



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

EISENREICH, Alessandra da Silva. Onde está o seu tesão? Ou sobre a falta de desejo nos tempos atuais. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 20º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

## ONDE ESTÁ O SEU TESÃO? OU SOBRE A FALTA DE DESEJO NOS TEMPOS ATUAIS

Alessandra da Silva Eisenreich

### RESUMO

Trabalho, família, casa, celular conectado 24h por dia, com tantas demandas onde sobra um espaço para o tesão? Como tentar equilibrar tudo isso para manter um nível de energia e criatividade através da potência orgástica.

**Palavras-chave:** Energia. Potência Orgástica. Reich. Respiração.

---

Temos a cultura do imediato, da rapidez, dos celulares sempre ligados, da televisão com 200 canais, da internet globalizada, das informações que chegam 24 horas por dia, onde tudo é para ontem. Passamos o dia inteiro sendo bombardeados e acumulando informações, emoções não expressas, sentimentos e quando chegamos ao encontro amoroso estamos saturados, sem espaço para mais nada. Em meio a isso, temos a convivência com nossos pares, familiares, chefes, dias bons e outros nem tanto, vamos ficando cheios, quase transbordando.

Precisamos de algo que nos permita baixar o nível de saturação. Utilizando de técnicas de psicologia corporal o indivíduo é estimulado a equilibrar seu nível energético através da autorregulação, descarregando o excesso de energia ou elevando quando for o caso. Trabalhar o contato é extremamente importante, pois faz parte de uma vida saudável e desde muito cedo somos expostos a uma gradual perda de identidade corporal. Segundo Lowen (1988), quando recém-nascidos o corpo todo é sexualmente responsivo. O corpo todo do bebê responde com prazer ao contato com o corpo da mãe. Quando este contato é limitado ou mesmo negado, o corpo se tornará uma fonte de dores. Se a dor ficar imensamente grande, a criança se amortizará, rompendo o contato com as suas sensações corporais, endurecendo e inibindo a respiração e deixando de buscar estímulos agradáveis. Quando adultos evitarão toda excitação corporal porque ela evocará a sensação de dor reprimida que sentiu nos primeiros meses de vida.

A libido ou energia sexual é a fonte do desenvolvimento vital, sabemos que nosso nível de energia está ligado à nossa capacidade respiratória - se respiro pouco, sinto pouco e isso é uma lição aprendida como mecanismo de defesa desde a mais tenra infância, as pessoas



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

EISENREICH, Alessandra da Silva. Onde está o seu tesão? Ou sobre a falta de desejo nos tempos atuais. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 20º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

armam-se com suas defesas - psíquicas e físicas - deixando de sentir ansiedade e dor, mas por outro lado, pagando o preço de se tornarem incapazes de sentir prazer. (VOLPI e VOLPI, 2003). A importância de se trabalhar a respiração no *setting* terapêutico se dá por que precisamos nivelar o paciente segundo Stolkiner:

Há dois tipos básicos de perturbação respiratória: as pessoas que respiram pouco, tendo menos intensidade vital do que seu organismo poderia ter e as pessoas cuja intensidade vital está funcionando além do que poderiam regular. As primeiras precisam de técnicas respiratórias que as ajudem a liberar energia e desencourçar, enquanto que as outras necessitariam de técnicas respiratórias que as auxiliem a regular e manejar seus sistemas, criando um sistema de controle, ou seja, encourçando (STOLKINER, 2008).

Ainda segundo este autor, limitamos a energia circulante e com ela nossa libido, nossa criatividade. Fortalecemos nossas couraças, com uma tentativa fracassada de deter o movimento, afinal a natureza não é estática. A pessoa neurótica o tempo todo está tentando criar um absoluto imóvel dentro e fora de si. (STOLKINER, 2008). Com isso criamos sofrimento, pois, onde há controle não pode haver a entrega, gerando com isso a impotência orgástica, a incapacidade de se derreter e desaparecer totalmente enquanto ego, no fluxo da vida, sem restrições, alcançando a autorregulação energética no orgasmo pleno.

Reich afirma que o biológico é a fome de orgasmo, a busca de fusão e a tendência a sair da membrana orgonótica e da própria pele, na necessidade de expansão do organismo. O executante será a conjunção genital (nos adultos), a busca, o encontro com o outro em determinadas circunstâncias. Essas circunstâncias são mediadas pelo sistema, daí os limites e os conflitos. Mas isso não significa que a insatisfação decorre do biológico, mas sim do sociológico. (HORTELANO, 1997).

Na medida em que a pessoa vai sentindo, diversificando sua vida sexual, vai crescendo a sua coragem para fazer mais coisas. A vida ganha mais cores, mais vontade, alegria e decisão: um objetivo do porque viver. Para Reich, nós viemos ao mundo com certa quantidade de libido e o sistema se encarrega de moldá-la. Ele afirma também que a função sexual é o núcleo da função vital - e que a sexualidade está ligada a capacidade de prazer, à alegria de viver. Desde as manifestações desviadas da função original pela existência das neuroses como a da limpeza compulsiva da dona de casa que afirma não sentir nada na relação com o marido e nem precisar "disso" até a sublimação dos celibatários - os desvios da função do orgasmo.

Lowen afirma que:

Numa pessoa normal e saudável, as atividades culturais intensificam as sensações sexuais. Da mesma forma, as paixões, excitações e o drama da sexualidade são conteúdo para a inspiração de atividades criativas na arte, música e literatura. (LOWEN, 1988).



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

EISENREICH, Alessandra da Silva. Onde está o seu tesão? Ou sobre a falta de desejo nos tempos atuais. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 20º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

Nos acostumamos a uma realidade que limita a nossa sexualidade, inibe a comunicação e o equilíbrio neurovegetativo. Estamos recebendo estímulos externos 24h por dia das mais variadas fontes e isso é visto como natural na sociedade. Vamos nos afastando do outro e de nossas reais necessidades. Assim, aceitamos as conseqüências de reforçarmos as estruturas de caráter, assumimos nossa incapacidade orgástica, diminuindo a nossa possibilidade de amar, de sentir a genitalidade (não apenas sentir os órgãos genitais), de fruir com a sexualidade (não somente sentir o sexo). Aqui cabe esclarecer que a sexualidade não precisa necessariamente estar ligada ao encontro sexual, mas pode ser entendida também como qualquer ação em busca de prazer, pode ser num trabalho, num esporte, Reich se refere ao trabalho executado com prazer (o sujeito se sentiria bem fazendo o que estivesse fazendo), com entrega expansiva, onde o movimento corporal é de dentro para fora, por prazer legítimo e não por compensação.

Lowen acrescenta que se fosse possível acabar com as defesas da personalidade, todos os impulsos fluiriam a partir do coração, ou seja, trabalho, divertimento ou sexo, seriam feitos com o coração, todas as situações teriam respostas emocionais, sempre com uma base sentimental. Com respostas genuínas - poderia ser uma pessoa alegre ou triste, mas suas manifestações reativas seriam com sentimento pensamento que vai de encontro a Reich.

Embora a sexualidade possa assumir formas diferentes, ela não cumpre sua função se não for acompanhada do orgasmo (ou descarga), com a fórmula postulada por Reich - **tensão - carga - descarga - relaxamento**, é seguida do conceito expansivo, é um ir mais além, com isso se autorregulando a partir da liberação do excedente energético. Caso isso não ocorra completamente, a energia se acumula, produzindo a estase libidinal, reforçando a neurose e cronificando cada vez mais as couraças musculares e enrijecendo o caráter. Essa tensão crônica vai se realizando em todo o corpo, principalmente nas couraças, tal repressão ou frustração se resume em um movimento de inspiração crônica e reforço das tensões musculares - com a incapacidade de descarga total, criando um terreno fértil para as biopatias (arteriosclerose, asma, úlcera, etc.) pela pouca oxigenação celular.

Precisamos unificar o corpo e a mente, desfazendo a separação entre o pensar e o sentir. Sabemos que as dificuldades sexuais estão vinculadas às perturbações físicas em forma de tensões musculares, enrijecimentos pélvicos, espasticidade da musculatura das pernas e respiração restrita. Para promover e recuperar a capacidade orgástica e a libido, nós da Psicologia Corporal, utilizamos a prática de técnicas respiratórias específicas, exercícios



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

EISENREICH, Alessandra da Silva. Onde está o seu tesão? Ou sobre a falta de desejo nos tempos atuais. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 20º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

físicos e outras técnicas como bioenergética e vegetoterapia que visam descarregar os excessos energéticos e estabelecer um equilíbrio e uma base sadia de funcionamento do organismo, criando um espaço onde podemos nos colocar em contato conosco, recuperando com isso o desejo e o prazer de estar junto com o outro.

## REFERÊNCIAS

HORTELANO, X. S., **Contato, Vínculo, Separação.** São Paulo: Summus, 1997.

LOWEN, A. **Amor e Orgasmo.** São Paulo: Summus, 1988. REICH, W. **A função do orgasmo.** São Paulo: Brasiliense, 1986

STOLKINER, J. **Abrindo-se aos mistérios do corpo.** Porto Alegre, Ed. Alcance, 2008.

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

## AUTORA e APRESENTADORA



**Alessandra da Silva Eisenreich / Porto Alegre / RS / Brasil**

Terapeuta Corporal (CRT-45782), Graduada em Psicologia (FADERGS/RS), Especialização em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano/PR, Diretora do Centro de Treinamento Holístico - Porto Alegre/RS.

**E-mail:** [nani0212@yahoo.com.br](mailto:nani0212@yahoo.com.br)