



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

O AMOR NA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA CORPORAL: UM ESTUDO NEO-REICHIANO SEGUNDO ALEXANDER LOWEN

**Cristian Glasenapp
Carlos Sapelli**

RESUMO

Este artigo apresenta um estudo teórico acerca do sentimento de amor sob o olhar da psicologia corporal, mais especificamente, a partir da teoria bioenergética de Alexander Lowen. Delineamos através dessa abordagem um percurso com relação ao sentimento de amor, levando em conta aspectos do desenvolvimento, aspectos sociais, bem como as reações propriamente corporais relacionadas ao sentimento de amor, contemplando a questão do amadurecimento dos sujeitos para a vivência do sentimento de amor maduro. Por meio da presente pesquisa, verificamos a influência da psique no sentimento de amor, mas (não somente desta), o corpo e os processos energéticos também estão intimamente relacionados e de forma interligada com a psique. Desse modo, como corpo e psique se relacionam para a vivência do sentimento de amor maduro, que está ligado ao self. De toda forma, o sentimento de amor nos inquieta, não importa quão abrangente sejam os aspectos de desenvolvimento, do caráter e da cultura.

Palavras-chave: Amor; Bioenergética; Psicologia.



O amor está entre os sentimentos mais incompreendidos não apenas pelo presente pesquisador, como também por grande parte da humanidade. Assim, buscamos através deste artigo, trazer luz ao tema e expor nosso desenvolvimento do estudo por meio de uma pesquisa bibliográfica. O artigo em questão é fruto de discussões posteriores ao XVIII Congresso de Psicoterapias Corporais, já que a partir dos diversos momentos e temáticas discutidas nesse encontro, surgiu a ideia de estudarmos e pesquisarmos a respeito da questão que o amor nos suscita. É esse propósito que coloca em cena o sentimento do amor e conjuntamente os relacionamentos amorosos, e como estes são descritos pela abordagem corporal da psicologia.

No cotidiano, vemos como as pessoas sofrem os efeitos do desenrolar do amor, deprimindo-se, fechando-se e acabando desse modo reforçando couraças já existentes, através dos sentimentos amorosos não satisfeitos. Com o presente artigo, temos como objetivo delinear a visão e o conceito de amor através da psicologia corporal baseada na

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

teorização de Alexander Lowen, conhecida como bioenergética. Assim sendo, buscamos trazer para a teoria outros sentimentos vinculados ao amor e que se encontram no âmago dos mais diversos problemas sociais, levando muitas pessoas ao sofrimento psíquico, e inclusive, para as questões corporais que estão entrelaçadas no processo de apaixonamento ou enamoramento.

Com base nos estudos das abordagens corporais da psicologia, deduzimos que todas essas situações conflituosas relacionadas ao amor, quando vivenciadas de forma potencial pelos parceiros, acabam por levar a mais pura e realizadora das sensações: a potência orgástica. Em relação a ela, trata-se de uma potência de vida, descrita pelos teóricos da psicologia corporal. A seguir, tendo em vista os objetivos apresentados, discorreremos sobre a importância das relações iniciais do sujeito para com a mãe considerando o sentimento de amor como seu constituinte.

AMOR: UM MAL NECESSÁRIO OU UM BEM IMPRESCINDÍVEL

É importante a princípio dizer que para todo e qualquer sentimento (nesse caso o amor), é imprescindível que ele tenha sido demonstrado e a criança vivenciado o mesmo quando pequena. Desse modo, uma criança que nunca sentiu amor algum por parte dos pais, que teve uma criação rígida, onde o afeto, o toque e o contato mais íntimo (corpo a corpo) entre mãe e bebê não aconteceram, esta fica impossibilitada de reproduzir o mesmo quando adulta.

Assim, enfatizamos como é de grande importância esse contato inicial entre mãe e bebê, e o quanto esse torna-se fundamental para uma constituição sadia da personalidade do adulto e para a construção de relacionamentos através dos quais o amor possa ser o centro de atenção dos sujeitos. Em um de seus escritos, Lowen enfatiza a relação mãe-bebê:

[...] O bebê é caracterizado por um forte desejo de ser abraçado e alimentado pela mãe. Esse desejo é uma expressão de seu desejo de amor por ela. A proximidade física entre os dois atinge a sua máxima intimidade no ato da amamentação, que satisfaz as necessidades biológicas básicas tanto do bebê quanto da mãe. A satisfação da necessidade de contato e alimentação do bebê lhe dá uma sensação de contentamento e júbilo. Todo sentimento de amor decorre dessa camada infantil

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

de personalidade. O desejo de contato íntimo (como encontramos na amamentação, no beijo, no ato sexual com penetração, etc.) determina todas as sensações do amor. [...] (LOWEN, 1990, p. 58).

É no bebe que o amor terá início, na sua relação com a mãe (ou quem desempenhar essa função) e na amamentação. Assim, ele desenvolve, também nessa fase, o contato com o mais íntimo do seu ser. Através do toque da mãe ele faz o reconhecimento de seu corpo e, por conseguinte, elabora por intermédio dessa relação, um contato maior com seu coração. Assim, com o passar dos anos e as diferentes fases do desenvolvimento pelas quais o sujeito transita, terão sua importância na constituição do ser, o que influenciará, portanto, suas relações amorosas.

Partindo dessas reflexões torna-se possível perceber que precisamos de todas as fases do desenvolvimento integradas, para que possamos vivenciar o amor de forma plena e madura. Muitos são os conflitos que se relacionam ao amor e muitas são as pessoas que não conseguem uma relação amorosa saudável, ou até mesmo apresentam certa dificuldade para encontrar o amor. Muitas vezes, nem mesmo o encontraram quando crianças, onde os pais não sabiam como demonstrar o amor a elas, deixando assim, fortes marcas emocionais (da falta e amor) na psique e no corpo da criança. Quando adultas, essas crianças tem de se haver com essa falta e partir em busca de relações amorosas. Lowen reflete sobre essa falta de amor para a criança e o resultado dela no seguinte trecho:

A privação do amor (de contato corporal, de afeto, de cuidados, de alimento) durante os primeiros anos de vida resulta numa pessoa não preenchida, emocionalmente subdesenvolvida. A personalidade que resulta dessa carência é caracterizada por uma sensação interior de vazio, por uma necessidade dependente de ser objeto de cuidados, pelo anseio de entrar em contato e de sentir proximidade. (LOWEN, 1988, p. 32).

Essa privação do amor que a criança sofre quando pequena, acaba gerando no adulto grande receio para sentir o amor e se entregar a relação e ao próprio self. Poderíamos dizer que o adulto acaba desenvolvendo um medo do amor. Mas de onde viria esse medo? Esse medo, está intimamente relacionado com a questão da entrega que o amor suscita, pois essa entrega implica em uma perda da hegemonia do ego,

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

implica ceder do poder egóico ao coração, uma vez que: “[...]Amamos com nosso coração, mas questionamos, duvidamos e controlamos com nosso ego. Nosso coração pode dizer: ‘Entregue-se’, mas nosso ego diz: ‘Tome cuidado, não se deixe levar; você será abandonado e ferido.’” (LOWEN, 1997, p. 111). Assim, temos um conflito entre o centro de controle e consciência (o ego) e o centro ligado a satisfação e ao amor (o coração), e como vemos é a questão central do medo de entrega ao amor.

Considerando o sentimento de amor, se permanecermos sempre reflexivos e pensativos sobre, nunca entraremos em contato pleno com ele, é preciso sentir ele com o corpo, com o coração. Com isso, as pessoas acabam buscando formas de amar não saudáveis, como pode ser visto no trecho a seguir onde Lowen destaca:

Uma vez que esse indivíduo precisa amar mas tem medo de se abrir completamente ao amor, faz arranjos com os parceiros de modo a que usem um ao outro. Podem até sentir uma certa afeição recíproca mas seu acordo de relação serve, essencialmente, para mascarar seu temor de se entregarem. [...] Enquanto essa situação funcionar, mantém dentro de certos limites o temor do abandono, mas em si não é satisfatória pois não pode substituir o amor. (LOWEN, 1990, p. 93).

Há, como verificamos, um grande temor a essa entrega, pois ela traz consigo um sentido aparente de submissão, de se submeter a vontade do outro. É real esse sentido, mas nesse submeter-se, acabamos realmente perdendo o ego e ficamos à mercê do outro na relação. A entrega que há no amor maduro é ao próprio self, não ao outro. Trata-se de um partilhar, posto que o amor é um partilhar e não uma doação. Passamos a partilhar com o outro alegrias e sofrimentos, assim ampliamos as alegrias e dividimos os sofrimentos. Vemos que a satisfação que decorre da relação está ligada a uma entrega ao próprio corpo, ao coração e não a uma entrega ao outro.

Se formos voltar lá na infância desse sujeito vemos que quando criança o este está em um polo passivo de atenção (receber atenção), enquanto que a mãe está em um polo ativo, (dar atenção) assim a criança depende da mãe para suprir suas necessidades de atenção e de amor. Se não for possível por algum fator à mãe dar a atenção devida, a marca que fica é da falta de amor, na vida adulta a criança não buscará vibrar plenamente, mas sim buscar esse preenchimento no amor que não teve em sua infância. Essa ausência de preenchimento causa no sujeito adulto o sentimento de falta e de

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

dependência, o mesmo depende do outro para amar e ser amado, nas palavras de Lowen:

Se uma pessoa depende da outra, irá definir seu sentimento como amor. Dirá “eu o amo”, quando na verdade quer dizer “preciso de você”. Precisar e amar não são a mesma coisa. Necessitar denota falta; amor é preenchimento. Necessitar pode ser doloroso; o amor é agradável. O amor dependente ata uma pessoa à outra; o verdadeiro amor incentiva a liberdade e a espontaneidade, elementos essenciais do prazer. [...] A exigência de amor é racionalizada da seguinte maneira: eu preciso de você. Quero você. Eu o amo. Portanto, você deve me amar. (LOWEN, 1970, p. 163).

O adulto que fica fixado no padrão infantil de amor cobra do outro o amor, pois é esse modo que ele o entende, ele acredita que o outro deve amar ele. Essa falta de preenchimento no amor infantil impede que o sujeito vá além e ame o outro em uma forma mais madura do sentimento, onde o amor passa a ser compartilhado, ambos sentem o prazer do amor compartilhando ele nas mais variadas situações vivenciadas pelo casal. Teoricamente no padrão adulto de amor o sofrimento estaria presente caso houvesse uma cisão da relação, porém ele seria facilmente superado pois não haveria a dependência presente no amor infantil. Não queremos aqui dizer que uma separação de um casal não causará sofrimento e dor, mas sendo mais saudáveis em nossas relações, o sofrimento seria facilmente superado e não ficaríamos fixado nele.

Considerando a questão do sofrimento sentido com relação ao amor e a falta dele, percebemos que as frustrações e feridas sentidas na infância pela falta do amor dos pais causam bloqueios no movimento vital, que acabam por se refletir no corpo, que retrai-se, fecha-se e encouraça-se como um cavaleiro com sua armadura, para desse modo, evitar ser penetrado pela flecha do amor. (LOWEN, 1997).

Assim, no medo de se entregar ao amor, esse cavaleiro com sua armadura (que nos tornamos) reproduz com o(a) parceiro(a) relações baseadas no padrão infantil, conforme pode ser percebido na fala de um dos pacientes de Lowen (1990, p. 93): “[...] Brinco de pai da menininha que ela é, e ela faz de conta que é mãe do menininho que sou. [...]”. A repetição dos padrões infantis na relação vai de encontro com uma necessidade de resolução dos conflitos vividos na relação com os pais. Nesse sentido, há um forte investimento energético, porém, nesse aspecto, a situação, para Andreassa:

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

[...] reflete a profunda angustia e insegurança de pessoas que não amadureceram seu caráter e apostam no outro, mesmo que de forma inconsciente, para resolver seus problemas emocionais. Ambos têm expectativas sobre a relação. Expectativas que dependem do que ficou sem resolver na infância e de como estruturam seu caráter. [...]. (ANDREASSA, 2010, p. 35-36).

Quando essas expectativas estão presentes e se investe no outro com intuito de ter uma resolução dos próprios conflitos infantis, entramos novamente na questão do sofrer por amor e não nos entregamos ao próprio self, mas ao outro. Não partilhamos, não dividimos, mas nos anulamos frente a nós mesmos. Acabamos por nos perder na relação, mas conscientemente dizemos que a culpa está no outro, pois estamos cegos pela entrega ao outro e não nos percebemos na relação.

De fato, estamos cegos em relação a nós mesmos dentro das relações, e nesses momentos de cegueira, uma questão pode estar relacionada, um medo, ou seja, o medo da perda do amor. Esse medo está ligado ao medo de perda do amor da mãe presente na infância. (LOWEN, 1990). Enquanto adultos, esse medo se manifesta em nossas formas de relação. E não nos entregamos porque não há uma segurança no outro, segurança esta que é ausente em nós mesmos. Ao mesmo tempo que há um medo inconsciente (algumas vezes consciente) de não encontrar esse sentimento de amor maduro, de nunca alcançá-lo, como se estivéssemos em uma corrida onde ao final alcançaríamos o amor, mas percorremos diversos caminhos que nos distanciam desse objetivo.

Podemos afirmar que o amor maduro é difícil (mas não impossível) de ser alcançado, pois vivemos em uma sociedade que preza pela intelectualização, por imagens pré-concebidas, idealizações e padrões inalcançáveis. No entanto, quando ficamos presos a essas idealizações, imagens e padrões, acabamos perdendo o contato com nós mesmos, com nosso corpo e com nosso self. (LOWEN, 1979). Todo prazer e satisfação que buscamos, quando alcançado, é superficial, pois vivemos nossas vidas de forma mecanizada e esquecemos que somos seres compostos por mente e corpo. Acabamos, desse modo, cindindo nossa personalidade. Tendo refletido sobre todas essas questões vamos agora verificar conforme Lowen como acontecem as manifestações corporais do amor.

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

MANIFESTAÇÕES CORPORAIS DO AMOR E SUA RELAÇÃO COM A POTÊNCIA ORGÁSTICA

Nestas reflexões, colocamos em evidência a discussão com foco na relação existente entre o sentimento de amor e o corpo. Para tanto, vamos, inicialmente, atentar para os escritos de Lowen a esse respeito, segundo os quais analisam a cisão corporal que, se faz necessária para lidar com a vida na sociedade capitalista dos tempos pós-modernos, nas próprias palavras de Lowen:

[...] Na realidade, o que fizemos foi isolar os três principais segmentos de nossos corpos e personalidades. A cabeça e os genitais não têm nada a ver com o coração ou entre si. A cabeça serve para ganhar dinheiro, os genitais para fazer iupi! e o coração – coitado – perdeu sua ligação com o mundo porque ficou isolado da cabeça e dos genitais. (LOWEN, 1990, p. 32-33).

Assim, como podemos observar, somos seres pensantes, com um coração isolado, sem sentimentos, e numa relação sexual banalizada. Em outros termos, somos seres cindidos e divididos em nossa essência, impelidos por forças inconscientes e sociais que seguem um padrão social de funcionamento vinculado a relações mercantis e ao trabalho. Utilizamos a cabeça estritamente para pensar formas de ganhar mais e mais dinheiro, e não podemos nos deixar levar pelo coração nesse meio capitalista onde vence aquele que pensa mais e que consegue lucrar mais, mas o que sente acaba se perdendo nesse meio.

Ora, é lícito afirmar que quando passamos a olhar para o sexo – não apenas no sentido da genitalidade – desse líder do mercado, vemos que ele acaba sendo reduzido a mera descarga de tensões vinculadas ao estresse do trabalho, por não se tratar de uma vivência como forma de contato, como uma forma de amor.

Nestes tempos pós-modernos, temos em mente o objetivo de ganhar dinheiro, a maior quantidade possível e no menor tempo para encontrarmos a felicidade. Contudo, perguntamos: onde está essa felicidade que nunca chega? Estamos sempre focados no futuro e não vivenciamos o presente, e nosso corpo fica reduzido a uma mera engrenagem. Assim, o coração fica isolado no tórax e esquecido, sendo reduzido a uma

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

bomba propulsora de sangue e oxigênio para o corpo. Porém, a relação que há entre o coração e o amor é mais forte do que podemos imaginar. Segundo Lowen:

A idéia de que o coração é onde se localiza o amor está significativamente vinculada à questão da potência orgástica. Em todas as pessoas neuróticas, descobre-se que a parede torácica é extremamente tensa. Além disso, o diafragma fica contraído, a barriga está chupada para dentro e os ombros não relaxam. Literalmente, o coração está envolvido por uma couraça muscular que o protege, mas que também o isola das sensações da região genital. Esse encouraçamento explica por que as sensações sexuais são limitadas aos órgãos genitais e não se estendem ao corpo todo numa reação orgástica completa. (LOWEN, 1988, p. 303).

É bem verdade que todas essas posições que fazemos como chupar a barriga, contrair o diafragma e manter os ombros em posição de sentido, podem ser vistas no nosso líder de mercado, mas podem também ser vistas nos soldados que estão sempre preparados para uma guerra. Todavia, como sabemos, soldados precisam agir de forma rápida e efetiva para não perderem a própria vida, por isso, eles bloqueiam os sentimentos através dessas constrições corporais e tornam a respiração mais curta e sem profundidade. Esse bloqueio atua como uma armadura para evitarmos o sentir, e quando contemos a respiração, não sentimos as emoções de forma plena.

Certo, todos esses movimentos descritos são feitos de forma inconsciente pelo nosso corpo, como uma forma de defesa para evitar o contato com o outro e com os próprios sentimentos. Porém, esses movimentos não nos bloqueiam somente no âmbito das relações amorosas, mas também nas relações com a vida em todas as dimensões, desde o envolvimento com os amigos até as relações parentais. Passamos, dessa forma, negligenciando exatamente a característica que nos difere das máquinas, que é a capacidade para experimentar os sentimentos. Quando se trata de amor e coração, não podemos negligenciar o primeiro nessa relação. Desse modo, as couraças, como são descritas no trecho a seguir, têm uma função essencial de proteção, mas, ao mesmo tempo (como já foi dito), limitam nosso sentir. Lowen salienta:

Tal como uma armadura envergada pelos cavaleiros para protegerem o coração de lanças e flechas, o propósito da couraça muscular de caráter é proteger a pessoa do perigo de ter o coração despedaçado pela seta do amor. Se essa defesa fosse desmantelada, a sensação de angústia contida durante tanto tempo poderia ser libertada. A pessoa com uma armadura tão eficiente teme, em nível inconsciente,

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

descobrir-se numa situação semelhante à de um bebê ou criança, incapaz de respirar por causa da dor e da angústia. (LOWEN, 1990, p. 65).

Sabemos que essa armadura só existe porque na infância passamos por algumas perdas que nos bloqueiam e incapacitam para a vivência do amor. Protegemo-nos com essa armadura para evitar a sensação de fragilidade da criança e, por conseguinte, bloqueamos nossas sensações quando adultos. Quando se fala de amor, estamos em constante contato com a nossa criança interior, que é a parte da personalidade e está diretamente ligada a esse sentimento. Como diz Lowen: no coração ainda somos crianças. Conforme o precursor da bioenergética nos traz: “Quando somos isolados da criança que um dia fomos, da criança em nós, somos isolados da capacidade de amar.” (1997, p. 112). Ao longo de nosso desenvolvimento perdemos o contato com essa criança, com nosso corpo, com nosso coração, e nem ao menos respiramos direito. Estamos como o soldado, sempre preparados para uma guerra, e não para sentir e vivenciar o amor.

Percebemos em todas as relações que nosso ser anseia pelo sentimento de amor, que está relacionado com a vida, com o contato com o outro e com o mundo. Mas quando esse relacionar-se falha, quando há a perda do amor, o que acontece com nosso corpo? Isto é, o que acontece no corpo quando ele perde o amor? Neste seguinte trecho, Lowen discorre sobre as reações corporais da perda no amor. Segundo ele:

Quando a pessoa experimenta a perda do amor, o sangue que tinha sido enviado para a superfície do corpo, na antecipação da proximidade (até mesmo a idéia de contato com ou da proximidade com a pessoa amada pode excitar o coração e enviar sangue para a superfície), é repentinamente enviado para o interior do corpo, até o coração mesmo. Esse órgão fica então sobrecarregado com mais sangue do que pode expelir sem esforço. Aumenta a pressão e o coração dá a sensação de que vai explodir. Ao mesmo tempo, os músculos do peito se contraem e, na realidade, o corpo todo entra num estado de contração em resposta à perda do amor. Isto é o oposto ao estado de expansão que o amor produz. (LOWEN, 1990, p. 76).

Como podemos ver, o corpo como um todo acompanha a perda do amor; ele se contrai em um movimento de proteção e todo o fluxo de sangue que antes se movimentava para superfície, conferindo vitalidade a pessoa, está agora direcionado para o coração. As tensões se tornam maiores, logo, é preciso algum modo de liberá-las. Para

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

isso, temos a disposição um mecanismo que todos nós conhecemos muito bem: o choro. Chorar é a forma mais básica de liberação de tensão. Conhecemos esse mecanismo desde bebês, mas a dor da perda do amor e a rigidez que a perda causa só pode ser dissolvida pelo choro contínuo, onde todas as tensões vertem pelos olhos. Esse é um poderoso mecanismo de descarga que possuímos. (LOWEN, 1990). Se pararmos para pensar, para algumas pessoas isso é fácil de ser feito, mas, para aquelas pessoas que tem sua couraça torácica muito rígida ou no caso dos caracteres orais que possuem a garganta e boca enrijecidos, o movimento de chorar se torna difícil.

Pois bem, não é somente pela perda do amor que sofremos nas relações amorosas. Não é preciso ir muito longe para vermos aqueles casamentos onde ambos já não se suportam e ficam juntos para manter as aparências ou por medo de serem mal falados. Nessas relações, o coração também paga o preço. É possível aguentarmos a dor, porém, o corpo sofre as consequências. A partir do momento onde perde-se a esperança na relação nosso coração pode dar um basta para toda a situação. Em decorrência disto podemos ser acometidos por problemas cardíacos que podem culminar em uma parada cardíaca. (LOWEN, 1990).

Agora que já temos ideia do que acontece com nosso corpo na perda do amor, dirigimo-nos para a parte prazerosa de amar e ser amado. Quando amamos, nosso corpo fica mais vivo, é visível quando uma pessoa está apaixonada. Há brilho no olhar, no rosto, parecemos estar alheios, pensando no ser amado. Então a ansiedade do encontro se manifesta, o coração se sobressalta, e quando essas reações aparecerem em conjunto, eis o amor. Diante de todo esse frenesi, com o trecho de Amor, Sexo e Seu Coração, de Lowen, ressaltamos:

A emoção do amor produz o efeito mais salutar possível sobre o corpo. A pessoa que está amando parece irradiar alegria. A luz de seus olhos e o brilho de sua pele se devem não só a um fluxo poderoso de sangue para a superfície do corpo, mas também à onda de excitação que flui até a superfície, energizando os tecidos. A radiação e o brilho da pessoa que ama não é um conceito metafórico, pois é observável. A causa disso é um estado dos órgãos e tecidos que estão mais excitados e pulsam com elevada intensidade. A propriedade da pulsação não se limita ao músculo cardíaco. (LOWEN, 1990, p. 19).

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

Como se pode constatar, quando o amor é sentido de uma maneira plena, temos a mais pura sensação de realização. O sangue flui para as extremidades do corpo em um movimento de expansão e buscamos o contato com a pessoa amada. Nesse movimento de contato com o outro e desse movimento sanguíneo para a superfície, nosso corpo como um todo funciona de uma forma melhor, respiramos mais profundamente, de forma fácil e lenta, sentindo o ar entrando e saindo. Desse modo, estamos próximos de encontrar, o que sempre buscamos em nossas vidas: o prazer. Ele é a mola propulsora de nosso movimento para a vida, com a qual a experiência prazerosa oferece sentido à vida.

Na relação amorosa, o prazer terá seu auge com o contato sexual entre os amantes. Assim, vemos um movimento do corpo na busca do prazer, uma vez que o fluxo sanguíneo em expansão – que havíamos descrito –, movimenta-se exatamente para as áreas conhecidas como zonas erógenas, dentre as quais destacamos: os lábios, mamilos e órgãos genitais. Os lábios estão significativamente relacionados com o prazer, inclusive o prazer sexual, como vemos na perspectiva de Lowen: “[...] Quando os lábios de duas pessoas se unem num beijo, o sangue de cada uma está separado somente por essa fina membrana que produz um alto nível de excitação. Na realidade, a boca toda, inclusive a língua, pode ser considerada como zona erógena, uma vez que a área toda é ricamente vascularizada.” (LOWEN, 1990, p. 22).

Assim, a manifestação máxima do prazer está no ato sexual e na obtenção da potência orgástica, que está relacionada a capacidade de se entregar no sexo, renunciando ao controle egóico e deixando que o corpo tenha o controle, o que ocorre de forma harmoniosa com o ego. Ou, deixando-se levar pelos agradáveis movimentos em ondas de prazer que percorrem o corpo. (VOLPI & VOLPI, 2003). Nesse ceder ao controle egóico vemos uma “[...] íntima associação entre sexo e morte [...]. Os franceses chamam o orgasmo de la petit mort, a pequena morte. Uma vez que o ego está extinto no orgasmo completo, este é vivido pelo ego como uma pequena morte.” (LOWEN, 1986, p. 119). Justamente por essa sensação de morte, muitos temem a verdadeira entrega, na qual o ego não seria mais o soberano do corpo. Sobre a experiência orgástica, conforme Lowen:

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

O orgasmo não é só um fluxo de sensações. Começa como um fluxo e termina numa explosão. É como estar num galope a cavalo e, subitamente, ser lançado da sela para o espaço. Existem muitas maneiras de se descrever a resposta orgástica mas um elemento comum a todas é a idéia da explosão de barreiras, de estouro, de transcendência. [...] dizemos que a pessoa se desmancha em lágrimas. (LOWEN, 1986 p. 117).

Essa explosão do orgasmo, descrita por Lowen, causa medo nas pessoas, já que perder o controle em si causa medo. Mas falando de orgasmo, a potência orgástica é difícil de ser alcançada por todas as limitações sociais e pelas couraças que possuímos em nosso corpo. Para que ela seja atingida, é preciso haver um desbloqueio ou flexibilização das couraças existentes. Dessa maneira, entramos novamente na questão de entrega ao self, e em conjunto a essa entrega, há um processo de reconhecimento do self, ou seja, um conhecimento próprio.

Em outras palavras, vivenciamos o sexo de várias formas, sem amor, como uma descarga de tensões, como conquista e por esses e outros motivos: “[...] Nem toda a atividade sexual conduz a uma descarga orgástica. Se isso não acontece, o sexo ou as carícias preliminares podem ainda ser agradáveis. Mas sem a descarga orgástica, falta a experiência de júbilo, o êxtase que o sexo pode oferecer. Ter essa experiência é conhecer o que é a vida.”. (LOWEN, 1986, p. 117).

Ter uma experiência nesse nível é, realmente, elevar o amor à máxima potência, ao nível mais sublime. É resultado de entrega, de reconhecimento de si, e essa é a forma do amor maduro, que entrega-se ao self, entregando-se para a vida. Ainda conforme Lowen:

A capacidade de vivenciar o orgasmo total é a marca de uma natureza apaixonada. É o resultado do acúmulo de um nível de excitação positiva forte o suficiente para dominar o ego e permitir que a pessoa expresse livre e totalmente a paixão plena de seu amor. Num orgasmo como esse não há ambivalência, retenção ou hesitação na entrega do self. Alguns indivíduos vivenciam um orgasmo como esse em raras ocasiões. Infelizmente, não é uma vivência comum. Para muito poucos é sua reação sexual normal. (LOWEN, 1997, p. 210).

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final deste artigo, trazemos para as nossas últimas reflexões, algumas passagens que problematizaram e nortearam os objetivos e os questionamentos da pesquisa teórica. Com base em leituras das obras neo-reichianas, trabalhamos com o conceito de amor maduro para Lowen, segundo nossa proposta inicial. Convém ressaltar que a abordagem neo-reichiana de Lowen foi escolhida por considerar de forma integrada psique e corpo e, através dela, podemos delinear o conceito de amor e também a conexão com o corpo que a teoria nos apresenta. Também é importante acrescentar que, embora utilizamos esse referencial teórico, porém, há outras concepções, com destaque para a neurociência, que explica o sentimento de amor de outra forma, não levando em conta todas as questões aqui abordadas. Assim, optamos por usar uma abordagem que, sobretudo na ótica de Lowen, é ampla e considera o corpo como um todo integrado.

O texto aqui apresentado é uma adaptação do texto original de mesmo título e autoria apresentado a Faculdade Guilherme Guimbala como trabalho de conclusão de curso para obtenção do grau de Psicólogo, o texto original pode ser obtido através do contato com o autor.

REFERÊNCIAS

ANDREASSA, E. **Casamento e a Escolha do Parceiro: Análise Caracteriológica e Sistêmica**. Monografia do Curso de Especialização em Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2010.

LOWEN, A. **Alegria: A entrega ao corpo e à vida**. São Paulo. Ed. Summus, 1997 [1995].

_____. **Amor e Orgasmo: Guia Revolucionário para a plena realização sexual**. 3 ed. São Paulo: Ed. Summus, 1988 [1965].

_____. **Amor, Sexo e seu coração**. São Paulo: Ed. Summus, 1990 [1988].

_____. **Medo da Vida: Caminhos da realização pessoal pela vitória sobre o medo**. 10 ed. São Paulo. Ed. Summus, 1986 [1980].

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

GLASENAPP, Cristian; SAPELLI Carlos. O amor na perspectiva da psicologia corporal: um estudo neo-reichiano segundo Alexander Lowen. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

____. **O Corpo Traído**. 11 ed. São Paulo: Ed. Summus, 1979 [1967].

____. **Prazer: Uma abordagem criativa da vida**. São Paulo. Ed. Summus, 1970.

VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Reich: Da Psicanálise a Análise do Caráter**. Curitiba: Ed. Centro Reichiano, 2003.

AUTOR:

Cristian Glasenapp / Jaraguá do Sul / SC / Brasil – CRP- 12/13846 – Psicólogo formado pela ACE-FGG Joinville – SC. Cursando especialização em Psicologia Corporal no Centro Reichiano de Curitiba.

E-mail: cristian.glasenapp@gmail.com

ORIENTADOR

Carlos Sapelli / Joinville / SC / Brasil – CRP- 12/08346 – Psicólogo clínico, especialização em Psicologia Clínica - Abordagem Psicanalítica pela PUCPR e mestre em Filosofia pela PUCPR (2015). Professor de graduação da Associação Catarinense de Ensino - Faculdade Guilherme Guimbala em Joinville/SC.

E-mail: sapelli.carlos@yahoo.com.br

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br