



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MORO, E. A dança do ventre como instrumento na psicoterapia corporal para mulheres. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

A DANÇA DO VENTRE COMO INSTRUMENTO NA PSICOTERAPIA CORPORAL PARA MULHERES

Elizabeth Moro

A busca por esse trabalho teve início, quando de alguma forma, eu procurava encontrar explicações psicológicas, ou entendimentos maiores a cerca do corpo do ser humano e quais traços de personalidade ali instalados pela própria história de vida. Em decorrência do conhecimento e trabalho de professora dentro da dança do ventre, a possibilidade de este ser um instrumento dentro de uma psicoterapia. Na dança o corpo evidencia as dificuldades que as pessoas tem de entrar em contato com certas partes de si mesmo.

Dentro do conhecimento antes adquirido na faculdade de psicologia, a percepção foi de que a dança do ventre em si poderia ser uma grande aliada no desenvolvimento de um processo terapêutico, estava a procura de elementos que pudessem fazer-se entender cada parte do corpo, pois em sala de aula as respostas que cada aluna apresentava, mediante a evolução do processo de aprendizagem da dança, eram muito benéficas e muitas transformações refletiam no cotidiano de cada uma, demonstrando mais prazer em sua vida. E através das técnicas utilizadas e as exigências corporais que a dança propõe, o voltar-se para si, a conscientização de cada parte do corpo.

Nos estudos realizados sobre o trabalho de psicoterapia corporal, conhecemos o precursor dessa psicoterapia, Wilhelm Reich, medico e psicanalista. Trabalhou como primeiro assistente de Sigmund Freud. Mas discordando dos pensamentos psicanalíticos enquanto trabalho e mediante as experiências vividas com pacientes em sua clinica, Reich percebeu a importância da sexualidade no ser humano. Por isso posteriormente afasta-se do trabalho e do pensamento psicanalítico e torna-se um grande pesquisador sobre a energia corporal e toda e qualquer forma de energia e de vida; e de como esta descoberta poderia proporcionar melhor desenvolvimento de técnicas num processo psicoterapêutico.

Para Reich o indivíduo é constituído de uma energia vital, a libido, sendo esta a própria energia da sexualidade, que no desenvolvimento do ser humano é reprimida, de alguma forma, em alguma fase, podendo esta trazer dificuldades em alguns setores da vida adulta. Em um de seus artigos Reich fala sobre a repressão da libido na primeira infância, e o quanto a intensidade dessa repressão pode causar um maior e mais complicado sintoma.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MORO, E. A dança do ventre como instrumento na psicoterapia corporal para mulheres. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

A partir daí, Reich apud Volpi (2000), desenvolve a teoria do orgasmo, uma função que o organismo tem de se auto-regular (carga e descarga), onde afirma que: a perturbação genital era um importante – talvez o mais importante – sintoma da neurose. Desta forma, sua tentativa era de não mais errar nas interpretações, pretendia assegurar-se de por que e para que a interpretação. Aprofundando suas pesquisas Reich percebe que a energia vital pode se apresentar fragmentada, ou seja, não flui por todo o corpo. Essas cisões podem ocorrer no desenvolvimento da vida do indivíduo, na qual são chamadas de couraças. Sendo essas, bloqueios musculares, que não permite a fluência dessa energia vital. Estas couraças são por sua vez uma forma de proteção de situações ameaçadoras e dolorosas, encontrada pelo indivíduo para sua sobrevivência.

Reich (1995) mapeou no corpo sete segmentos onde estão presentes as couraças: ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático, abdominal e pélvico. Relacionou cada um deles a fases do desenvolvimento pelas quais passa a criança, cujo bloqueio que irá contribuir para a determinação dos traços de caráter. Segundo Volpi e Volpi (2002) A primeira fase do desenvolvimento, denominada ocular ou de sustentação, corresponde ao período da gestação; a fase oral ou de incorporação, diz respeito a amamentação e desmame. A terceira fase é a anal ou de produção, e diz respeito ao controle dos esfíncteres, momento em que a criança mais percebe o seu corpo. A fase fálica, também chamada de identificação é marcada pela descoberta das diferenças sexuais anatômicas, é o reconhecimento da própria sexualidade, e a última fase a genital evidencia a masculinidade nos meninos e a feminilidade nas meninas.

Posteriormente a Reich, e partindo do conhecimento e do pensamento já desenvolvido por ele, outros pesquisadores se aprofundaram em desenvolver técnicas para se alcançar a consciência do próprio funcionamento no mundo.

Alexander Lowen um destes pesquisadores, que foi paciente de Reich, iniciou seus estudos a partir do pensamento reichiano sobre energia vital, desenvolvendo técnicas corporais que melhor pudessem trabalhar as couraças no corpo do homem, fazendo a energia fluir e esse corpo pulsar. Surge então a bioenergética.

A bioenergética une expressão do corpo e caráter psíquico, passado e futuro, raízes e transcendência: propõe um movimento em direção à história pessoal de cada indivíduo, levando-o a compreender a função de sobrevivência de seus bloqueios e padrões de comportamento, numa viagem ao inconsciente, ancorado no corpo, na energia e na personalidade, ao mesmo tempo em que busca progressão, integração e crescimento com maior prazer e satisfação



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MORO, E. A dança do ventre como instrumento na psicoterapia corporal para mulheres. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

(VOLPI & VOLPI, 2003, p. 8)

Desta forma, o corpo é visto como o grande revelador da história de uma pessoa e a sua personalidade. Partindo-se desse reconhecimento é que poderia-se organizar um trabalho psicoterapêutico. Os pontos principais a serem visualizados são a respiração, o contato que o indivíduo faz consigo mesmo, a harmonia desse corpo como um todo e as diferentes partes. Isso é chamado de leitura corporal.

Essa leitura corporal, pode aparecer rapidamente quando se inicia um processo de aprendizado da dança do ventre. Como poderia ser visto isso dentro de uma dança? A dança do ventre é um bom começo para retornar o contato com o próprio corpo. Nossas emoções não existem apenas na mente, elas deixam marcas profundas, nos músculos, articulações e em toda nossa estrutura enquanto ser humano.

A dança do ventre é uma arte milenar, surgiu no antigo Egito entre as sacerdotisas que realizavam danças chamadas sagradas. E somente elas sabiam os movimentos e sobre a arte de expressar sentimentos através de seu corpo com a música. Dançar é permitir a soltura de tensões, é relaxamento, abertura para sentimentos.

O ventre é o símbolo do útero da Terra, o ponto de partida de vida e morte. A imagem do ventre nas artes é vista tanto nas Vênus Esteatopígeas do mediterrâneo, com seu imenso ventre e seios fartos- símbolos magnos da fertilidade (BRAGA, 2002, p. 7)

Respeitando nossos limites, damos espaço para que o corpo flutue. A resistência do corpo está diretamente ligada a necessidade de defesa. A flexibilização exigida na dança, faz com que o corpo entre em contato com cada parte separadamente, e posteriormente, a união destas. Na antiguidade, as mulheres dançavam a fertilização da terra, a força de seu povo, e os prazeres do corpo, emitindo um tom sensual, místico e energético. O ventre, a parte que mais traduz os segredos da vida, também guarda a maior fonte de energia do corpo feminino. A dança do ventre, trabalha a dissociação, flexibilização e conscientização desse corpo, e faz um contato direto com a pelve, onde se concentra a energia sexual, acompanhado pelo desenvolvimento de um processo mental, e todos os movimentos estão associados a elementos da natureza. Dentro da dança pode-se reconhecer cada segmento de couraça, através da dissociação que tem-se de fazer durante o aprendizado. Alguns tipos como: dissociar cabeça, braços, tronco, quadril.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MORO, E. A dança do ventre como instrumento na psicoterapia corporal para mulheres. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

Um dos exercícios propostos pela bioenergética é o chamado grounding. Uma postura corporal, que permite uma vibração intensa por todo o corpo. Na dança, esta postura de grounding tem que estar bem assumida pois nela está o encaixe do corpo, na qual essa significa proteção física, e contato direto com a própria energia, a energia que Reich pesquisou e segmentou. O trabalho de respiração, também assume um importante papel, pois para se trabalhar o ventre com os movimentos de ondulação, a respiração precisa chegar até o abdômen. Isso faz com que a energia inicie fluência por todo o corpo passando pelos 7 segmentos denominados por Reich. E no momento que as pessoas se deparam com a dificuldade de qualquer tipo de movimento, se propõem a buscar a perfeição, onde refletidamente eleva sua auto-estima, pela busca, pelo reconhecer-se. A dança é um voltar-se para si, um pensar sobre si, pois estar movimentando cada parte do corpo, associado a respiração, equilíbrio e emoção traz uma grande satisfação para quem o faz.

Num trabalho de psicoterapia, a associação da dança poderá enriquecer de uma forma prazerosa ao paciente a busca de seu desenvolvimento, e o contato com as diferentes dificuldades de cada um. Isso porque envolve e desenvolve a beleza, a sensualidade, a vaidade e a feminilidade.

Não há pretensão de se descrever o processo da dança e o processo da psicoterapia corporal neste trabalho, mas sim, o objetivo que ambas buscam para o ser humano, aqui especificamente por se tratar de uma dança que emerge o mais profundo dos sentimentos que é o da vida, de se sentir vivo, da energia estar fluindo por todo o corpo.

Poderíamos buscar então, como psicoterapeutas corporais, ao que Reich procurou conhecer e desenvolver ao longo de seu trabalho e sua vida, com todas as pesquisas e descobertas a respeito do corpo e do pensamento do homem, o contato direto com a energia vital, ou seja a libido, e de como essa circulação de energia possa acontecer mesmo com a existência das couraças que poderão ser flexibilizadas para uma melhor interação com seu meio. Expressar-se pela arte, no caso, a dança, é uma das maiores dádivas que o corpo consegue manifestar. Falar com os olhos, mãos, pés e tronco é falar direto ao coração de quem vê, e de quem faz. Na dança é preciso demonstrar emoção. Por isso é necessário aprender a senti-la e experimentá-la em seu próprio corpo.

REFERÊNCIAS

BRAGA, R. In: **Revista Dança Oriental.** São Paulo: Ed Escala Ltda, 2002



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MORO, E. A dança do ventre como instrumento na psicoterapia corporal para mulheres. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

CENCI, C. **Dança do Ventre - Cd Rom** – Produzido por Sonopress - Rimo Indústria e comércio fonográfica Ltda, 2002

JACQ, C. **As Egípcias:** Retratos de Mulheres do Egito Faraônico. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2000.

VOLPI, J. H. **Psicoterapia Corporal** – Um Trajeto histórico de Wilhelm Reich. Curitiba: Centro Reichiano, 2000

VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Práticas Da Psicologia Corporal Aplicadas Em Grupo** – Curitiba: Centro Reichiano, 2001

VOLPI, J. H., VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2002

VOLPI, J. H., VOLPI, S. M. **Reich** – A análise Bioenergética. Curitiba: Centro Reichiano, 2003

Elizabeth Moro / Maringá / PR / Brasil

E-mail: betmoro@irapida.com.br