



AZEVEDO, S. N. **Em busca do corpo perfeito**: Um estudo do narcisismo. Curitiba: Centro Reichiano, 2007. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos.htm Acesso em: ____/____/____.

EM BUSCA DO CORPO PERFEITO: UM ESTUDO DO NARCISISMO

Shirlaine Nascimento de Azevedo

Resumo

A incessante busca pelo corpo perfeito é um sintoma contemporâneo que aponta para desejos e questões da atualidade. O aumento dessa demanda leva a vários recursos para atingir tal objetivo, mesmo que estatisticamente o resultado traga prejuízos à saúde do sujeito. Percebemos no Narcisismo, um dos mecanismos possíveis para entendimento do funcionamento psicológico de pessoas que lutam por este padrão de corpo tão idealizado por nossa cultura.

Nos tempos atuais, é crescente e incessante a busca por um corpo perfeito. Inúmeras são as pessoas que ultrapassam seus limites na tentativa dessa conquista e compram a idéia de obter uma aparência de “modelo” estabelecido pela mídia por meio de um corpo esbelto, magro, que julgam ser mais importante que a manutenção da própria saúde.

Na expectativa de atingir resultados bastante satisfatórios e em curto prazo, sem a necessidade de investir muito tempo e esforço físico na modelação do corpo, percebe-se o intenso crescimento na venda de medicamentos para o emagrecimento, o aumento das cirurgias plásticas (sendo a maior demanda de jovens), clínicas de estéticas cada vez mais freqüentadas, a realização contínua de dietas rigorosas, muitas vezes prejudiciais à saúde.

Contudo, verificamos seriamente o maior número de jovens com algumas patologias como: anorexia (distorção da imagem corporal: ao olhar no espelho, sempre se vê muito mais gordo do que é), bulimia (transtorno compulsivo alimentar, onde a pessoa força o vômito após as refeições) e amenorréia, provocada por consequência dos outros transtornos (ausência da menstruação); a vigorexia (transtorno no qual as pessoas realizam práticas esportivas de forma contínua, excessiva e super valorizada - o fanatismo - a ponto de exigir constantemente de seu corpo sem importar-se com eventuais contra-indicações); a ortorexia (o exagero em dietas naturalistas); a osteoporose precoce, alterações cardíacas e metabólicas e outras, como perda de cabelo e pele ressecada com mais pelos.



AZEVEDO, S. N. **Em busca do corpo perfeito**: Um estudo do narcisismo. Curitiba: Centro Reichiano, 2007. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos.htm Acesso em: ____/____/____.

As revistas, as propagandas, a televisão, os desfiles de moda, em geral, a mídia está cada vez mais mostrando um modelo de corpo perfeito e padrão, como nas mulheres, corpos magros e bem definidos, e já nos homens, corpos fortes e musculosos. E essas imagens sugestionam pessoas a buscar este ideal cada vez mais.

Eis as questões: por que a mania de dieta? Com quem nos comparamos? O quê ou quem desejamos ser? Existe um corpo ideal ou a sociedade nos impõe um biotipo ideal? Por que sempre queremos ser como aquela ou aquele que tem abdômen definido, não tem celulite nem estrias, cabelo liso escorrido, enfim, “o modelo” que nada pode comer, senão folhas. Como vivem essas pessoas? Que sofrimento lhes acometem? Corpo como cartão de visitas, como ferramenta para castigar-se ou como templo da saúde, da vida? O que me diz um corpo perfeito?

A luz da Psicologia Corporal encontramos respostas que, trazem o Narcisismo como um distúrbio - nos referimos a distúrbio quando percebemos o excesso narcísico, gerador de possíveis patologias - possível para a explicação do funcionamento psicológico em pessoas que sofrem na busca intensa destes corpos tão perfeitos, bem como o que as levam a esta caça constante da perfeição.

Lowen (1983) traz como característico de um sujeito narcisista a condição de estar voltado pra si mesmo, excluindo as outras pessoas, acreditando que o mundo gira em torno dele. Age sem sentimentos e necessita projetar uma imagem, garantindo o ponto básico para este tipo de personalidade, o que o faz ter um investimento extra da sua própria imagem. É um indivíduo controlador, programador de seus comportamentos, insensível e confiante em suas atividades sexuais, acreditando ser bastante oferecedor de prazer para as mulheres, além de pretensioso e extremamente machista.

Pode-se dizer que o termo machista, deriva da supervalorização às coisas materiais com o intuito de atingir um progresso perante a vida, “onde o homem é oposto à mulher, o trabalhador ao patrão, e o indivíduo a comunidade” (LOWEN, 1983, p. 9). Para os narcisistas há uma escassez de sentimento do seu próprio *self* (Eu), sem percepção de sua sensação corporal, vivendo de uma forma vazia, sem expressão de sentimentos, num eterno estado de desolação. Ele valoriza mais a forma como o vê, menosprezando suas emoções para com os outros, investindo, assim, mais em sua imagem própria e esquecendo sua verdadeira essência, seu verdadeiro sentimento. Entretanto, o indivíduo narcisista, possui a negação dos seus sentimentos, como forma de se defender daquilo



AZEVEDO, S. N. **Em busca do corpo perfeito**: Um estudo do narcisismo. Curitiba: Centro Reichiano, 2007. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos.htm Acesso em: ____/____/____.

que possa contradizer o que ele realmente quer demonstrar ser. São extremamente atraentes e estão sempre se empenhados na busca pelo domínio e pelo controle, sendo egoístas, apontando somente para seus interesses, mas sendo carentes do seu verdadeiro *self*.

Nestes aspectos percebeu-se um considerável número de possibilidades de satisfação do sujeito narcisista em atingir o corpo perfeito, por ser ambicioso e exigir que sua imagem seja admirada e desejada por todos. Ele estará sempre buscando o corpo mais firme, mais definido e cada vez mais a forma “robotizada”, pronta a obedecer todos os comandos da sua vontade. O exercício físico para ele não será objetivado pelo bem-estar físico e mental, mas por estar atingindo um ideal padrão de perfeição.

Assim como Lowen (1983) percebemos que a qualidade narcisística neste sentido é patológica, devido ao exagero.

O narcisismo é uma condição patológica. Estabeleço uma distinção entre a preocupação saudável com a própria aparência, baseada no senso do *self*, e o deslocamento da identidade do *self* para a imagem (LOWEN, 1983, p.36).

Contudo, sabemos que em nossa sociedade existe a preocupação com a aparência, no vestir-se bem, não estar “fora de forma”, cuidar do corpo para estar com uma boa saúde, ser bem apresentável socialmente, que são, no entanto, preocupações saudáveis, baseadas no senso do nosso *self*, ao contrário do que acontece com o narcisista que desloca esse senso para a sua imagem. Eles vangloriam esta imagem, não o seu verdadeiro Eu. Deste modo, todas as suas realizações estão voltadas para a ampliação da sua própria imagem, enfatizando sempre mais a sua ausência de interesse e de sentimento pelas outras pessoas, podendo transformá-los cada vez mais sádicos, cruéis e exploradores.

Exemplo: “*Nossa, Marina, como você está gorda, parece que esqueceu de si mesma, sabia que detesto gordos?*”. Esta falta de sensibilidade e negação de suas emoções é sempre manifestada em atitudes relacionadas a outrem. Negando os próprios sentimentos nega-se também o que os outros venham a sentir. “Essa insensibilidade deriva de uma insensibilidade para com os seus próprios sentimentos” (LOWEN, 1983, p. 57).



AZEVEDO, S. N. **Em busca do corpo perfeito**: Um estudo do narcisismo. Curitiba: Centro Reichiano, 2007. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos.htm Acesso em: ____/____/____.

Mas o que poderia explicar a formação deste distúrbio narcisista? De acordo com Volpi e Volpi (2003, p.39), entendemos que a pessoa que possui um traço de caráter narcisista sofreu algum comprometimento em uma das suas fases de desenvolvimento, que possa ter se estabelecido entre o 12º ano de vida até a idade adulta, chamada de fase genital. É neste momento, no qual o sujeito em formação “dá-se a escolha do objeto no meio extrafamiliar”, onde o prazer originado de relações sexuais se dará pelo sexo oposto.

A partir de então podemos observar no indivíduo uma conseqüente aquisição de um distúrbio narcisista, possibilitado por uma distorção no seu desenvolvimento, derivado por algum evento traumático advindo de seus pais. O assunto em questão, sempre será ocasionado por um episódio intrigante, procedente da relação pais-filhos. Perceberemos em quase todas as famílias o poder entre ambos como presença constante nesta relação. É imperativo observar a onipotência desses pais perante os filhos, pois estes determinam o poder de vida/morte sobre eles. O que nos remete ao resultado de projeção do seu próprio narcisismo para com seus filhos (LOWEN, 1983).

Compreende-se por caráter a união das formas, de agir e se comportar, contraídas ao longo da vida, identificando como a particularidade de cada indivíduo, seja em termos de demonstrar seu temperamento, como também sua personalidade (REICH, 1998). O caráter narcísico tem comprometimentos no seu desenvolvimento também na fase genital, sendo assim a histeria elucidada por um problema de conotação sexual. Portanto, a criança durante este período sofreu algum tipo de trauma com possíveis acontecimentos relacionado à sua sexualidade, seja ela na forma de rejeição ou repressão (proibição da masturbação infantil, rejeição das suas buscas de prazer de caráter sexual), passando todos e quaisquer homem/mulher ser uma figura simbólica de seus pais (BAKER, 1980).

No que concerne o comportamento sexual deste tipo de caráter, quando seus objetivos estiverem bem a frente do esperado, sucessivamente aparecerá uma ansiedade que estará correlacionada a uma atitude apreensiva e indiferente frente a essa situação. De fato, no ato da vivência sexual, as histéricas mostrarão manifestações evidentes de excitação durante a relação, mas não obterão satisfação. Numa análise mais profunda, percebemos que estas revelações impetuosas refletem numa angústia profunda, que é ligeiramente superada pela realização do ato sexual (REICH, 1998).



AZEVEDO, S. N. **Em busca do corpo perfeito**: Um estudo do narcisismo. Curitiba: Centro Reichiano, 2007. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos.htm Acesso em: ____/____/____.

No entanto, haverá “um ímpeto constante para o contato genital, acompanhado de uma fuga do mesmo, de modo que se vê a aproximação sexual e a evitação constantes, mesmo durante o ato sexual”, não havendo uma total descarga energética, gerando assim a insatisfação. (BAKER, 1980, p. 128).

Para Lowen (1982) seria característico do narcisista ter uma disposição em se manter em posição ereta, atribuída ao orgulho. Seria um traço positivo se este orgulho não se remetesse a uma fonte defensiva e a rigidez pouco flexível. Este sujeito tem medo de ceder, para que se surgir à tentativa em submeter-se, não seja criada a possibilidade de perde-se totalmente. Para ele, esta sua possível submissão acarretaria na perda da sua liberdade.

Contudo, pode-se esperar que por trás de todo fanatismo pelo controle e poder do narcisista, encontraremos uma defesa de seus medos inconscientes, inseguranças e insatisfações. O narcisista tenderá a buscar a perfeição de seu corpo pra se sentir admirado, desejado, ser “o melhor”, porém cheio de medo de ser rejeitado, não desejado. Ele seduzirá e terá a certeza que está atingindo seu objetivo com veemência. Sexualmente poderá se tornar passivo ou, com muito fervor, se mostrará potente para o outro. Vale salientar, que esta potência estará remetida na obtenção do alcance orgástico do parceiro, que resultará numa forma de vingar-se do seu sexo oposto, mas nunca de estar realizando sua satisfação sexual.

Portanto, ao pensarmos nesta incessante busca pelo corpo ideal e em taxar o narcisista como um ser patológico, fora dos padrões de normalidade, estaríamos sendo coerentes com a nossa realidade?

É correto sim, concordar que existe excesso. Uma vez que sempre estará querendo ser o melhor. E isto deve ser percebido e tratado com bastante cuidado! É relevante passar a observar com maior vigor como o mundo, as pessoas e a mídia nos impõe e, assim, nos cobra este padrão de beleza exagerado para a aceitação em nossa sociedade. Todos os dias aumenta-se o número desenfreado de propagandas com mulheres e homens esculturais, “sarados” e cada vez mais “sequinhos”. As lojas de roupas por vezes disponibilizam números de manequins cada vez menores. As clínicas de estéticas estão mais acessíveis e mais freqüentadas. As cirurgias plásticas aumentam e possibilitam à vaidade humana o padrão tão exigido por nossa cultura da forma mais rápida possível.



AZEVEDO, S. N. **Em busca do corpo perfeito**: Um estudo do narcisismo. Curitiba: Centro Reichiano, 2007. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos.htm Acesso em: ____/____/____.

Com Lowen (1983, p. 11), podemos nos perguntar e também nos possibilitar a reflexão sobre esse padrão de normalidade. Para ele, a insanidade é enxergada como um padrão de comportamento realizado fora do habitual atingido pela cultura. Por este aspecto, podemos considerar o ser Narcisista longe da nomeação de ser louco. “A menos... a menos, é claro, que exista alguma insanidade na própria cultura”.

Faz-se necessário notar o que a cultura nos proporciona e nos causa, como também perceber os elementos na personalidade humana que marginalizam o indivíduo para essas situações. Porque o que se percebe é uma constante luta do narcisista pela defesa da sua sanidade, numa sociedade e cultura que nos contamina com a taxação de um modelo de corpo padrão e uma família controladora capaz de levar qualquer sujeito a loucura.

=====

Referências

- BAKER, E. F. **O labirinto humano**: as causas do bloqueio da energia sexual. Vol. 13. São Paulo: Summus, 1980.
- LOWEN, A. **Bioenergética**. 10º ed. São Paulo: Summus, 1982.
- LOWEN, A. **Narcisismo**: negação do verdadeiro “self”. São Paulo: Círculo do Livro, 1983.
- LOWEN, A. **O corpo em terapia**: a abordagem bioenergética. 10º ed. São Paulo: Summus, 1977.
- REICH, W. **Análise do caráter**. 3º ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.
- VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Reich**: da psicanálise à análise do caráter. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

=====

Shirlaine Nascimento de Azevedo é psicóloga, graduada pela Universidade Potiguar-RN, cursando especialização em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano e Psicologia do Trabalho pela UFPR/PR, em Curitiba-PR.
E-mail: shirlaineazevedo@hotmail.com

=====

CENTRO REICHIANO DE PSICOTERAPIA CORPORAL LTDA

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