COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO
MACCARINI, Renato Moretto. Coração... Coragem.. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais.** 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

CORAÇÃO... CORAGEM

Renato Moretto Maccarini

RESUMO
Coração, o imperador de nossas emoções, onde os braços se enraízam e tem como seus ramos as mãos capazes de dar e receber, bater e acariciar. Através do coração podemos nos aproximar ou nos afastar, abraçar ou empurrar. É o imperador quem mais sofre quando seu reino – o corpo – padece perante os caprichos da mente. Quando ela quer esconder o que ele sente... quer mostrar que não se intimida perante alguns desafios, desconsiderando que mesmo para sentir medo é preciso ter coragem.

Palavras-chave: Coração. Coragem. Corpo. Emoção. Medo.

Nosso foco neste trabalho é o coração, órgão que se forma a partir do mesoderma antes de um mês após a concepção e começa a bater em torno de 160 vezes por minuto, batimentos estes que vão diminuindo até o nascimento e só param quando a vida se esvai.

É no peito que estão localizados o coração e os pulmões órgãos que simbolizam e correspondem emocionalmente a alegria e a tristeza respectivamente, ou seja, emoções opostas e complementares entre si. Também é no peito onde, segundo a somatopsicodinâmica, está armazenada a ambivalência (Navarro, 1995), vale lembrar que o medo é a principal emoção tratada por esta escola, considerado por ela como emoção primária.

Seguindo a fórmula do orgasmo proposta por Reich (1986), temos que a toda expansão existe uma contração, sendo a alegria e a coragem representantes da expansão e a tristeza e o medo sua antítese. Ao equilíbrio entre expansão e contração podemos traduzir como saúde, quando uma delas prevalece por muito tempo temos então, entre outras causas, o desenvolvimento de uma couraça e em sua continuidade uma biopatia, disso podemos concluir que precisamos de um equilíbrio dinâmico também entre estas emoções para que sejamos saudáveis.

Quando nos sentimos merecedores e realizados com nossas conquistas chegamos a "chorar de alegria", ou então quando nervosos e preocupados podemos rir e até gargalhar, oposições complementares armazenadas no peito.

Para sermos ganhadores e capazes de nossos prêmios precisamos ter coragem para conquista-los e aceita-los, mas também é preciso temperar com o medo para sermos cautelosos, caso contrário podemos margear a insanidade e acabar por perder tudo o que já foi conquistado.

Para a medicina tradicional chinesa no coração mora um imperador. É ele quem comanda tudo o que acontece em seu reino - o corpo. Para que todo o reino esteja saudável é preciso que a vida flua, ou seja, faz-se necessário que o sangue circule livremente por todo o organismo. (Bing, 2013)

Também por esta teoria sabemos que o som "HA" energiza e fortalece o coração, não é por coincidência que quando rimos trazemos alegria ao coração bem como a todo o seu reino.

Para ter um corpo saudável precisamos estar aptos a aceitar os desígnios aos quais nos colocamos. Para Dethlefsen (1997) por exemplo:

Quando nos tornamos intolerantes ou tentamos demonstrar algo para o qual não estamos preparados ou ainda quando tentamos esconder nossa fragilidade ou medo podemos desenvolver um aneurisma.

Nossa resistência as mudanças pode se transformar em arteriosclerose, ou seja, as artérias ficam entupidas evitando assim que o sangue novo alimente o corpo com oxigênio renovando nossas células com vitalidade.

Pessoas muito preocupadas com seus afazeres mas que se reprimem e não expressam seus sentimentos principalmente quando estão descontentes ou nervosas podem desenvolver pressão alta.

Esses são apenas três exemplos do que pode acontecer caso não nos entreguemos a vida. Porém, para tanto é preciso entregar-se "de coração" ao que se está vivendo no exato momento em que tudo acontece. O medo de viver plenamente o presente tem suas consequências.

É também por causa disso que os braços estão "enraizados" no coração. Eles representam nossa vontade de lutar pelo que queremos, pelos nossos desejos. Ao fim

deles estão as mãos. Com elas podemos agarrar nossos sonhos e desejos. Representam o dar e o receber, o agarrar e o largar, o bater e o acariciar, a rigidez e a docilidade, entre outros.

Se prestarmos atenção verdadeiramente as nossas sensações – o que nosso corpo sente na presença de outra pessoa - podemos ao olhar uma pessoa nos olhos e saber o que está em seu coração ou ao tocar as mãos de uma pessoa, ter ideia de sua vida pregressa; a este fenômeno Reich (1995) chamou de sensação de órgão.

Tudo isso só tem valor se soubermos em que momentos podemos agir ou simplesmente não agir no mais profundo agir pois a coragem não é somente expressa quando nos colocamos através de atitudes de ataque ou defesa, ela também pode ser expressa quando nos postamos receptivos ao outro com um forte e caloroso abraço.

REFERÊNCIAS

Bing, W. **Princípios de medicina interna do Imperador Amarelo,** São Paulo: Ícone, 2013

DETHLEFSEN, T. **A Doença como Caminho**. 12ª. ed., São Paulo: Pensamento,1997.

NAVARRO, F. **Somatopsicodinâmica.** São Paulo: Summus, 1995

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

REICH, W. **Análise do caráter.** São Paulo: Martins Fontes, 1995

AUTOR

Renato Moretto Maccarini / Curitiba / PR / Brasil – Psicólogo graduado pela Universidade Tuiuti do Pr (CRP 08/14661), massoterapeuta, especialista em análise reichiana / orgonoterapeuta pelo Centro Reichiano (MFCR 014)
E-mail: renato@maccarini.com.br