



VOLPI, José Henrique. **Somatização**: a memória emocional ancorada no corpo. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

SOMATIZAÇÃO: A MEMÓRIA EMOCIONAL ANCORADA NO CORPO

José Henrique Volpi

A memória é a faculdade de se representar o que foi vivido, sentido e aprendido no passado de uma pessoa. É uma função cerebral superior que “surge como um processo de retenção de informações no qual nossas experiências são arquivadas e recuperadas quando as chamamos” Portanto, a memória forma a base para a aprendizagem, que é a aquisição de novos conhecimentos. Assim sendo, a memória retém esses conhecimentos aprendidos (CARDOSO, 1997).

Existem diferentes tipos de memória, que variam em sua complexidade: química, visual, olfativa, auditiva, tátil, etc. Mas basicamente podemos classificá-las em dois grupos:

- 1) a memória intelectual, localizada na mente;
- 2) a memória sensorial, localizada no corpo.

Não existe uma área específica do cérebro ou do corpo em que a memória fica armazenada. Ela é um fenômeno celular, biológico e psicológico que envolve vários sistemas neuropsicofisiológicos que funcionam em conjunto.

Tanto a mente quanto o corpo não são apenas um agrupamento de órgãos, músculos e ossos, regidos por leis da mecânica, da termodinâmica ou outra qualquer, mas são conjuntos de células e tecidos, regidos principalmente por leis energéticas e neuropsicofisiológicas. Mente e corpo são permeáveis às impressões físicas, cognitivas e psicológicas e interagem entre si. A mente agrupa as informações intelectuais e “mesmo em suas manifestações mais abstratas, não é separada do corpo, mas sim nascida dele e moldada por ele” (CAPRA, p. 79). O corpo, por sua vez, contém a história de uma pessoa de forma que mudanças na personalidade e no caráter, são condicionadas pelas mudanças nas funções corporais.

No século XVIII, houve a época do dualismo professado por Descartes que impetrou que as funções mentais eram separadas do corpo e tidas como entidades isoladas, influenciando uma à outra, sem estarem diretamente relacionadas. Essa idéia acabou sendo substituída pela afirmação de que o corpo é o receptáculo das experiências



VOLPI, José Henrique. **Somatização**: a memória emocional ancorada no corpo. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

físicas e emocionais vividas pela criança durante as etapas do desenvolvimento psicoafetivo que atravessa, que vão sendo moldadas em seu corpo, desde a gestação até a adolescência (VOLPI & VOLPI, 2002). Daí, a explicação para as diferentes posturas corporais e distintos comportamentos encontrados nas pessoas, onde cada um possui uma forma muito particular de ser e de agir, definida por Reich (1995) de caráter.

Mesmo que Freud (1905) tenha afirmado que o ego é “antes de tudo e principalmente um ego corporal” (p. 98), afastou-se dos estudos do corpo e enveredou-se para o estudo da mente e seus conflitos psíquicos. Não obstante, essa primeiras idéias induziu inquietos pesquisadores da época a buscarem a compreensão dos conflitos psíquicos relacionados ao corpo e das interferências deste sobre a mente. Dentre esses pesquisadores, destaca-se Wilhelm Reich, um impiedoso adversário do dualismo cartesiano.

O corpo sente, aprende, se disciplina, se condiciona e toda vez que isso acontece, as células do cérebro sofrem uma alteração e essa alteração irá refletir em nosso comportamento. A prática enquanto psicanalista, levou Reich (1995) a perceber que o corpo retinha todos os conflitos emocionais e possuía uma linguagem própria, comunicada através de gestos, postura, tom de voz, movimentos, vestimentas, etc, negligenciada pela psicanálise. Optou, então, por acreditar mais no que via do que no que ouvia e passou a ler no corpo de seus pacientes as angústias, ansiedades, medos, desejos e repressões, encontrando a chave para a compreensão dos mecanismos psíquicos e das defesas com a qual a psicanálise ortodoxa se debatia. Na época em questão, a psicanálise estava em busca da solução do problema das resistências, porque era grande o número de pacientes que não conseguiam seguir com a regra básica psicanalítica da livre associação, sendo, então, considerados resistentes ao tratamento e, portanto, impossíveis de serem analisados. Reich concluiu que essa resistência estava diretamente ligada ao caráter. Mas como a incursão do corpo dentro do processo psicanalítico não era permitida, Reich abandonou a psicanálise, deixando de lado o método tradicional de analisar apenas o sintoma isolado e passou a usar seu próprio método que chamou de técnica da análise do caráter, obtendo assim, resultados mais rápidos, profundos e eficazes.

O conceito de caráter é muito antigo e pode ser definido como “a expressão do funcionamento do indivíduo tanto no âmbito psíquico quanto no somático” (Lowen, 1977,



VOLPI, José Henrique. **Somatização**: a memória emocional ancorada no corpo. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

p. 118). A teoria analítica do caráter havia demonstrado clinicamente que a formação do caráter nada mais era do que o produto do choque entre os impulsos naturais da criança e as frustrações impostas a ela por uma educação moralista e repressora. A análise do caráter revelava que essas atitudes demonstradas pela pessoa, como gestos, posturas, tom de voz, etc, haviam se formado durante as etapas do desenvolvimento. Portanto, é o bloqueio na etapa do desenvolvimento que define o tipo de caráter de uma pessoa.

As etapas do desenvolvimento emocional representam momentos de passagem que induzem à incorporação de experiências vividas pela criança. Cada uma dessas etapas é caracterizada por fenômenos específicos que desde o início trazem consigo, na bagagem genética da célula, valores biofisiológicos, emocionais-afetivos e intelectivos, que serão transmitidos para todas as demais células do corpo durante todo o processo de desenvolvimento. Ao se completarem as etapas do desenvolvimento emocional, na adolescência, o que sucede é o estabelecimento definitivo do caráter que é a forma do indivíduo agir e reagir perante todas as situações que o mundo lhe impõe. (VOLPI & VOLPI, 2002).

Se a criança passar por todas as etapas sem sofrer comprometimentos entre seus impulsos naturais e as frustrações impostas a ela por uma educação moralista e repressiva, será capaz de chegar ao que Reich (1995) denominou de caráter genital, auto-regulado, sem bloqueios. No entanto, se os impulsos dessa criança forem frustrados, reprimidos de forma severa, sua energia permanecerá fixada, propiciando o aparecimento de um caráter neurótico, que irá se defender, agindo e reagindo de forma peculiar, em conformidade com a etapa em que o bloqueio ocorreu.

A primeira etapa do desenvolvimento tem seu início na fecundação e término no momento do nascimento e recebe o nome de etapa ocular (BAKER, 1980) ou etapa de sustentação (VOLPI & VOLPI, 2002). O útero é o primeiro ambiente em que se encontra o bebê durante seu desenvolvimento emocional, onde o contato se dá com a mãe por meio de suas paredes e do cordão umbilical, que irá sustentar e nutrir o bebê não apenas de forma fisiológica, mas também emocional e energética para que possa continuar sendo gestado. É um íntimo contato corporal de energia orgonótica entre a mãe e o bebê.

Existem várias situações, decorrentes do estresse sofrido pela mãe e/ou pela criança que podem comprometer essa etapa do desenvolvimento. Isso não significa, porém, que todas as crianças que passam pelas mesmas situações terão os mesmos



VOLPI, José Henrique. **Somatização**: a memória emocional ancorada no corpo. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

comprometimentos, porque tudo irá depender da intensidade do estresse, da frequência e de vários outros fatores. Da mesma forma que cada criança tem também um funcionamento fisiológico próprio, tem uma resistência ao estresse que é particular, é só dela sendo que umas são mais resistentes que as outras.

Se nenhum tipo de dano severo ocorrer durante a gestação, o recém-nascido trará consigo “um sistema energético enormemente produtivo e adaptável que, por seus próprios recursos fará contato com seu meio ambiente e começará a dar forma a este meio ambiente de acordo com suas necessidades” (REICH, 1987, p. 30) e será capaz de demonstrar toda a riqueza da plasticidade e do desenvolvimento natural. Por outro lado, um estresse sofrido durante essa etapa do desenvolvimento, irá formar registros que serão responsáveis pela formação de uma estrutura de caráter denominada de esquizóide (LOWEN, 1977; REICH, 1995), ou de núcleo psicótico (NAVARRO, 1995).

A segunda etapa é denominada oral (BAKER, 1980) ou de incorporação (VOLPI & VOLPI, 2002). Tem início logo após o nascimento e finaliza com o desmame, que deverá ocorrer por volta do nono mês de vida, quando o bebê já tem dentes suficientes para triturar seu próprio alimento. Nessa etapa, o bebê abandona o útero para se ligar ao seio da mãe, introjetando tudo o que vier do mundo externo, começando pelo bico do seio ereto e disponível, passando pelo sabor agradável do leite, pelo cheiro da mãe, pela disponibilidade da mãe em amamentá-lo, pelos olhos atentos e receptivos, pelas mãos quentes e acolhedoras e pelo contato epidérmico que envolve o bebê, da mesma forma que ele foi envolvido pelo útero e muito mais. Não devemos esquecer que “a pele é a ponte sensível do contato com o mundo... É o nosso órgão mais extenso, é o nosso código mais intenso, um lar de profundas memórias” (LELOUP, 1983, p. 9).

O bebê é capaz de regular suas próprias necessidades de fome, demonstrando-a por meio do choro, balbucios e agitação, mas uma mãe agitada e ansiosa é incapaz de sentir e perceber as necessidades de seu bebê (REICH, 1983). O desmame precoce, tardio ou brusco, provoca um estresse na criança e contribui, portanto, para a formação da estrutura de caráter denominada oral (LOWEN, 1977; REICH, 1995) ou borderline (NAVARRO, 1995).

A terceira etapa, anal (BAKER, 1980) ou de produção (VOLPI & VOLPI, 2002) tem seu início com o desmame e se estende até o final do terceiro ano de vida. Nessa etapa, a energia da criança está inteiramente voltada à construção de pensamentos, gestos,



VOLPI, José Henrique. **Somatização**: a memória emocional ancorada no corpo. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

brincadeiras, jogos, relacionamentos, etc, da mesma forma que produz sua urina e suas fezes. Ocorre o desenvolvimento da autoconsciência, o que lhe permite desenvolver a capacidade de antecipar os acontecimentos, como, por exemplo, não se sentir abandonada pelos pais quando eles saem, porque ela – a criança - sabe que eles irão voltar.

É também nessa etapa que a criança imita os pais em busca de modelos. É curiosa e procura descobrir tudo o que está à sua volta, recusando ser ajudada. As exigências para que a criança contenha suas necessidades fisiológicas de xixi e cocô antes de completar 18 meses e o treino precoce ao toalete, são fatores que contribuem para o bloqueio da energia nesse etapa do desenvolvimento. A frustração e o medo da punição tolhe a espontaneidade da criança, deixa-a numa situação de submissão ao genitor que a frustra e confinada às rotinas diárias de seu cotidiano, propiciando a formação de uma estrutura de caráter masoquista (LOWEN, 1977; Reich, 1995) que também recebe o nome de estrutura psiconeurótica (NAVARRO, 1995).

Uma outra característica dessa etapa é a evolução do brincar simples e repetitivo para o brincar construtivo. A criança demonstra interesse pelos jogos imaginativos e mais tarde, o interesse se volta para os jogos mais formais, com regras. É comum o surgimento de amigos imaginários, principalmente em primogênitos e filhos únicos. Preocupações excessivas, principalmente com a ordem e/ou limpeza trazem o bloqueio nessa etapa do desenvolvimento e permite o aparecimento da estrutura de caráter denominada de obsessivo-compulsivo (REICH, 1995) ou Psiconeurótico (NAVARRO, 1995).

É a partir do quarto ano de vida que se inicia a quarta etapa chamada de fálica (BAKER, 1980) ou identificação (VOLPI & VOLPI, 2002), e se estende até o final do quinto ano de vida. É a etapa em que a energia volta-se para a descoberta dos genitais e a criança passa a distinguir a diferença entre menino e menina e a ter uma idéia segura quanto ao sexo que pertence.

É quando surgem as primeiras perguntas sobre sexo e ocorrem as primeiras masturbações, mas como mera fricção do genital, sem nenhuma intenção ou fantasia, o que deve ser encarado com naturalidade e sem punições. Nessa etapa, a criança também passa por momentos de individualidade. Quer brincar sozinha, não quer saber do colo dos pais, quer desmontar os brinquedos para montar de outra forma, etc. Aos poucos, também vai aprendendo a compartilhar, saindo do campo familiar e voltando-se cada vez



VOLPI, José Henrique. **Somatização**: a memória emocional ancorada no corpo. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

mais para o campo social. Mais tarde, na próxima etapa, a criança irá realizar a chamada constância ou conservação de gênero, ou seja, passa a ter consciência de que seu sexo será sempre o mesmo e, depois disso, assumir seu papel sexual. Os bloqueios trazem a formação das estruturas de caráter fálico-narcisista e histérico (LOWEN, 1977; REICH 1995) ou também denominados de neurótico (NAVARRO, 1995).

A quinta e última etapa do desenvolvimento tem início ao final dos cinco anos de idade e se estende até a puberdade. Segundo Reich (1987), é a etapa em que a formação da estrutura básica de caráter se completa. Aqui ocorre a identificação da criança com o pai do mesmo sexo e a masturbação fica mais evidente. Devagar, a criança vai encontrando a sua própria identidade e, se conseguir chegar nessa etapa sem bloqueios ou fixações das fases anteriores, poderá estruturar o chamado caráter genital, que segundo Reich (1995) é auto-regulado, equilibrado e maduro, mas praticamente impossível de ser encontrado (NAVARRO, 1995).

O trabalho sistemático de Reich (1995) com a análise do caráter levou-o a perceber que o conflito psíquico possui um equivalente somático, uma couraça muscular. O homem é afetado por seu corpo, mesmo quando os problemas pertencem à esfera do psíquico. O caráter de uma pessoa, tal como se manifesta em seu padrão típico de comportamento, também se revela a nível somático nas formas e nos movimentos do corpo (LOWEN, 1977).

As defesas do caráter funcionam como uma forma estratégica de sobrevivência e ocultam um falso self (eu), que foi ameaçado na infância. Portanto, a singularidade de uma pessoa está fundamentada em seu físico e corporificada em seus tecidos, refletida na qualidade do tônus muscular, expressões faciais, ritmo respiratório e organização dos estímulos que recebe do mundo externo, modificando seu corpo a partir das demandas do meio, uma condição imposta pela couraça muscular.

O tônus muscular de uma pessoa pode estar desequilibrado em dois sentidos: hipotonus (fraqueza, falta de carga energética), ou hipertônus (sobrecarga, tensão). A couraça está relacionada à disposição dos líquidos dos tecidos e a eficácia do bombeamento de sangue, o que por sua vez provoca um distúrbio na distribuição dos fluidos corporais e, conseqüentemente, a tendência às doenças (BOADELLA, 1986). Experimentos fisiológicos revelaram que o músculo é capaz de fixar e metabolizar lentamente uma carga emocional ou catabolizá-la instantaneamente. Caso ocorra a



VOLPI, José Henrique. **Somatização**: a memória emocional ancorada no corpo. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

fixação, haverá uma hipertonia, uma couraça; se a metabolização for rápida, haverá um movimento.

O processo de encorçamento se desenvolve enquanto tradução somática da repressão. Segundo Reich (1986), todo neurótico é muscularmente distônico e cada tipo de caráter possui traços musculares diferentes, o que nos dá diferentes posturas corporais. Apesar de Reich (1995) referir-se ao corpo como sendo moldado de acordo com as experiências vividas, foi Alexander Lowen (1977) quem aprofundou essa relação mostrando ser possível ler no corpo o caráter de uma pessoa. Nosso corpo registra todos os acontecimentos vividos durante a nossa vida, principalmente aqueles ocorridos na primeira infância, quando as formas que encontramos para nos defender ainda são precárias. Esses acontecimentos muitas vezes deixam no corpo marcas profundas e irreversíveis. “A imagem egóica molda o corpo por meio do controle exercido pelo ego, sobre os músculos voluntários” (LOWEN, 1982, p. 125). O cérebro detecta uma ameaça, mas as alterações também se registram no corpo (DAMÁSIO, 1996). Diz Capra (2000) que “toda a estrutura do organismo participa do processo cognitivo, quer o organismo tenha um cérebro e um sistema nervoso superior, quer não” (p. 53). E completa:

Os estudos recentes empreendidos no novo campo da `lingüística cognitiva´ nos fornecem fortes indícios de que a raça humana, ao contrário da crença de boa parte dos filósofos ocidentais, não transcende o corpo, mas é fundamentalmente determinada e formada por nossa natureza física e nossas experiências corpóreas (CAPRA, 2000, p. 74).

Toda a contração consciente e voluntária demanda um investimento energético que não pode ser mantido por muito tempo e, se por algum motivo for necessário inibir os sentimentos visto que exprimi-los é algo inaceitável pelo mundo externo, o ego abandona o controle da situação sobre o ato proibido e retira a energia do impulso fazendo com que a pessoa não sinta mais o desejo inibido, mas o impulso suprimido permanece adormecido, ancorado no corpo, em um ponto em que não venha a incomodar a consciência. Entretanto, numa extrema condição de tensão ou provocação, o impulso pode novamente tornar-se ativo irrompendo o bloqueio. “Todas as tensões musculares bloqueiam a busca direta da pessoa em direção do prazer existente fora de si” (LOWEN, 1982, p. 127). Estas manobras do ego para evitar que os impulsos proibidos sejam



VOLPI, José Henrique. **Somatização**: a memória emocional ancorada no corpo. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

satisfeitos ou que conflitos emocionais inconscientes tornem-se conscientes, formam a chamada couraça muscular, cuja função é impedir o impulso de atingir sua satisfação e proteger o caráter do indivíduo (REICH, 1995).

A compreensão da couraça muscular fez com que Reich (1995) propusesse um mapeamento do corpo em sete níveis, segmentos de couraça, que estão ligados entre si e articulados funcionalmente como anéis de um organismo primitivo segmentado. Esses anéis (ocular, oral, cervical, peitoral, disfragmático, abdominal e pélvico) encontram-se dispostos de forma horizontal e perpendiculares à coluna vertebral e contém a história de cada pessoa. O excesso ou a deficiência energética em um desses anéis irá comprometer o funcionamento do organismo em sua totalidade e provocar perturbações funcionais de ordem física e/ou psíquica.

Devemos considerar que o caráter pode ter uma característica inibida, ou insatisfeita, de acordo com o bloqueio na etapa do desenvolvimento. Se houve uma repressão, com pouco ou nenhuma satisfação, teremos uma situação de repressão; se existiu uma satisfação inicial, seguida de uma inibição, teremos uma situação de insatisfação (BAKER, 1980). Isso tudo é uma questão de sensação aprendida, de inteligência corporal, através da qual somos capazes de utilizar o corpo de maneira hábil para algum propósito expressivo. A inteligência corporal nasce na consciência do próprio corpo.

No decorrer de toda a nossa vida, nosso corpo armazena sensações que estão ligadas a sentimentos e vivências afetivas, de cunho positivo e negativo. Algumas dessas sensações irão desaparecer com o passar dos tempos; outras, irão se sedimentar, deixando uma impressão gravada em nosso corpo e em nossa mente, de forma consciente ou inconsciente. Essa memória irá reagir frente a ações e impactos sofridos no dia a dia, principalmente ao estresse e por conseqüência, irá despertar em forma de sensações e/ou lembranças, ou, o que é comum acontecer, em forma de doença. Portanto, constantemente somos confrontados com dois caminhos: ouvir nosso corpo e deixá-lo falar em seus desejos e expressar suas angústias ou submetê-lo aos estresses físicos e psicológicos diários que a vida nos traz, formando assim as couraças.

O corpo não esquece. Tudo o que foi vivido durante a infância, através de sensações, permanece registrado. A somatização é uma forma de comunicação desses registros ancorados no corpo.



VOLPI, José Henrique. **Somatização**: a memória emocional ancorada no corpo. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

Referências

- BAKER, E. F. **O labirinto humano**. São Paulo: Summus, 1980
- BOADELLA, D. Biosynthesis. In **Energy & Character**. Schweiz: International Journal of Biosynthesis, vol. 17/2, 1986.
- BOADELLA, D. **Nos caminhos de Reich**. São Paulo: Summus, 1985
- CAPRA, F. **As conexões ocultas**. Ciência para uma vida sustentável. São Paulo: Cultrix, 2002.
- CARDOSO, S. H. Memória: O Que é e Como Melhorá-la. In **Revista Cérebro & Mente**. São Paulo, 1997, n. 1. Disponível em: <http://www.epub.org.br/cm/n01/memo/memoria.htm>. Acesso: 29/09/2003.
- FREUD, S. Caráter e erotismo anal. In **Obras completas psicológicas de Sigmund Freud**. Edição Standard. Rio de Janeiro: Imago, vol. IX, 1976.
- LOWEN, A. **O corpo em terapia**. São Paulo: Summus, 1977 .
- NAVARRO, F. **Caracterologia pós-reichiana**. São Paulo: Summus, 1995.
- POLLEY, M. Moving the Goalposts: A history of sport and society since 1945. UK: Taylor & Francis Books Ltd, 1998.
- REICH, W. **A função do orgasmo**. São Paulo: Brasiliense, 1986.
- REICH, W. **Children of the future**. New York: Farrar, Straus and Giroux, 1983.
- REICH, W. **Superimposizione Cós mica**. Milano: SugarCo, 1975.
- REICH, W. **Análise do Caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1995.
- VOLPI, J. H. & VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a psicologia corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2002.

=====

José Henrique Volpi - Psicólogo, Psicodramatista, e Analista Reichiano. Mestre em Psicologia da Saúde (UMESP) e Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento (UFPR). Diretor do Centro Reichiano, Curitiba/PR.

E-mail: volpi@centroreichiano.com.br

=====

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