual uma árvore enraizada. Quanto mais enraizada, mais forte, consistente e estável é a árvore. Quanto mais enraizado, mais consciente de si e do mundo o ser humano viverá.

Leloup (p. 28, 2011) pergunta: “Quais são as nossas raízes?” A expressão “planta dos pés” clama por raízes. O terapeuta pode ajudar alguém a reencontrar suas raízes. Reerguer-se, alinhar-se, encontrar o centro do seu ser, seu equilíbrio interior e exterior. Segundo o autor, os pés são nossas raízes na terra e os cabelos são nossas raízes no céu.

O corpo contém a história de uma pessoa, a sua personalidade, o seu inconsciente. Para alcançar a história de uma pessoa, pode ser que ela mesma conte tudo o que puder lembrar. O que não lembra ou, por algum motivo, não pode, não quer contar, o corpo espelha (LADAS, s/d *apud* VOLPI&VOLPI, 2003). Desse modo, o corpo fala simbolicamente, se expressa e se comunica, tornando o inconsciente visível das relações.

O que primeiro pode se notar no corpo de uma pessoa quando se procede a leitura corporal é a harmonia do corpo como um todo e entre suas diferentes partes (direita/esquerda; em cima/em baixo; cabeça/corpo; membros/tronco, etc.). Outro ponto primordial a se observar na leitura corporal é a respiração, que pode ser superficial ou profunda, pode mobilizar mais o abdômen ou mais o peito, levando à conexão ou à desconexão em relação às emoções. (VOLPI&VOLPI, 2003)



Também é importante considerar a qualidade de contato do corpo consigo mesmo, com o ambiente, com as pessoas, através do grounding, dos olhos e das periferias do corpo (observando cor, temperatura, vitalidade de mãos, pés, etc.).

Leloup (2011) explica que temos em nosso corpo três estruturas em forma de semente: os pés, os rins e as orelhas. E existe uma conexão entre eles. Os pés escutam a terra e nos enraizam na matéria. Os rins estão à escuta das nossas mensagens interiores. Os rins filtram o sangue das impurezas. Quanto às orelhas, nos convidam a arte da escuta. A partir dessa semente, poderão vir flores e frutos.

O papel do terapeuta é permitir a livre circulação da energia e da vida no corpo. Geralmente, as partes do corpo mais severamente atingidas pela tensão que bloqueia os sentimentos são: os olhos, a boca, o pescoço, os ombros, o peito, o diafragma, o abdômen, a coluna (especialmente a lombar), a virilha, os joelhos, tornozelos e pés.

Leloup (2011) lembra que o equilíbrio da vida espiritual depende, de certa maneira, do enraizamento. Das raízes. E se as raízes são saudáveis, toda árvore é saudável. Algumas vezes somos jardineiros, muito atentos à flor e ao fruto, mas esquecemos as raízes, esquecemos os pés. É por lá que devemos começar os cuidados. É a base.

Quando se fala em corpo, fala-se em respiração, em movimento, em sentimento, em auto-expressão, em sexualidade. E é através do corpo, superando as barreiras impostas pelas restrições que se desenvolvem como forma de sobrevivência, que se chega à liberdade, à graça e a beleza. A liberdade é a ausência de restrição a sentimentos e sensações; a graça é a capacidade de expressão e a beleza é a harmonia.

As raízes da árvore podem simbolizar o inconsciente pessoal de cada um. Olhando-se com mais profundidade, perceber-se-ia um emaranhado, uma teia, uma trama de raízes entrelaçadas, que podem estar associadas ao inconsciente coletivo. Cada árvore, assim como cada ser humano, nasce a partir dessa trama coletiva e a partir disso se individualiza, tornando-se único. (BERNARDO, 2008).



A semente precisa ser acolhida em terra fértil. Precisa receber luz, água, nutriente. Do mesmo modo, o ser humano, especialmente no início da sua vida, precisa ser acolhido, cuidado, nutrido, possibilitando seu crescimento saudável e seguro.

Nosso corpo registra todos os acontecimentos vividos durante a nossa vida. “O corpo é a nossa memória mais arcaica. (...) Cada acontecimento vivido, particularmente na primeira infância e também na vida adulta, deixa no corpo sua marca profunda”. (LELOUP, 2011, p. 15)

As etapas do desenvolvimento emocional pelas quais uma criança passa desde a sua concepção até a adolescência é algo extremamente importante, porque é durante essas etapas que irão se organizar o temperamento, a personalidade e o caráter.

As etapas representam momentos de passagem que induzem à incorporação de experiências vividas e determinam a entrada e a saída de uma etapa à sucessiva. Cada etapa é caracterizada por fenômenos específicos que desde o início trazem consigo, na bagagem genética da célula, valores biofisiológicos, emocionais-afetivos e intelectivos. São esses valores que serão transmitidos para todas as demais células do corpo durante o processo de desenvolvimento e que, aos poucos, irão sendo acrescidos das experiências que a criança vivenciar. (VOLPI&VOLPI,2008).

A base do desenvolvimento de 0 a 2 anos é marcada potencialmente pela amplitude das experiências sensoriais (visão,audição,tato, paladar, olfato) e da ação motora da criança e sua interação com o meio. A associação desses aspectos a um universo de vivências diversificadas constituirá a essência e fecundidade desse período.

Compreender o corpo humano é fazer uma jornada de autoconhecimento a partir da planta dos pés, subindo pela árvore da vida, até a consciência humana. “O homem é o seu próprio livro de estudo. Basta ir virando as páginas, até encontrar o autor”. (LELOUP, 2011)

O corpo registra as etapas da evolução da consciência. De acordo com Reich, os estágios do desenvolvimento denominam-se ocular, oral, anal, fálico e genital.



No Estágio Ocular, além dos sentimentos e sensações generalizadas do corpo, a zona ocular é o primeiro contato específico do bebê com o meio ambiente. Um contato completo é vital ao desenvolvimento geral, na medida em que promove a sensação de aceitação e de bem-estar, encorajando a expansão e a busca no meio ambiente. O desenvolvimento dos olhos e a visão binocular ficam impedidos ou inibidos na falta de um contato amoroso. (BAKER,1980).

O bloqueio nesse segmento impede o primeiro contato com a realidade, que se dá no momento do nascimento. Esse primeiro segmento entra em função durante os primeiros 10 dias após o nascimento (VOLPI &VOLPI, 2003).

No Estágio Oral a boca garante os meios de ingestão de comida, líquidos, ar, da comunicação vocal, da expressão emocional e do contato erótico. O contato é vital para o desenvolvimento e até mesmo para a vida em si. O contato com a mãe é de importância fundamental para o bebê. Durante nove meses faz parte intrínseca de seu corpo e, mesmo depois do nascimento, continua sendo dependente em alta escala. (BAKER,1980).

É o segmento da oralidade que pode ser bloqueado durante os primeiros nove meses de vida, por consequência de uma amamentação deficitária ou de um desmame precoce ou brusco. Um desmame tardio tem as mesmas consequências. O nível da boca é o da tendência à depressividade. (VOLPI &VOLPI, 2003)

O Estágio Anal ocorre entre os dois e três anos de idade, depois que o esfíncter anal tiver passado a ser um órgão funcional. A sensação de satisfação e de orgulho que a criança vivencia quando produz um movimento intestinal é extremamente importante para ela. Nesse instante, estará aprendendo a separar-se de sua mãe e a formar uma identidade independente (BAKER,1980). Se esta função natural e sua emoção correspondente (orgulho, senso de realização) sofrerem interferências, estará sendo distorcida uma parte crucial da personalidade da criança.

O Estágio Fálico em geral acontece aos quatro anos de idade, mas poderá dar-se antes ou mais tarde, dependendo do desenvolvimento da criança. Apesar de ser um estágio do desenvolvimento genital, ainda se mostra indiferenciado. Em geral é um orgulho transitório pela descoberta do genital,



que progride até se transformar numa apreciação completa das funções masculina ou feminina deste órgão. (BAKER,1980).

No Estágio Genital, se ocorre uma realização positiva até este estágio, dele resultará um caráter sadio no qual os genitais são usados na sua função natural de amor adulto. Baker (1980, p.50) assinala que esta etapa é marcada por “(...) um orgulho transitório pela descoberta do genital, que progride até se transformar numa apreciação completa das funções masculina ou feminina deste órgão”. (BAKER,1980,p.47). Trata-se de um estágio diferenciado no qual se dá a identificação com o mesmo sexo.

Tanto o crescimento físico quanto o desenvolvimento emocional de uma pessoa podem ser traduzidos numa história: a que já está escrita antes mesmo do nascimento, nos genes das células que são transmitidos a outras células. Portanto a história de uma pessoa inicia-se bem antes do nascimento. Parte dela já está inscrita nos genes e outras partes vão sendo escritas de acordo com as experiências de vida.

Assim como a semente traz em si potencialidades, o ser humano também. E o meio auxilia o desenvolvimento e a transformação da essência em realidade, e a transformação de semente, em árvore.

Para finalizar, um belo pensamento de Leloup (2011) diz que quando for tocar alguém, nunca se deve tocar só um corpo. É importante lembrar que está tocando uma pessoa e que nesse corpo está toda a memória de sua existência. Mais profundamente ainda, quando tocar um corpo, é importante estar atento que se toca um Sopro, que este Sopro é de uma pessoa com seus entraves e dificuldades e, também é o grande Sopro do Universo. Assim, quando tocar um corpo, na verdade se está tocando um Templo.

Desse modo, tocar o corpo é tocar a essência da natureza, a árvore da vida, o eixo do mundo, o orgone, a energia, o sopro. Cada gesto é sagrado, cada toque é profundo, pois a energia circula no corpo, como a seiva na árvore. O símbolo da árvore traz uma metáfora para o corpo e para a vida, que se espelha na natureza para crescer, desenvolver-se e evoluir.

.....



REFERÊNCIAS

BAKER, E. F. **O Labirinto Humano**: as causas do bloqueio da energia sexual. São Paulo: Summus, 1980

BERNARDO, P. P. **A prática da arteterapia**: correlação entre temas e recursos. Vol I. São Paulo: editado pela autora, 2008

CHEVALIER, J. GHEERBRANT, A. **Dicionário de símbolos**: mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números. 21.ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2007

LELOUP, J. **O corpo e seus símbolos**: uma antropologia essencial. 19. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

VOLPI, J.H&VOLPI, S. M. **A Análise Bioenergética**. Curitiba; Centro Reichiano, 2003

VOLPI, J.H&VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2008

VOLPI, J.H&VOLPI, S. M. **Da Vegetoterapia à Descoberta da Energia Orgone**, Curitiba: Centro Reichiano, 2003

AUTORAS

Gabriele de Oliveira Ribas/SC – Psicóloga Clínica (CRP 12/07419) Especialista em Arteterapia e Psicologia Transpessoal. Terapeuta expressiva; Desenvolve palestras, oficinas criativas e de autoconhecimento. Atua como psicoterapeuta e coordenadora do Espaço Essência Criativa do Ser, em Balneário Camboriú-SC. Sócio-Fundadora da ACAT (Associação Catarinense de Arteterapia).

E-mail: ribasgabriele@yahoo.com.br

Virginia Maria Pereira da Rocha/SC - Pedagoga, Orientadora e Supervisora escolar especialista em Psicomotricidade pelo Instituto Brasileiro de Medicina e Reabilitação do Rio de Janeiro. Ministra palestras e oficinas relacionadas à estimulação essencial e educação psicomotora. Acadêmica do 7º período do curso de Psicologia.

E-mail: viverocha23@gmail.com