



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

CONVERGÊNCIAS E DIVERGÊNCIAS ENTRE A PSICOLOGIA CORPORAL E O YÔGA

Alessandro Marcelo Wainer Martins
José Henrique Volpi

RESUMO

A difusão das técnicas do Yôga entre os psicoterapeutas corporais sugere um conhecimento maior das origens dessa filosofia prática a fim de que se entendam os pontos de intersecção entre psicoterapia corporal e a filosofia prática hindu. O Yôga nasceu há mais de cinco mil anos no Vale do Rio Indo, com características matriarcais, desrepressoras e sensoriais e, através de técnicas específicas, objetiva a chegada a um estado de hiperconsciência conhecido como samádhi, que só é possível através do direcionamento da energia sexual que, nessa cultura, é conhecida como kundaliní. Considere-se que em suas etapas mais avançadas o praticante do Yôga usa a retenção do orgasmo para chegar a tal fim, enquanto que, na psicoterapia reichiana e suas derivadas objetiva-se a descarga. Com o conhecimento correto dos objetivos da psicoterapia e do Yôga e das etapas para se chegar a tais, pode-se ter melhor compreensão de como essas práticas podem ser complementares.

Palavras-chave: Economia Sexual. Orgasmo. Psicologia Corporal. Reich. Yôga.

O uso das técnicas do Yôga são uma realidade em diversas abordagens da Psicologia, particularmente aquelas de orientação reichiana, pós-reichiana e neo-reichiana, ainda que esta filosofia prática, nascida no Vale do Rio Indo há mais de 5 mil anos¹, não apresente evidências de finalidades terapêuticas em sua origem. São inegáveis seus benefícios para a saúde do corpo, das emoções e da mente (DEROSE, 2003, p.44-60). E, justamente por isso, de forma muito válida e apropriada, as técnicas do Yôga vêm sendo incorporadas entre os recursos dos psicoterapeutas, com ênfase entre aqueles especializados nas abordagens corporais.

De um ponto de vista mais técnico, sem vieses místicos portanto, “Yôga é qualquer metodologia estritamente prática que conduza ao samádhi²”. Isto é: embora o Yôga promova a saúde, como efeito adjacente, ele não tem como fim último curar o que quer que seja e sim levar o praticante a um estado de hiperconsciência e autoconhecimento que só o próprio Yôga

¹ Escavações nas décadas de 1920 e de 1930, em Mohenjo-Daro e em Harappá, no Vale do Indo, descobriram 3.000 selos (sinetes esculpidos em esteatite, material similar à pedra-sabão) que testemunham a cultura da civilização harappiana ou dravídica. Esses e outros objetos em metal e argila trazem diversas evocações dos exercícios de Yôga, simbologias relacionadas à filosofia e personagens a ela ligados. Os achados são datados entre 3000 e 2000 antes de Cristo. Desse modo, estima-se que o Yôga tenha pelo menos 5 mil anos de existência (SANTOS, 2000, p. 21-34)

² “Samádhi é o estado de hiperconsciência e autoconhecimento que só o Yôga proporciona. Não tem nada a ver com o satori do Zen, nem com o nirvana do Budismo” (DEROSE, 2007, p. 53)



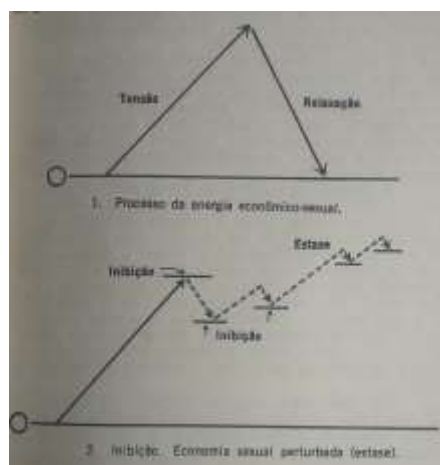
COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

proporciona. Isso, por conta dos seus inegáveis benefícios para a saúde física e mental, não invalida o uso das técnicas do Yôga de forma terapêutica, visto que qualquer recurso pode ser usado de tal maneira, como os esportes e as artes, além de uma infinidade de atividades físicas, intelectuais e emocionais. Considere-se que a dança, por exemplo, usada em ambiente terapêutico não deixa de ser dança, mas o seu objetivo passa a ser outro que não a expressão artística em si.

Chama a atenção, no que tange ao objetivo do Yôga e a sua presença no ambiente terapêutico de alinhamento reichiano, que o samádhi só se obtém a partir do acúmulo e do estímulo de energia sexual que, no Yôga, é conhecida como kundaliní³: “Kundaliní é uma energia física, de natureza neurológica e manifestação sexual” (DEROSE, 2007, p.147). Junto a isso, segundo Shivánanda (1994, p.33), nenhum samádhi é possível sem a kundaliní. Leia-se: nenhuma hiperconsciência é possível sem o desbloqueio da energia sexual. O samádhi, portanto, só é obtido através da ascensão da kundaliní da base da coluna até o alto da cabeça através de diversas técnicas, entre elas a retenção orgástica e o simultâneo incitamento da sexualidade, seja por seu estímulo - em linhagens mais sensoriais - ou por sua repressão - em linhagens que negam a sensorialidade.

De maneira superficial e leviana, poderia se entender que esse artifício vai completamente na contramão das teorias Reichianas, teorias que o classificariam como estase sexual ou economia sexual perturbada (REICH, 1988, p.101), sobretudo se se leva em conta que o praticante de Yôga lança mão desse recurso proposadamente. Como se observa no gráfico abaixo, encontrado no livro *A Função do Orgasmo*, de Reich:



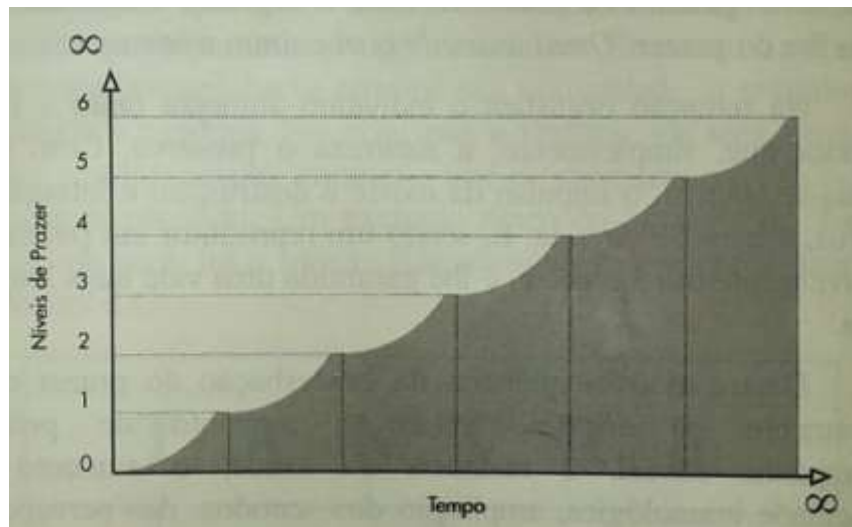
³ “Significa serpentina, aquela que tem a forma de uma serpente. De fato, sua aparência é a de uma energia ígnea, enroscada três vezes e meia dentro do múládharma chakra, o centro de força situado próximo à base da coluna e aos órgãos genitais” (DEROSE, 2007, p.147)



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

A seguir, como contraponto, apresenta-se o gráfico que demonstra a dinâmica energética do contato sexual sem orgasmo: No capítulo Tantra: A Estrutura Comportamental do Yôga Pré-Clássico, no livro Yôga, Sámkhya e Tantra (SANTOS, 2000, p.93). Essa prática é conhecida como maithuna e faz parte da quarta etapa do Método de Yôga Avançado (BONA, 2009, p. 51), mas também integra as metodologias de outros Yôgas de orientação tântrica:



Segundo Santos (2000, p.92), o gráfico mostra como “antes da energia sexual chegar ao clímax e explodir em orgasmo, o praticante diminui a intensidade do contato, deixa que o corpo se restabeleça para, em seguida, dar continuidade ao exercício”, sendo que isso pode durar alguns minutos ou mesmo algumas horas. Além disso, a energia pode ser retida ao final do contato e sua liberação protelada para outro momento, indefinidamente.

A partir desses conhecimentos, pode parecer, superficialmente, haver ao menos duas contradições entre o Yôga e a psicoterapia. Temos que o Yôga não é terapêutico ou psicoterapêutico (DEROSE, 2003, p.44), inexistindo nele qualquer caráter analítico ou interpretativo. E atinge seus fins últimos através do acúmulo da energia sexual: isso vale para qualquer Yôga, dentre os milhares de linhas e escolas hoje existentes, visto que qualquer Yôga visa como fim último o samádhi e que, para tanto, a kundaliní e o acúmulo energético são condições *sine qua non*. Mesmo escolas que reprimem a sensibilidade e a sexualidade (não tântricas) o fazem para que a energia se acumule.

No entanto, é muito delicado, superficial - e até errôneo - falar em contradições como se fossem práticas divergentes ou incompatíveis a priori - uma vez que, como foi demonstrado acima, as propostas das duas são muito diferentes: o Yôga trabalha o corpo, a energia e as emoções para que seja possível atingir o samádhi de forma segura e a Psicoterapia também



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

trabalha o corpo, a energia e as emoções, mas para a emergência de conteúdos inconscientes que, então, serão tratados analiticamente.

Essa diferença de metas, porém, não impede de forma alguma o uso adaptado das técnicas do Yôga no ambiente terapêutico, como será demonstrado a seguir através das intersecções existentes entre ambas.

Mais uma vez, cabe a analogia: se usamos uma atividade física qualquer, digamos, a dança como recurso terapêutico, tal atividade não deixa de ser dança. O paciente continuará a se movimentar rítmica ou expressivamente, possivelmente ao som de alguma música: é dança! Mas o objetivo não é mais que ele se apresente e faça uma turnê pelos teatros do País, e sim que a partir de sua experiência coreográfica se possa trabalhar analiticamente. Se essa pessoa, depois, se tornar uma bailarina famosa, isso é uma outra história⁴.

Para compreender as intersecções entre Yôga e psicoterapias corporais, porém, cabe antes o entendimento das origens da filosofia prática hindu, seus fundamentos e as etapas para que ela atinja seu objetivo (samádhi) através da manipulação da energia sexual (kundaliní).

KUNDALINÍ E ORGÔNIO: A DESOBSTRUÇÃO DAS NADIS E A FLEXIBILIZAÇÃO DAS COURAÇAS

As psicoterapias corporais visam o livre fluxo energético céfalo-caudal a fim de que a bioenergia, denominada por Reich de orgônio, possa fluir e ser descarregada pelo organismo, evitando sua estase. Para tanto, através de diversas técnicas – por exemplo, os actings da vegetoterapia (NAVARRO, 1996, p.49-86) –, flexibiliza as couraças do paciente de modo que ele atinja a potência orgástica, a total descarga energética e a conseqüente autorregulação.

O Yôga, por sua vez, chama a energia física, desde que manifestada biologicamente, de prána. Uma dessas manifestações biológicas é a própria kundaliní, que, por sua vez, tem natureza neurológica e característica sexual. Um pré-requisito para que se consiga que ela ascenda pela coluna do praticante, sem riscos, é desobstruir as nádís (canais energéticos do organismo), sobretudo ídá e pingalá - que o prána percorre para chegar à base da coluna vertebral - e sushumná - que suportará a ascensão da kundaliní e do qual brotam os principais

⁴ De maneira ortodoxa, no entanto, só se considera Yôga a prática que visa o samádhi e que trabalha com um público identificado com a filosofia. Deste modo, uma prática psicoterapêutica que utiliza técnicas originárias do Yôga é tão somente uma psicoterapia que utiliza tais técnicas para suas próprias finalidades e, portanto, não é Yôga.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

chakras do corpo energético. Isso é obtido através de diversas práticas físicas, energéticas e mentais ao longo de um certo tempo, geralmente anos.

É inevitável fazer a correlação entre orgônio e prána – bem como sua manifestação sexual, a kundaliní. E, possivelmente, sejam de fato a mesma coisa. No entanto, dizer que as psicoterapias corporais e o Yôga, independentemente das linhas e escolas, são incompatíveis porque a primeira visa que essa energia desça da cabeça para a pelve e o segundo visa que ela suba da pelve para a cabeça é insuficiente. Ora, para que o Yôga consiga fazer com que a energia suba, é antes necessário permitir que ela se acumule de forma assimilável na base da coluna. E, para tanto, a energia deve, antes, ser captada pelo organismo e ser capaz de fluir até a região pélvica - bem como para todo o corpo energético - e ali se acumular. Mesmo nas psicoterapias corporais admite-se que o fluxo energético não é em uma única direção, subindo pelo dorso e descendo pelo ventre (HENRIQUES, EISENREICH e DE NADAL, 2014).

Outra correlação possível de ser feita no que diz respeito ao fluxo energético sob a ótica do Yôga e sob a ótica da Psicoterapia Corporal é quanto às estruturas que impedem ou dificultam esse fluxo. No Yôga, temos os granthis, que impedem a ascensão da energia pela coluna. Na Psicologia Corporal, temos as couraças musculares, que impedem que a energia seja descarregada adequadamente.

No entanto, os granthis, em número de três – Bhráma granthi, na base da coluna, Vishnu granthi, na altura do peito, e Shiva granthi, próximo aos olhos – fazem parte da estrutura energética humana, eles vêm “de fábrica”, como válvulas de segurança que só se abrem quando o praticante está pronto para tal. As couraças reichianas, por sua vez, são adquiridas ao longo do desenvolvimento da pessoa.

ORIGENS MatriarCAIS E NATURALISTAS DO YÔGA E POSTERIORES MUDANÇAS

Para descartar a ideia de que o Yôga é incompatível com a Psicoterapia Corporal, propalada por diversos autores (BOMBARDELLI e PORTO, 2016), convém também conhecer a história da filosofia prática desde suas origens.

O Yôga, em sua origem e segundo as descobertas feitas nos sítios arqueológicos de Harappá e Mohenjo-Daro nas décadas de 1920 e de 1930, é matriarcal. E, portanto, sensorial e desrepressor, características que o identificam com a filosofia comportamental do Tantra (SANTOS, 2000, p. 31-34).

Isso é muito diferente do senso comum ocidental que crê que o Yôga é uma prática que visa desligar o praticante dos estímulos da sociedade, do mundo e do cosmos. Tal pensamento



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

chega a contaminar a visão de Federico Navarro (1996, p.11), que afirma que “no ioga não se ‘sente’ a energia”, inclusive negando, em sua afirmativa, a autogestão das emoções conferida pelo Yôga.

Chamou também a atenção dos arqueólogos de Harappá e Mohenjo-Daro que as antigas cidades do Vale do Indo – de notável arquitetura, urbanismo e tecnologia para a época - não possuíam templos. Nada foi encontrado das estátuas de divindades que costumam povoar sítios arqueológicos de outras civilizações antigas (SANTOS, 2000, p.31). Isso é uma forte evidência que o Yôga nasceu em um contexto naturalista, sem cunho religioso e, portanto, identificado com a filosofia especulativa Sámkhya⁵.

A atual compreensão do que o Yôga é - ou era -, porém, tem razão de ser. O Yôga ao longo dos séculos sofreu diversas mudanças ocasionadas por fatores históricos. Primeiramente, como se viu, ele era um Yôga com identificação Tantra (sensorial e matriarcal) e Sámkhya (naturalista) e assim o foi durante 4 mil anos, logo, a maior parte de sua existência. A seguir, no século III a.C. firma-se como um Yôga com identificação Brahmáchárya (repressor e patriarcal) e permanecendo ainda Sámkhya (naturalista). Tal mudança faz sentido, uma vez que se dá depois das invasões dos áryas, um povo guerreiro, sub-bárbaro, nômade e territorialista que facilmente fez frente à sedentária civilização drávida, apagando tal cultura quase que completamente. Embora a última onda de ocupação ariana tenha se dado, estimativamente, por volta de 1500 a.C., o chamado de Yôga Clássico só teve sua formalização e sistematização com o famoso Yôga Sútra de Pátañjali, somente 1200 anos depois. Portanto, o Yôga Clássico é o Yôga arianizado, fruto de uma sociedade patriarcal que se sedimentou em castas, como solução de proteção patrimonial e de segregação racial (áryas versus drávidas).

No século VIII d.C., houve a divulgação do Vêdânta por Shankaráchárya por toda a Índia (então conhecida como Bhárata) e o Yôga se transforma em uma prática mais ligada às vertentes Brahmáchárya (repressor, patriarcal) e Vêdânta (espiritualista, místico, religioso).

Ocorreu, então, uma recuperação das características tântricas do Yôga, a partir do século XI d.C., com a escola tântrica Kaula⁶, de Matsyêndranatha. O discípulo Gôrakshanatha de Matsyêndranata, funda o Hatha Yôga e, depois disso, a partir do século XIX, passa-se a ter

⁵ “Essa filosofia pode ser sintetizada como uma tentativa do homem em compreender a sua existência, explicando-a segundo leis naturais; e na dissociação entre algo que é mutável e aquilo que permanece imutável em todos os seres e por trás de todos os processos da Natureza” (SANTOS, 2000, p.53).

⁶ “Praticamente tudo o que existe de literatura tântrica no Ocidente é originário dessa escola” (DEROSE, 2007, p.63)



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

um Yôga mais identificado com as vertentes Tantra e Vêdânta, do qual Aurobindo, Rámakrishna, Vivêkananda, Shivánanda, Chidánanda, Krishnánanda e Yôgêndra são os principais representantes (DEROSE, 2007, p.57-68).

De tudo isso, conclui-se que o Yôga, embora tenha sofrido todas essas mudanças ao longo de sua história, inicialmente era sensorial – usando o prazer como ferramenta para seus comportamentos e objetivos – e naturalista - sem buscar explicações sobrenaturais para os fenômenos que se dão no indivíduo mediante sua prática. Não obstante, o que encontramos hoje são milhares de escolas de Yôga, com diferentes abordagens e alinhamentos e que, de alguma forma, derivaram desse proto-Yôga, como galhos que partem de um mesmo tronco (DEROSE, 2007, p. 79-90).

METODOLOGIA DO YÔGA

Sabendo, então que o Yôga pode ser, sim, sensorial, voltado para o prazer e para a identificação com o próprio corpo e com outras estruturas mais sutis do ser humano (energia, emoções, mente, intuição), cabe agora entender os pontos de intersecção entre as técnicas da filosofia prática e da Psicoterapia Corporal.

É de se supor que, para atingir um objetivo tão ambicioso como o samádhi, o Yôga deve ter uma metodologia organizada com clareza. Cada linhagem e, dentro de cada linhagem, cada escola de Yôga tem – ou deveria ter – o seu método sistematizado. No caso do Yôga que vamos analisar, o SwáSthya Yôga, existe o Método de Yôga Avançado – Esquema de Atuação Escalonada (BONA, 2009, p. 51):

1. Pré-Yôga: preparatório antes do Yôga
2. Ashtánga sádhana: reforço da estrutura biológica
3. Bhúta Shuddhi: fase de purificação intensiva
4. Maithuna: técnicas de canalização da energia sexual
5. Kundaliní: despertar do poder interno
6. Samádhi: hiperconsciência, autoconhecimento

Chama a atenção que, antes da fase do maithuna, essa em que há a ênfase na retenção orgástica, há uma outra fase que visa o preparo da estrutura biológica do praticante (DEROSE, 2007, p.137-138) – isto é, do seu corpo, área tão cara às psicoterapias de derivação reichiana –, seguida de uma fase de purificação intensiva que inclui não só os alimentos ingeridos, mas também comportamento, emoções e pensamentos, quando o



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

praticante, a essa altura, estará preparado para lidar de maneira mais profunda com esses aspectos.

Não são etapas curtas. A fase 2, pode levar muitos anos para se desenrolar, a depender da dedicação, frequência, constância e intensidade da prática. Essa prática da fase 2, que consiste ela mesma de oito partes em uma mesma sessão, trabalhará a sensibilidade, a identificação com arquétipos, a extroversão e a introversão, a respiração – e, através dela, as emoções e a autonomia e o aumento gradativo e assimilável da carga energética -, a limpeza das mucosas – com exercícios oculares e de contrações abdominais que massageiam as vísceras, entre outros -, o corpo de forma consciente – ora alongando, ora contraindo a musculatura -, a descontração física e da mente e, finalmente, a concentração, a intuição e outros estados de consciência de acordo com o grau de aprofundamento do yôgin (BONA, 2009, p.45).

Se se observar atentamente uma prática de ashtânga sádhana, a segunda etapa do método que estamos analisando - é possível notar que, embora não seja uma prática psicoterapêutica nem por definição, nem por objetivo -, ela trabalha, de fato, o corpo físico, energético, emocional e mental.

O REFLEXO DO ORGASMO E A RETENÇÃO DO ORGASMO

Fica a questão de como, nesse caso, o estímulo e o acúmulo proposital da energia sexual, no Yôga, funciona de forma positiva e não neurótica. E, embora, por óbvio, o objetivo do Yôga e da Psicoterapia Corporal sejam completamente diferentes, compreender isso é fundamental para entender por que, do ponto de vista do desbloqueio energético, tratam-se de áreas que podem se complementar.

Observe-se primeiramente que a meta da vegetoterapia é o desbloqueio das couraças com objetivo de resgatar a livre pulsação energética do organismo e o reflexo do orgasmo do paciente, a partir do que ele poderia receber alta, tendo atingido um grau de autorregulação, principal objeto da clínica reichiana (VOLPI, 2020, p.42).

Se o reflexo do orgasmo ainda não foi desenvolvido, o indivíduo não tem os recursos para descarregar o excedente energético que fica retido em suas couraças. Uma vez que o reflexo do orgasmo é atingido, ele atinge a autorregulação, tendo uma maior consciência, flexibilidade e autonomia de suas couraças. Do mesmo modo, elas se tornam mais maleáveis, levando a pessoa a um amadurecimento de seus traços de caráter.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

Por outro lado, no ashtānga sādhana, fase que antecede maithuna (quarta fase), kundaliní (quinta fase) e samādhi (sexta fase) no Método de Yôga Avançado, de modo similar – e sempre guardadas as diferenças no que diz respeito a objetivos, detalhes técnicos de execução e intencionalidades –, querendo-se ou não, são trabalhados os diversos segmentos de couraça. Assim, por hipótese, pode-se imaginar que, embora sem necessariamente essa intenção, o praticante de Yôga desenvolve uma maior autorregulação e autonomia. Isso lhe daria o sentir e o entendimento do que fazer quanto ao excedente energético que se desenvolve de forma gradativa ao longo dos anos.

Ainda, é evidente que não é possível reter o orgasmo se o sujeito sequer desenvolveu a potência orgástica, só existente mediante a capacidade de entrega e dissolução das couraças crônicas. No sujeito neurótico, o orgasmo é retido parcial ou completamente, não por vontade, mas por incapacidade. No praticante de Yôga - supostamente -, já com uma autorregulação desenvolvida pelas práticas anteriores ao maithuna, a retenção é intencional e autorregulada, de acordo com sua capacidade, podendo-se aliviar a pressão a qualquer momento de acordo com como ele se sente pois, hipoteticamente, desenvolveu ou se aproximou da potência orgástica.

O USO DAS TÉCNICAS DO YÔGA EM PSICOTERAPIA

Sem dúvida, há muitas interseções entre as técnicas e efeitos da Psicoterapia Corporal e as técnicas e efeitos do Yôga, bem como a relação positiva e saudável com que os dois encaram a energia sexual e, assim, seria válido considerar o uso da filosofia prática em ambiente terapêutico. Considere-se sempre que a proposta da psicoterapia, mesmo de abordagem corporal, é sempre buscar a análise do conteúdo, o que não é feito no Yôga, justamente porque a proposta é diferente. Nesse contexto, qualquer trabalho corporal, incluindo técnicas pinçadas do Yôga, tem por objetivo dar ao terapeuta acesso às couraças, ao inconsciente e, depois disso, ser possível analisar o conteúdo emergido. Porém, é inegável que as técnicas do Yôga podem ser usadas dessa forma, na medida em que as duas se aproximam na atuação sobre o componente energético dos organismos e no funcionamento desse componente: o Yôga o faz para que seja possível atingir o samādhi de forma segura através do uso de tal energia e a Psicoterapia o faz para dar a autorregulação ao paciente.

Um ponto importante aqui levantado é que a retenção do orgasmo, encontrada como recurso para o autoconhecimento nas linhas tântricas de Yôga, só é possível de fato se o sujeito é capaz da potência orgástica. Esta irá conferir autorregulação e autonomia, podendo, o



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

praticante, assim, lidar com o quantum extra de energia envolvido nesse processo da maneira que sentir mais condizente com seu corpo e com suas emoções. Por hipótese, pode-se dizer que o Yôga, ainda que não seja esse seu objetivo, confere tal autossuficiência ao praticante. Enquanto isso, o sujeito eminentemente neurótico retém tal energia porque desconhece o modo de descarregá-la adequada e completamente, retendo-a de forma crônica e inconsciente nos seus segmentos de couraça.

Pode-se apontar como outra convergência fundamental, o fato de que o Yôga, desde que de orientação tântrica (matriarcal, sensorial e desrepressora), se volta para o sentir e para a conexão saudável e prazerosa consigo mesmo, com seu próprio corpo, com a sociedade e com o universo.

REFERÊNCIAS

BOMBARDELLI, Pablo; PORTO, Marcelo. **Técnicas do Yoga como ferramenta convergente da Vegetoterapia-Caracteroanalítica**. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) XXI CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2016, pp. 119-129. [ISBN-978-85-69218-01-2].

BONA, Rodrigo de. **Quadros Sinóticos do Yôga Antigo**. 1. ed. Florianópolis, Brasil: Uni-Yôga, 2009. ISBN 978-85-85504-12-0.

DEROSE. **Tudo o que você nunca quis saber sobre Yôga e jamais teve a intenção de perguntar**. Porto Alegre: L&PM, 2003. ISBN 85.254.1244-9

DEROSE. **Tratado de Yôga**. 42. ed. São Paulo, Brasil: Nobel, 2007. ISBN 978-85-213-1361-8.

HENRIQUES, Antonio Roberto de Sousa, EISENREICH, Alessandra da Silva e DE NADAL, Luciana Garbini. **Navegando na onda do prazer: Kundalini e Potência Orgástica**. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN - 978-85-87691-24-8].

NAVARRO, Federico. **Metodologia da Vegetoterapia Caractero-Analítica**. São Paulo: Summus Editorial, 1996.

REICH, Wilhelm. **A Função do Orgasmo**. 14. ed. São Paulo, Brasil: Editora Brasiliense, 1988. ISBN 85-11-15003-X.

SHIVANÁNDA, Swami. **Kundalini Yoga**. 10. ed. Himalayas, India: The Divine Life Society, 1994. ISBN 81-7052-052-5. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/1soJ6afbM3y1i4787es3YcYBJcmqBar-x/view>. Acesso em: 23 fev. 2022.

SANTOS, Sérgio. **Yôga, Sámkhya e Tantra**. 3. ed. São Paulo, Brasil: Martin Claret, 2000.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MARTINS, Alessandro Marcelo Wainer; VOLPI, José Henrique. Convergências e divergências entre a Psicologia Corporal e o Yoga. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-85-69218-06-7]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos>. Acesso em: ____/____/____.

VOLPI, J. H. **A B C reichiano e pós-reichiano**. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org). Curso de Extensão em Psicanálise Reichiana: Teoria da Libido e da Economia Sexual segundo a Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2020.

APRESENTADOR

Alessandro Martins, Curitiba, Paraná, Brasil

Bacharel em Comunicação Social com habilitação em Jornalismo pela Universidade Federal do Paraná. Diplomado no Curso Superior de Formação Específica, campo de saber em Yôga, pela Universidade Estadual de Ponta Grossa. Graduando de Psicologia pela Unidombosco, cursando especialização em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Psicoterapeuta Corporal, no Centro Reichiano, Curitiba/PR. Hipnólogo pelo Instituto Brasileiro de Hipnose e Terapias.

E-mail: alessandro1973@gmail.com

ORIENTADOR

José Henrique Volpi / Curitiba / PR / Brasil

Psicólogo (CRP-08-3685), Especialista em Psicologia Clínica, Anátomo-Fisiologia, Hipnose Ericksoniana, Psicodrama e Brainspotting. Psicoterapeuta Corporal Reichiano, Analista psicocorporal Reichiano formado com o Dr. Federico Navarro (Vegetoterapia e Orgonoterapia). Especialista em Acupuntura clássica e Método Ryodoraku (eletrodiagnóstico computadorizado de medição da energia dos meridianos do corpo). Mestre em Psicologia da Saúde. Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento. Autor de diversas publicações na área da Psicologia Corporal. Organizador e Presidente dos Congressos Brasileiros de Psicoterapias Corporais.

E-mail: volpi@centroreichiano.com.br