



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BERTOL, Maria Paula; VOLPI, José Henrique. O resgate do self na relação com a natureza à luz da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

## O RESGATE DO SELF NA RELAÇÃO COM A NATUREZA À LUZ DA PSICOLOGIA CORPORAL

**Maria Paula Bertol**  
**José Henrique Volpi**

### RESUMO

Na Psicologia Corporal, ao estudarmos as dinâmicas caracterológicas, investigamos desde a história de vida das pessoas analisadas, até onde existam couraças, originadas de traumas, que ocasionam bloqueios emocionais e comprometem o fluxo de energia que traz o equilíbrio necessário para o bem viver. São utilizadas técnicas que nos permitem compreender estes bloqueios e intervir para além da terapia verbal, a nível corporal e energético. Neste estudo fazemos também o resgate de conhecimentos ancestrais, a partir do Xamanismo, sobre a relação entre ser humano e natureza, buscando aprofundamento sobre a energia e a vida na Terra, sob a ideia de uma totalidade da qual somos parte. Considerando uma intersecção entre estes caminhos, exploramos o estudo dos quatro elementos da natureza, a partir de uma analogia simbólica, onde cada elemento é compreendido como um aspecto diferente do ser. Neste sentido, a proposta é analisarmos as possibilidades de intervenção na prática da psicologia corporal em diálogo com este conhecimento ancestral na relação com a natureza. Consideramos possível o encontro destes conhecimentos acreditando que possam vir a se complementar, no que se refere à auto percepção e equilíbrio no fluxo e nível de energia das pessoas.

**Palavras chave:** Ecopsicologia. Psicologia Corporal. Quatro elementos. *Self*. Xamanismo.

---

*Eu sou o fogo que brilha e que aquece.  
Eu sou o ar que consciente se expressa.  
Sou terra firme, semente que floresce.  
Água profunda, memória ancestral...”*  
(Babi Farah)

### DESDE A ANCESTRALIDADE

Na sociedade em que vivemos, somos constantemente influenciados pela urbanização da vida, podendo nos desconectar cada vez mais da natureza, mesmo que ainda nos percebamos parte dela, tanto no aproveitamento de seus recursos e benefícios, como na sua preservação. De uma forma ou outra, todos nós temos algum tipo de contato com ela, mesmo que cada vez mais distantes de sua essência.

Diferentes povos nativos tinham, e muitos ainda trazem em suas culturas, a vida em harmonia com a natureza e a conexão com seus elementos, e saberes ligados a como se



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BERTOL, Maria Paula; VOLPI, José Henrique. O resgate do self na relação com a natureza à luz da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

relacionam entre si. Honram e cultuam a natureza e nos compreendem, seres humanos, como parte integrante de uma mesma unidade.

Capra (2004) fala na “teia da vida”, onde todos os seres estão interconectados e interdependentes. Podemos compreender a Terra como um organismo vivo, sensível e com consciência, onde nós seres humanos fazemos parte deste todo junto aos demais seres que nela habitam. Com inspiração nesta relação de unidade com a natureza e, partindo da ideia de que compomos esta totalidade, propomos uma reflexão sob este ponto de vista.

Para aprofundar esta compreensão, optamos pelo Xamanismo entre os diversos caminhos que poderiam nos auxiliar. Trazendo em sua essência um forte vínculo com a terra, com os seres da natureza e com a ancestralidade, atualmente tem sido utilizado por diversas comunidades ocidentais. Contudo, como ressalta Friedrich (2016), é importante termos a ciência de que são os povos tradicionais, entre eles os indígenas, os que mais preservam este conhecimento, que para eles está diretamente ligado ao plano espiritual.

Ao visitarmos este conhecimento ancestral, vindo de culturas nativas que o consagram e possuem viva esta conexão, podemos encontrar algumas concepções sobre a relação do ser humano com a natureza e seus diferentes elementos. Como diz Mathews (2002), podemos considerar o Xamanismo, a disciplina espiritual mais antiga que podemos ter acesso, com diferentes práticas encontradas em diversas partes do mundo.

O Xamanismo traz o entendimento dos quatro elementos, ligados às diferentes forças da natureza, que são a Terra, a Água, o Fogo e o Ar. Podemos relacionar cada um deles com um diferente aspecto do ser, simbolicamente. Assim como no Xamanismo, muitas outras culturas antigas, principalmente as orientais, também levam em conta a simbologia dos quatro elementos, como forças que influenciam em diferentes aspectos da personalidade. Podemos encontrar o estudo dos elementos presente na Medicina Ayurvédica, Medicina Chinesa, na Astrologia, no Reiki, na Biodança, na Arteterapia, na Psicologia Junguiana, entre outras. São diferentes abordagens que trazem de formas distintas, mas com muito em comum, no conhecimento e na relação com estes elementos.

## OS QUATRO ELEMENTOS DA NATUREZA E SUAS SIMBOLOGIAS

Terra



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BERTOL, Maria Paula; VOLPI, José Henrique. O resgate do self na relação com a natureza à luz da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

Podemos relacionar este elemento com “pés no chão”, juízo de realidade, conexão com trabalho, riqueza, alimentação, sexualidade, prazer, amor genital, ritmo, receptividade feminina, “gosto de viver”. De acordo com Carvalho (2013), o elemento terra representa nosso corpo físico. Tem a energia feminina em sua essência e é o elemento que está ligado à sustentação e crescimento, sendo quem dá a força e nutre tudo que tem vida e forma.

### Água

A água pode simbolizar pureza, clareza e limpeza. Muito utilizada para harmonização, purificação energética, abertura de canais intuitivos e para melhorar a sintonia psíquica. É associada em ritos de passagens como, por exemplo, o batismo ou passagens de ciclos vitais.

Elemento no qual se perdem os limites corporais, e que pode remeter também à experiência de origem da vida, representada no útero pelo líquido amniótico. Tem ligação com o inconsciente vital. Representa emotividade, sensibilidade, fluidez e criatividade. A água também é associada por muitos artistas, pintores, músicos, poetas, a sentimentos e emoções. Inspirador de obras, romântica, sendo relacionado ao erotismo e amor.

### Ar

Elemento criador, ativo, masculino, expansivo, seco, purificador de energias negativas, ligado à imaginação, ao sonhar, transformador de energia estagnada. Associado ao intelecto, pensamentos e intenções. Psiquicamente, renovador de conceitos, espalha ideias.

Pode ser visto como “o sopro da vida”. Relacionado à respiração, pode representar como absorvemos o oxigênio, como inspiramos e expiramos as experiências vitais e a energia. “Quando Se respira se experimenta a alegria de estar vivo” (GRAMACHO e GRAMACHO, 2002, p. 69). Assim como a respiração é tão importante para a Psicologia Corporal, como forma de tratamento, para diversas culturas tem a mesma importância. Da mesma forma, no Xamanismo se entende que podemos nos “curar” através da respiração.

### Fogo

Ligado à força vital, ação, impulso, movimento e vontade. Elemento místico e misterioso, em muitas culturas associado ao espírito, a iluminação e a rituais de purificação.



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BERTOL, Maria Paula; VOLPI, José Henrique. O resgate do self na relação com a natureza à luz da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

Usado para transmutação, como catalisador de mudanças e transformações. Também é tido como um agente de processos de criação, destruição, recriação.

É um elemento quente, que nos remete à paixão, desejo e sensualidade. Elemento masculino, ativo, podendo estar ligado a fervor e agressividade. Também está relacionado à luz, clareza e conhecimento.

## O SER HUMANO DENTRO DE UM TODO

Podemos resgatar alguns entendimentos a partir da perspectiva da Ecopsicologia e fazermos, então, algumas relações sob este ponto de vista psicológico. Carvalho (2013) nos explica que enquanto terapêuticas psicanalíticas têm o objetivo de recuperar conteúdos reprimidos do inconsciente, a Ecopsicologia propõe o despertar uma consciência de reciprocidade ambiental adormecida no que se chamou de **Inconsciente Ecológico**, que seria a conexão da consciência com a sabedoria autorreguladora da natureza.

Na ideia do Inconsciente Ecológico, ao considerarmos a Terra enquanto unidade à qual fazemos parte, se prejudicamos a natureza desmatando, poluindo, depredando, ou seja, da forma que for, também estaremos prejudicando a nós mesmos, seres humanos, conseqüentemente. Nesse sentido, ao pensarmos sobre a reconexão das pessoas com o meio natural, seria inevitável pensarmos no resgate do *self*, ao mesmo tempo que no reconhecimento de si enquanto parte deste todo.

Ao utilizarmos o termo *self*, enquanto conceito de si, cabe salientar que nos referimos à auto percepção que o sujeito construiu de si mesmo. Podemos compreender, em consonância com a teoria de Jung (1992), que falar em *self* refere-se à uma “totalidade de si”, a partir da qual surge a consciência individualizada de ego, à medida que crescemos.

Assim como muitas terapias buscam tratar a alienação entre pessoa e pessoa, pessoa e família, pessoa e sociedade, a Ecopsicologia busca tratar a relação entre pessoa e natureza. Sendo assim, é possível irmos além do que compreendemos nas terapias psicológicas, o sujeito nos limites do humano, para compreendê-lo dentro de um contexto mais amplo, a Terra e todos os seres que nela habitam, como um sistema complexo e interdependente.

O estudo sobre os elementos relacionando-os com a personalidade humana, segundo Carvalho (2013), tem sido explorado pelo psicólogo Ralph Metzner, que relatou uma experiência com diferentes combinações de elementos. A partir disso e, após aprofundar o estudo ligado às correlações astrológicas dos elementos, o mesmo concluiu que os elementos



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BERTOL, Maria Paula; VOLPI, José Henrique. O resgate do self na relação com a natureza à luz da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

representam tipos de pessoas, assim como a maneira e a velocidade com que cada um deles metaboliza as experiências, os conflitos e os obstáculos que encontram na vida.

Volpi (2007) resgata o que sugere Roszak sobre a existência de um “ego ecológico”. Segundo o autor, pertence a todos os seres, sendo ele que produz nossa conexão com a natureza. Explica que quando este ego ecológico se encontra reprimido, algumas pessoas podem experimentar uma sensação de desconexão do mundo natural e adotando um comportamento displicente e destrutivo com o ambiente natural. Nesse sentido, o autor salienta a necessidade do despertar desse ego ecológico para que possamos resgatar a sensação de conexão com o mundo natural.

## DIÁLOGOS COM A PSICOLOGIA CORPORAL

É tempo de novas pesquisas, novas técnicas, reformulações, trocas, somas, tempo de dar e receber. É tempo de abirmos os olhos para algumas práticas que se dizem ‘novas’, mas que de novas não têm nada. (VOLPI e VOLPI – 2003, p. 138)

Na Psicologia Corporal, investigamos desde a história de vida das pessoas, temperamentos, traços de caráter, carga de energia, e onde estão suas couraças. Estas são originadas de traumas que ocasionam bloqueios emocionais e comprometem o fluxo de energia necessário para o bem viver. No entanto, surgem justamente como defesa para que o sujeito consiga manter seu equilíbrio. Por esta via, a Análise Reichiana e a Bioenergética trazem conceitos e técnicas que nos ajudam a compreender e intervir nestes bloqueios, para além da terapia verbal, mas também a nível corporal e energético.

Sob a visão de Reich, energia está em tudo. Ou seja, o ser humano é entendido por ele como uma das expressões da energia da vida, a qual se referiu como energia **Orgone**. Segundo Volpi e Volpi (2003), Reich via o ser humano como uma parte da natureza, que vai crescendo e se encorajando, e pouco a pouco vai perdendo o contato com a natureza, consigo e com os outros seres. Com base nos seus entendimentos da energia orgônica, ele trouxe teorias e práticas ligadas ao corpo e à energia que nele opera.

“Pode-se demonstrar a energia orgone em todo lugar, pois ela está presente em todo lugar. Ela, conseqüentemente, penetra tudo” (REICH, 2003, p.57). Nesse sentido, podemos entender a vida como uma manifestação energética. Uma pessoa se está em estado saudável quando a energia consegue circular livremente em seu corpo e sua vida. No entanto, quando



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BERTOL, Maria Paula; VOLPI, José Henrique. O resgate do self na relação com a natureza à luz da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

as emoções se encontram reprimidas na musculatura surgem as **couraças**, conceito utilizado por Reich para descrever este processo.

Partindo da óptica reichiana, o *self* representa o núcleo biológico saudável de cada pessoa. Sendo assim, quanto mais “encouraçado” o indivíduo estiver, mais perde o contato com seu próprio self. A maioria das pessoas, conforme refere Volpi (2007) não está em contato com seu próprio self, devido às couraças presentes tanto no físico quanto no psicológico. O ser humano encouraçado encontra, conseqüentemente, maior dificuldade para fazer contato direto com a natureza, com as pessoas e com os processos da vida.

Volpi e Volpi (2003) explicam o processo de descoberta da energia Orgone, Reich buscou unificar as compreensões da energia que está dentro do organismo, chamando de Bioenergia, e a que está fora, chamando de Energia Cósmica Primordial. Podemos considerar o crescente encouraçamento quando não levamos em conta esta inteiração. Assim, surgem cada vez mais forte as couraças que impedem o reconhecimento de si neste todo, se colocando a parte, em um lugar com menos possibilidades de autorregulação.

Seguidor de Reich, Lowen (1982) compreende a respiração, na Bioenergética, como uma “peça chave” de grande relevância. Afirma que ela pode influenciar positiva ou negativamente e expressar a troca do sujeito com o ambiente e com sua capacidade de viver criativa e alegremente. Nessa via, sugere a prática consciente e técnica da respiração como uma forma de resgate da “vida”.

Também podemos levar em conta aqui a ideia do *grounding*, conceito que foi trazido pelo mesmo, que se refere ao “enraizamento”, conforme propunha. O autor considera que através desta prática, o indivíduo reativa a ligação com a base, ao chão, permitindo a sustentação de si mesmo e promovendo, com isso, a ligação com a realidade e o mundo externo a si.

A partir deste pequeno resgate, podemos identificar algumas afinidades que há dentre os entendimentos sobre conceitos como fluxo de energia, força vital, entre outros. Por vezes, podemos chegar a pensar que diferentes culturas, em diferentes tempos, falam sobre a “mesma coisa”, logicamente dentro de cada olhar e especificidade.

Por isso, consideramos a viabilidade do trabalho com a Psicologia Corporal neste contexto amplo, e aliada estes conhecimentos. Buscamos refletir sobre as relações ser humano – natureza e pensar como estas relações podem ocorrer, de forma que venham a contribuir em processos terapêuticos tratados sob esta orientação.



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BERTOL, Maria Paula; VOLPI, José Henrique. O resgate do self na relação com a natureza à luz da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

## AGREGANDO OS QUATRO ELEMENTOS À PSICOLOGIA CORPORAL

Pensando em termos de tratamento, a partir da ideia de Volpi e Volpi, (2003) trabalhar com o corpo significa estarmos em contato com um ser humano, com bloqueios no fluxo sua energia, em um momento da sua vida, e precisa de ajuda para resgatar esta fluidez. Assim como, precisamos levar em conta a história emocional do sujeito, que por si constituiu defesas como única possibilidade de sobrevivência, precisa de certo encorajamento para abrir mão de defesas que não são mais necessárias.

O primeiro contato, a anamnese inicial, é o momento em que a pessoa é escutada e a queixa é investigada. São resgatados dados importantes da história de vida e dos padrões emocionais e de comportamento, a fim de mapearmos seus traços de caráter, verificar carga de energia, com vistas a oferecer o tratamento mais adequado para cada situação, no intuito de promover maior qualidade do fluxo energético e qualidade de vida.

Podemos levar em conta a partir do estudo da análise caracterológica, as diferentes categorias consideradas, no que se refere a fluxo de energia. Navarro (1995) aponta quatro categorias diferentes de acordo com cada estrutura de caráter, que são: hipoorgonóticos/desorgonóticos - baixa carga energética e mal distribuída, desorgonóticos – carga energética mal distribuída, hiperorgonóticos/desorgonóticos – carga energética excessiva e mal distribuída e hiperorgonóticos – carga energética bem distribuída, mas em excesso. Também existe o indivíduo normorgonótico – carga energética distribuída adequadamente – com potência orgástica.

A partir deste estudo, pretendemos aprofundar teoria e prática e avaliar de que forma o estudo dos quatro elementos pode estar inserido em um processo terapêutico junto à Psicologia Corporal. Cabe salientar que aqui trazemos os entendimentos dos quatro elementos da natureza sob um ponto de vista simbólico, onde cada um destes pode ser entendido como representação de um aspecto do ser, ao considerarmos aqui o ser humano como partícula da natureza como um todo.

Compreender a simbologia dos elementos, assim como o contato direto com os mesmos, pode ser mais uma forma de se acessar e tratar conteúdos relacionados ao aspecto da personalidade associado a cada um deles. Buscamos, nessa via, verificar a predominância e a deficiência dos elementos nas características psíquicas do indivíduo, avaliando carga e fluxo de energia, de forma que se possa promover maior equilíbrio destes elementos no corpo e na sua vida. O elemento predominante pode evidenciar quais aspectos de vida a pessoa



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BERTOL, Maria Paula; VOLPI, José Henrique. O resgate do self na relação com a natureza à luz da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

consegue lidar melhor, como emoções, relações, mudanças, concentração, entre outros. Enquanto a ausência de algum elemento pode indicar a necessidade de maior trabalho com este elemento.

Investigamos as dinâmicas de vida e de cada indivíduo em seus diferentes aspectos, buscando observar relações ser humano – natureza, investigando se a mudança na relação destes com os elementos da natureza também pode apresentar alguma influência no processo de autopercepção. As possibilidades são várias de contato com elementos, seja a nível prático, energético ou imaginário, conforme o caso e a situação.

Contudo, para que toda esta inteiração mencionada possa de fato ocorrer, é necessário “desencourajar”. Partindo do pensamento de Reich (2003, p. 61), que “o organismo vivo percebe o seu ambiente e a si mesmo somente através de suas sensações”. Portanto, é primordial que seja enfatizado o trabalho de liberação de couraças, para que de esta conexão possa acontecer de forma proveitosa, entre o ser-humano e a natureza à qual pertence.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Optamos pela realização deste estudo de forma que possamos promover um diálogo entre estes olhares e avaliarmos alternativas possíveis. Considerarmos possível, com isso, que uma prática aliada a estes entendimentos possa vir a promover um aprimoramento na autointegração, levando em conta uma perspectiva integral de saúde em relação à vida das pessoas que forem atendidas sob este olhar.

Entendemos que trabalhar a percepção de si junto com os elementos da natureza pode contribuir ao equilíbrio e à consciência de si enquanto parte desta totalidade. Acreditamos, nesse sentido, que as pessoas possam mais facilmente virem a se perceber como parte da natureza, também como forma de tratamento, promovendo com isso a autopercepção dentro deste contexto amplo.

Segundo Lowen (1982), o ser humano tem por si a necessidade de, não só ser, mas estar dentro do mundo. Isto traz o senso de pertinência, de fazer parte através da identificação e dos relacionamentos. Sentir desejo de estar ligado a algo reflete a importância do contato com o meio ambiente e com o mundo. Ao pertencer, a alma ultrapassa os limites de si mesma, mas não perde logicamente o sentido do seu ser individual que, para ele é exatamente o sentido de nossa existência.





## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BERTOL, Maria Paula; VOLPI, José Henrique. O resgate do self na relação com a natureza à luz da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

Levando em conta que a conexão com a natureza pode trazer consigo a possibilidade de maior reconhecimento de si, assim como maior qualidade no fluxo de energia e no equilíbrio emocional as pessoas que atendemos sob o viés da Análise Reichiana e Bioenergética. Sendo assim, apostamos na viabilidade da construção desta prática, resgatando este conhecimento tão integrado com a natureza, ao que possamos construir em ressonância com a teoria e prática da Psicologia Corporal.

Entendendo como as couraças são capazes de nos impedir de conectarmos com o outro e com o ambiente ao qual pertencemos, é que propomos aqui que possam ser criadas as possibilidades de “desencouraçamento”, através das técnicas apropriadas da Psicologia Corporal. Com isso, apostamos na maior conexão com a natureza e com tudo o que dela faz parte. Ligar-se à natureza, aqui, significando conectar-se à própria subjetividade, facilitando, então, o resgate do próprio *self*.

De alguma forma, todos nós temos algum contato com os diferentes elementos da natureza. Partindo da ideia de que estamos interligados e somos parte de um todo, quanto mais estivermos conectados com a natureza, mais autopercepção será possível, e quanto mais autopercepção, maior a consciência de que fazemos parte desta mesma unidade.

## REFERÊNCIAS

CAPRA, F. **A teia da vida**. Tradução de Newton Roberval Eichenberg. São Paulo: Cultrix, 2004.

CARVALHO, M. A. B. **Ecopsicologia e sustentabilidade**: de frente para o espelho. Tese: Doutorado em Desenvolvimento Sustentável – Centro de Desenvolvimento Sustentável, Universidade de Brasília, Brasília. 2013.

FARAH, B. **Tempo de Aprender**. In: [https://youtu.be/rm9\\_V43zNnU](https://youtu.be/rm9_V43zNnU) Curitiba, 2015.

FRIEDRICH, N. R. **Entre xales, cachimbos, mulheres e xamãs**. Curitiba: Appris, 2016.

JUNG, C. G. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1992.

GRAMACHO, D.; GRAMACHO, V. **Magia Xamânica**: Roda de Cura. São Paulo: Madras, 2002.

LOWEN, A. **Bioenergética**. São Paulo: Summus, 1982.

MATTHEWS, J. **Xamanismo celta**. São Paulo: Hi-Brasil, 2002.

NAVARRO, **Caractereologia Pós-Reichiana**. São Paulo: Sumus, 1995.



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

BERTOL, Maria Paula; VOLPI, José Henrique. O resgate do self na relação com a natureza à luz da Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) 25º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. [ISBN – 978-65-89012-02-3]. Disponível em: <<https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia>>. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

REICH, W. **O éter, Deus e o diabo; a superposição cósmica**. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Da Vegetoterapia à descoberta da energia orgone**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

VOLPI, J. H. **Fundamentos epistemológicos em direção a uma ecopsicologia**. Doutorado. Curitiba: UFPR, 2007.

### **Maria Paula Bertol /Maquiné / RS / Brasil**

Psicóloga (CRP–12/16465), Massoterapeuta, Reikiana, Especialista em Saúde Coletiva (AVM), Especialista em Educação Permanente em Saúde (UFRGS), Especialista em Psicologia Corporal - Análise Reichiana e Bioenergética (Centro Reichiano – Curitiba/PR)

**E-mail:** [mpb.saude@gmail.com](mailto:mpb.saude@gmail.com)

### **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 Organoterapia). 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](mailto:volpi@centroreichiano.com.br)