



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. Vegetoterapia caracterooanalítica e os desafios do manejo das coraças nos atendimentos presenciais e online. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ____/____/____.

VEGETOTERAPIA CARACTEROOANALÍTICA E OS DESAFIOS DO MANEJO DAS COURAÇAS NOS ATENDIMENTOS PRESENCIAIS E ONLINE

José Henrique Volpi

RESUMO

A vegetoterapia caracterooanalítica é uma combinação das técnicas da análise do caráter com a vegetoterapia. Foi criada por Wilhelm Reich, mas desenvolvida por Federico Navarro, cuja proposta é atuar sobre a couraça muscular libertando as energias vegetativas reprimidas. Nossa proposta é explorar os desafios dessa prática nos atendimentos presenciais e online e minha forma pessoal de trabalhar com a vegetoterapia numa proposta que chamo de vegetoterapia breve-focal.

Palavras-chave: Couraça. Psicologia Corporal. Vegetoterapia.

Como forma de situar o leitor na teoria de Wilhelm Reich, que deu surgimento à vegetoterapia caracterooanalítica, trarei um breve resumo sobre o trajeto profissional desse cientista que foi o “pai” das chamadas psicoterapias corporais.

A primeira técnica desenvolvida por Reich ainda enquanto psicanalista, aluno e seguidor de Freud, foi a análise do caráter. Mas o olhar de Reich sempre foi diferenciado de outros psicanalistas. Sua curiosidade trazia uma impaciência que muitas vezes era vista como um “incômodo” por parte dos psicanalistas mais velhos. E foi esse olhar diferenciado que fez com que Reich saísse da posição passiva de analista e passasse a interagir mais com seus pacientes, olhar de frente suas neuroses, questionar, investigar, etc, e com isso, tirou o paciente do divã para sentar-se frente a frente com ele. Essa atitude foi tomada como um afronto onde seus colegas diziam que ele queria modificar a técnica psicanalítica.

O argumento de Reich era que o instrumento da psicanálise focava nas palavras e ideias inconscientes e com isso, “não consegue penetrar abaixo ou além do segundo ou terceiro ano de vida. A psicanálise está amarrada ao seu método.” (REICH, 1977, p. 19). Portanto, era preciso ir além das palavras focando nas expressões, gestos, posturas do paciente naquilo que comunicava e na forma como comunicava ao terapeuta.

Enquanto Freud revelou o mundo do inconsciente, pensamentos, desejos, etc, eu consegui interpretar as expressões emocionais. Até então, não podíamos interpretar a mente. Podíamos apenas encadear associações verbais. (REICH, 1977, p. 19 e 20).



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. Vegetoterapia caracteroanalítica e os desafios do manejo das coraças nos atendimentos presenciais e online. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ____/____/____.

E foi a partir disso que Reich passou a trabalhar, com o caráter do paciente e não apenas com o sintoma isolado. Isso levou à criação da técnica da análise do caráter.

Na sequência de seus trabalhos com a análise do caráter, Reich foi percebendo que os indivíduos criados com uma atitude negativa, repressora e repugnante diante da vida e do ato sexual, contraem seus corpos, criando uma rigidez muscular, impedindo a livre circulação energética. E essa tensão guarda dentro de si uma memória emocional. A essa contração, Reich chamou de couraça muscular (REICH, 1975, p. 63). Passou, então a manipular o corpo com toques profundos, beliscões e movimentos expressivos de forma a mobilizar os fluídos energéticos do corpo, restabelecendo a motilidade muscular, ao mesmo tempo em que fazia a terapia analítica sobre o conteúdo emocional que aparecia a partir desse toque. A partir dessa descoberta, Reich engloba a análise do caráter ao trabalho voltado ao sistema neurovegetativo e amplia a técnica da análise do caráter para vegetoterapia caractero-analítica.

A técnica da vegetoterapia levou Reich a se separar por completo da psicanálise porque realmente agora os caminhos estavam se afastando cada vez mais.

Reich trabalhou pouco com a vegetoterapia, de 1934 a 1936 e com isso não teve tempo para desenvolver nem uma teoria, nem uma prática consistente. Mas consciente disso, pediu a um de seus alunos, Ola Raknes que assim o fizesse ou encontrasse alguém que estivesse à altura de tal proeza. Raknes repassou essa missão a Federico Navarro que foi quem sistematizou a técnica da vegetoterapia desenvolvendo uma série de movimentos específicos para o trabalho sobre a couraça, aos quais chamou de actigns.

Mas a interrupção de Reich em 1936 foi também por uma boa causa. Ele estava ainda interessado na vegetoterapia, mas seguiu um outro rumo, o da energia. Seu olhar agora estava focado no micro e no macrocosmos onde enveredou-se em uma série de pesquisas que resultaram na descoberta da energia orgone.

Com o falecimento de Reich em 1957, seus alunos passaram a caminhar sozinhos, tentando fazer a Orgonomia sobreviver, mas a muito custo porque também estavam sendo perseguidos. E até os dias de hoje, a difamação contra Reich continua, principalmente por àqueles que não conhecem sua jornada pessoal e profissional e repassam informações do que escutam de outros. A esse tipo de comportamento, Reich (1995) chamava de “peste emocional”, que representa àquela pessoa cujo caráter doentio tem o prazer em difamar, pestiar, etc, como uma erva daninha, como um câncer que se alastra por todos os cantos.

É importante sempre levarmos em conta que ao trabalharmos com a vegetoterapia, também precisamos atuar com a análise do caráter. Aí o nome que Reich deu, vegetoterapia



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. Vegetoterapia caracterooanalítica e os desafios do manejo das coraças nos atendimentos presenciais e online. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ____/____/____.

caracterooanalítica. Digo isso por muitas vezes os terapeutas acabam negligenciando essa importante questão e acabam focando apenas no trabalho corporal que dá mais a impressão de uma ginástica do que uma psicoterapia corporal.

Quando Reich empregava a vegetoterapia em seus pacientes, buscava sempre observar a postura, as expressões pela fala, gestos, tom de voz e principalmente as tensões no corpo, ou seja, a couraça muscular. Sua técnica consistia em tocar, apertar, massagear essas couraças, juntamente com a atenção do paciente sobre isso, levando a um relaxamento da musculatura. E esse trabalho geralmente emergia sensações e emoções por parte do paciente que também às vezes tinha imagens, lembranças das situações que provocaram o aparecimento de tais tensões. Aí sim, era o momento de analisar esse conteúdo de forma verbal.

E era esse tipo de manipulação sobre a couraça, associada à análise verbal que compunha o que Reich chamou de vegetoterapia, visto estar tocando diretamente no sistema neurovegetativo do qual o sistema simpático mantém a musculatura contraída e o parassimpático a mantém relaxada.

Reich também percebeu que as couraças estão dispostas no corpo em forma de um anel que circunda a frente, lados e costas e que estavam também relacionados a emoções mais específicas. Foi quando fez um mapeamento do corpo em sete segmentos de couraça: ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático, abdominal e pélvico.

Descobriu também que a energia, que posteriormente ele chamou de orgone, flui sempre da cabeça em direção aos pés e que quando aprisionadas nos segmentos, impede a energia excessiva ser descarregada, permanecendo acumulada no corpo e sendo assim a mantenedora de nossas neuroses.

Mas não muito tempo depois, com a descoberta da energia orgone, Reich se enveredou para o caminho das pesquisas e praticamente deixou de lado a vegetoterapia sem ter criado uma metodologia para o desbloqueio de cada segmento. Consciente disso acabou pedindo para seu grande amigo e colaborador Ola Raknes que recusou tal missão por não se achar grande conhecedor da anatomofisiologia, algo necessário para a criação de uma metodologia tão importante. Assim, a pedido de Reich, Ola Raknes ficou encarregado de repassar essa missão a quem julgasse capaz. Foi aí que apareceu a figura de Federico Navarro, um médico italiano, psiquiatra freudiano, que foi fazer sua formação em Orgonomia com Ola Raknes. Ao final de sua formação, Raknes fez o convite a Navarro que prontamente aceitou o desafio.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. Vegetoterapia caracteroanalítica e os desafios do manejo das corações nos atendimentos presenciais e online. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ____/____/____.

Navarro (1996) então, brilhantemente criou uma metodologia para o desbloqueio dos segmentos de coração, uma vegetoterapia clássica, composta de vários exercícios aos quais ele chama de actigns (movimentos), com sequencia e tempo definidos. E como ele sempre dizia, essa metodologia não se aprende em livros e sim fazendo a em sua própria psicoterapia.

Com a chegada da internet vimos um crescimento exponencial em várias áreas, e junto disso uma mudança no comportamento das pessoas. Observamos um imediatismo para respostas rápidas, resultados mais imediatos e um lema de “quanto menos esforço, melhor”. No consultório psicológico também nos deparamos com isso. Aqueles tratamentos longos pareciam já não ter mais sentido para muitos, principalmente os mais jovens. Quando mandam uma mensagem, esperam por uma resposta de imediato. Quando vem para uma consulta, acham que em uma ou apenas algumas poucas consultas já irão resolver os problemas que carregam uma vida inteira. E assim esses novos desafios vão se descortinando à nossa frente em busca de novas alternativas.

Com a chegada da pandemia do COVID-19, houve uma explosão nos atendimentos psicoterápicos online e o mais complicado é que muitos terapeutas e pacientes jamais tinham feito uso de qualquer recurso para esse fim. Mas tiveram que aprender e hoje podemos dizer: é possível sim. Claro que junto disso temos que pensar nos desafios que isso nos exige enquanto terapeutas em função dos limites que encontramos nos atendimentos virtuais, mas também pudemos crescer a partir dessa nova experiência.

Em minha experiência profissional com mais de 30 anos, seguramente posso dizer que nos últimos anos foi necessário fazer muitas adaptações. Logicamente ainda me questiono sobre a qualidade de algumas delas e até por isso, tem questões das quais eu não abro mão justamente para não perder essa qualidade. Algumas dessas questões são, por exemplo, não admitir tantas faltas ou atrasos por parte do paciente, no atendimento virtual estar em um local fechado e silencioso, com câmera ligada e um som em bom estado capaz de ser ouvido sem ruídos, e assim por diante. Pode parecer coisas básicas, mas são muito importantes e o profissional experiente sabe do que estou falando, porque isso acaba em algum momento interferindo na qualidade do processo terapêutico.

E como ficam os trabalhos psico-corporais nos atendimentos online? Como seguir a metodologia da vegetoterapia clássica conforme sistematizada por Navarro? Pois é. Essa é uma pergunta que todos os alunos sempre fazem. E minha resposta é: temos que nos adaptar. Eu sempre trago como exemplo um paciente que vem para vegetoterapia clássica presencial, mas não tem uma das pernas ou, não tem um olho, ou não tem um braço, ou é deficiente



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. Vegetoterapia caracterooanalítica e os desafios do manejo das coraças nos atendimentos presenciais e online. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ____/____/____.

visual ou auditivo. Enfim, tem alguma deficiência física. Não atendemos? Sim, atendemos dentro dos limites desse paciente. Lembro-me de uma supervisão que eu estava fazendo com um aluno e ele me disse que estava usando o acting da lanterna no paciente. Mas o detalhe era que o paciente era deficiente visual com 0% de visão. Aí eu lhe perguntei: mas o que você queria que ele enxergasse? A luz? Ele respondeu que sim, mas quando colocou a luz na altura dos olhos e pediu ao paciente para olhar para a luz, imediatamente percebeu que tinha feito algo estranho e aí me lembrou do que eu sempre digo, “sejam criativos” e foi isso que ele fez. Começou a relatar ao paciente que estava segurando uma pequena lanterna com luz acesa na altura nos olhos, e pediu que o paciente colocasse as mãos para ter ideia da lanterna e da posição. E disse que seria importante se ele imaginasse que estivesse olhando para essa luz, deixando-a entrar pelos seus olhos, percorrer o corpo todo... e assim foi aquela sessão. Fiquei muito feliz com essa criatividade porque é isso que nós terapeutas temos que ter em mente.

Quando trabalhamos com a vegetoterapia, não podemos nos esquecer que o trabalho analítico é extremamente importante, da mesma forma que o trabalho sobre o corpo, sobre as coraças. E sempre considerar que o desbloqueio deve ser da cabeça em direção aos pés porque é o movimento natural da energia.

Reich (1975) já dizia que o corpo é um organismo vivo formado por uma energia pulsante, que se altera constantemente. Portanto, a vegetoterapia é um instrumento terapêutico que irá nos auxiliar nessa pulsação e dessa forma, fazer muitas vezes emergir o conteúdo emocional que até então estava inconsciente, numa memória muscular. Reich também acreditava que a energia deve fluir livremente pelo corpo e que coraça impedia a pessoa de alcançar o reflexo orgástico, condição essa para uma diminuição da neurose.

REFERÊNCIAS

- NAVARRO, F. **Metodologia da Vegetoterapia Caracterooanalítica**. Sistemática, semiótica, semiologia e semântica. São Paulo: Summus, 1996
- REICH, W. **A função do orgasmo**. São Paulo: Brasiliense, 1975
- REICH, W. **Reich fala de Freud**. (Org.) Higgins, Mary e Raphael, Chester. Lisboa: Moraes, 1977
- REICH, W. **Análise do caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1995



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique. Vegetoterapia caracterológica e os desafios do manejo das corações nos atendimentos presenciais e online. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (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: ____/____/____.

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