



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. A voz do corpo e o corpo da voz. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN – 978-85-87691-23-1]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

1

## **A VOZ DO CORPO E O CORPO DA VOZ**

**Esdras Guerreiro Vasconcellos**

### **RESUMO**

Produzida por um aparelho relativamente débil em sua estrutura a voz é, no entanto, um dos mais importantes elementos de expressão do ser humano. Com suas qualidades corporais (timbre, volume, ritmo, articulação) ela torna conhecidos os mais complicados processos interiores de nossa mente. Da integração dessas duas dimensões depende a transmissão de nossos pensamentos, desejos e pulsões para o mundo exterior. Naturalidade, autenticidade, empatia, segurança corporificam nossos estados emocionais. Geralmente não sabemos antes o que diremos alguns minutos depois. Nem conteúdo, nem as palavras a serem pronunciadas. Tão pouco decidimos, conscientemente, sobre as acentuações e nuances comunicativas. Nossa voz nos revelará. A Neurociência tem feito descobertas surpreendentes sobre ativações neuronais na área temporal ventral que cria nossos enredos independente de nossa vontade consciente.

**Palavras-chave:** Corpo, Voz, Emoções, Intenção, Neurociência

.....

*Eu estava com saudade e telefonei só para ouvir sua voz!* Ao ler essa frase deve ter passado por sua mente, por alguns milésimos de segundo, a lembrança de ter ouvido isso de alguém ou o desejo de que tal fato viesse acontecer. Se apenas ler sobre isso já proporciona satisfação, imaginemos o que realmente aconteceria se esse fato se tornasse verdade e você, realmente, recebesse um telefonema com esse conteúdo. Escutar de alguém que está com saudade e querendo ouvir nossa voz, nos deixa lisonjeado e acarinhado. Fica a impressão de que nossa voz causa um bem-estar profundo na alma da outra pessoa a ponto dela sentir necessidade desse contato.

São inúmeras as canções e poesias que ressaltam a voz como um fenômeno especial capaz de proporcionar uma sensação extraordinária. Em alguns casos, única. *Nunca me esqueci do que ela me disse, ainda ressoa vivamente nos meus ouvidos e memória!* confessava Alberto numa expressão de tristeza e, ao mesmo tempo de alegria.



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. A voz do corpo e o corpo da voz. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN – 978-85-87691-23-1]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

2

Um dos grandes sucessos de Stevie Wonder fala do desejo de fazer uma confissão: *I Just call to say I Love you*. Violeta Parro em *Gracias a La Vida*, agradece de forma poética e encantadora o dom de ouvir a voz de pássaros e da pessoa amada:

*Gracias a la vida que me ha dado tanto  
Me ha dado el oído que, en todo su ancho,  
graba noche y día grillos y canarios,  
martillos, turbinas, ladridos, chubascos,  
y la voz tan tierna de mi bien amado.*

### **1. A voz do corpo**

Também no âmbito da Psicoterapia utilizamos muito mais a voz do que nosso corpo ou a leitura (Biblioterapia) como instrumento de intervenção. Milton Erickson escreveu um célebre livro sobre essa questão com o título *Minha voz irá contigo* (1). Ele sabia que o que tinha dito na sessão de terapia ressoaria na mente e na lembrança de seus pacientes e isso lhes serviria de apoio em algum momento difícil.

O que não dizemos vira um nó na garganta, um sussurro abafado no silêncio, uma postura corporal ou, em muitos casos, uma possível metalinguagem. A doença é uma delas. São inúmeros os artifícios que desenvolvemos para que seja dito o que necessita ser expressado. A jovem adolescente não fala de sua vergonha pelos seios que estão crescendo, curva-se e contrai o tórax. O olhar distante do velho demonstra sua amargura e desesperança na felicidade. A mão que bate rítmica na grade da cama da UTI repete as batidas do coração enfraquecido que ameaça parar.

Oliver Sacks (2) conta de uma paciente que teve um amplo derrame cerebral e perdeu a fala. Podia apenas olhar e fazer mímica. *Eu estava com uma coca-cola diet na mão quando ela olhou para a latinha. Perguntei: você quer um gole? Ela fez sim com a cabeça. Tudo mudou nesse instante, contou seu marido, não cabendo em si de feliz. O corpo sem voz fala.*



### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. A voz do corpo e o corpo da voz. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN – 978-85-87691-23-1]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

3

É provável que as coisas mais importantes de nossa vida tenham sido ditas sem palavras, todavia, pelo simples fato de termos sido dotados pela natureza com esse dom, somos sempre exigidos a nos pronunciarmos. Alguns sabem fazê-lo com moderação, outros se tornam tagarelas.

Certas pessoas não confiam plenamente na sua capacidade de perceber e necessitam da palavra. *Ele nunca disse que me ama* reclamava Beatriz. Todas as outras provas de amor não lhe eram suficientes, ela necessitava ouvir a voz de seu marido fazendo-lhe tal confissão.

Chico Buarque de Hollanda coloca em versos o que acontece quando nossa voz nos trai:

*A voz foi infiel trocando de traqueia  
E o dono foi perdendo a voz  
E o dono foi perdendo a linha – que tinha  
E foi perdendo a luz e além  
E disse: Minha voz, se vós não sereis minha  
Vós não sereis de mais ninguém*

Na depressão o medo da vida emudece a voz. Na insegurança ela se torna oscilante, gaguejante, entremeada de cacoetes, vícios e ruídos. *Pela voz dele eu já sei como ele está!* afirma a mãe que bem conhece seu filho, a esposa que está sintonizado no seu marido, a secretária atenta ao humor de seu chefe. E muitas, afirmam convencidas saber, pelo jeito de falar, quando alguém está mentindo.

Frequentemente as doenças da voz estão numa relação direta com os sentimentos vividos, recalcados, ansiosos, desejados. Quando eles *não saem* ficamos *engasgados*. Nesses casos a doença ganha status de símbolo. O alívio e a satisfação de poder finalmente expressar o que há anos gostaríamos de ter dito, traz a cura.

Irving Yalow <sup>(3)</sup> narra no seu famoso pesquisa-romance a história de Josef Breuer e sua peculiar estratégia para poder tratar o quadro clínico complicado e crônico que estava devastando a vida do eminente filósofo alemão Frederich Nietzsche.



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. A voz do corpo e o corpo da voz. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN – 978-85-87691-23-1]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

4

LeDoux (4) afirma que “...as pessoas costumam enganar-se quando se trata das razões íntimas de suas atitudes e sentimentos” e Nietzsche tentava negar para si mesmo e ocultar dos médicos que sofria daquela forma por causa de sua inadequação social crônica. Ela o impediu, não apenas de continuar docente na Universidade da Basileia, mas também de manter qualquer relação íntima duradoura com uma mulher.

Embora sofresse de alguns desses males há já quase uma década eles tinham piorado de forma perigosa nos últimos meses, por conta de seu encontro e encanto com Lou Salomé. Somente quando conseguiu irromper num intenso e incontrolável choro e teve a coragem de confessar a si mesmo e ao seu médico sua solidão sua história mudou. Revelou então, que a única pessoa que conseguira preencher seu vazio existencial teria sido ela, e, num acesso de ira, bravejou: “*aquela safada!...ela me usou...(ela agiu) em benefício próprio, para realizar o destino dela*”. Após superar seu orgulho ele conseguiu enfim aplacar sua dor de cabeça infernal.

E Nietzsche concluiu então: “*Eu sou minha doença e meu corpo, mas eles não são eu*”.

Essa história retrata com beleza e pertinência um caso profundamente psicossomático ou psiconeuroendocrinoimunológico onde a realidade biológica está intimamente relacionada à questão emocional e existencial do que é dito e do que é calado, abafado, ignorado ou dissimulado.

## **2. O Corpo da Voz**

Ao falar somos movidos pela intenção. Ela pode nos ser consciente ou inconsciente, planejada ou espontânea, suave ou agressiva, conciliadora ou provocadora, afirmadora ou reprovadora, acolhedora ou rejeitadora. E, ademais, de tantas outras qualidades. Para cada matiz existe uma voz adequada. A coerência do que intencionamos dizer se dá através da postura corporal (metalinguagem) e da linguagem oral (volume de voz, ritmo, ênfase, inflexão, pausas, vocabulário, expressividade).



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. A voz do corpo e o corpo da voz. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN - 978-85-87691-23-1]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

5

Somos todos extremamente sensíveis às nuances da voz. Desde a infância, mesmo quando não dominamos a linguagem oral e não aprendemos ainda a arte da comunicação humana, reagimos à voz de nossos pais com um sorriso ou com um biquinho de choro.

A voz cantada (canção) é fonte de imenso prazer e capaz de nos proporcionar sentimentos que vão da mais profunda tristeza ao êxtase.

Estruturada pelo aparelho fonador ela ganha dimensões de expressão que tudo revela sobre nosso estado psíquico. Dessa forma, naturalidade, clareza, autenticidade, segurança, empatia, entusiasmo e inúmeros outros coloridos do mundo interior ganham forma e *gestalt*.

A voz serve à linguagem e pode ter com ela uma relação de autonomia ou de simbiose. A compulsão de falar é um bom exemplo dessa simbiose. Quando Wittgenstein <sup>(5)</sup> afirma que *tudo que pode ser pensado pode ser dito corretamente*, ele não está exigindo porém que tudo tenha de ser expressado. Contrapõe-se a tal pensamento o provérbio *dizer é prata, calar é ouro*. Naturalmente que não nos referimos aqui ao silêncio-omissão.

A voz fornece identidade, auto-estima e inteligibilidade comunicativa. Em tudo que expressamos está presente um investimento pulsional e afetivo que revela nosso eu, personalidade, temperamento e, sobretudo, nossa energia vital.

No filme *A última tentação de Cristo* de Martin Scorsese o personagem central Jesus, conta a Judas que, movido por sentimentos de ira ele dirigiu-se ao povo para acusar-lhes e recriminar-lhes, mas quando abriu a boca e começou a falar o que saiu foram palavras de amor. E justifica essa inversão entre intenção e ação com a vontade de Deus. *Não era eu quem estava falando ali, era Deus que falava através de mim*, conclui.

Estudos avançados de Neurociência têm demonstrado que antes mesmo que tenhamos conhecimento (consciência) da execução de um comportamento, o cérebro humano parece determinar o que será feito. Independente de nossa vontade ele cria um *setting* de *Coping* que será, logo mais tarde, executado pelo hipotálamo. Acompanhando a atividade cerebral na área temporal ventral esquerda em tempo *online* (1 milésimo de segundo) Polk



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. A voz do corpo e o corpo da voz. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN - 978-85-87691-23-1]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

6

e Farah (2002) <sup>(6)</sup> perceberam que essa atividade determinava qual palavra seria pronunciada 29 milésimos de segundo depois. Eles inferiram daí que a intenção surge no cérebro antes do ato e que este é apenas expressão de uma determinação inconsciente.

Escolhamos um nome qualquer que contenha algum significado afetivo para nós. Se, de olhos fechados repetimo-lo inúmeras vezes perceberemos que com o tempo ele começará a perder, gradativamente, seu significado sentimental. Se antes despertava alguma vibração emocional ele agora parece ter se tornado oco. Transformou-se em um *som puro*. Se, numa postura meditativa, insistirmos em repeti-lo uma nova sensação se estabelecerá. Nova, desconhecida e inédita. Ele passará a ressoar por todo o corpo como se tal estivesse numa caixa de ressonância pessoal e individual. O som ganhará conotações intimamente ligadas à nossa história de vida. Perceberemos, por fim, que a voz, mesmo continuando produção corporal, se tornará independente da linguagem.

A complexidade interior do aparelho nervoso e psíquico na construção do que dizemos e a expressão precisa desse conteúdo através de palavras, entonações, timbres e intensidades demonstra uma riqueza inesgotável de possibilidades de nosso corpo.

*Foi Deus que deu voz ao vento (...) e deu-me essa voz a mim*, louva uma linda canção portuguesa o dom da voz.

#### **REFERÊNCIAS**

ERICKSON, MILTON: **Minha voz irá contigo**, Editorial Psy II, Campinas, 1994

LeDOUX, JOSEPH: **O Cérebro Emocional**, Editora Objetiva, Rio de Janeiro, 1998, pag. 30

POLK, T. A. and FARAH, M. J., 2002: **Functional MRI evidence for an abstract, not perceptual word form Area**. J. Exp. Psychol. Gen131(1): 65-72.

SACKS, OLIVER: **O olhar da Mente**, Companhia das Letras, São Paulo, 2010, pag. 40



**COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

VASCONCELLOS, Esdras Guerreiro. A voz do corpo e o corpo da voz. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII, XIII, 2013. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. [ISBN – 978-85-87691-23-1]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

WITTGENSTEIN, LUDWIG: **Tractatus logico-philosophicus**, 3. ed. São Paulo: Edusp, 2001. pag. 294

YALOM, IRVING: **Quando Nietzsche chorou**, Ediouro, Rio de Janeiro, 2003, pag. 80-81; 83; 86-87; 403.

.....

**AUTOR**

**Esdras Guerreiro Vasconcellos / São Paulo / SP / Brasil** - Psicólogo, Doutor em Psicologia e Medicina Psicossomática pela Universidade de Munique, Alemanha; Docente de Pós-Graduação do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo; Diretor Científico do Instituto Paulista de Stress, Psicossomática e Psiconeuroendocrinologia; Ex-Pesquisador-Assistente do Instituto Alemão para o Avanço da Ciência Max Planck; Membro da Academia Paulista de Psicologia

**E-mail:** [esdras@interciencias.com.br](mailto:esdras@interciencias.com.br)

