

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

Trabalho de Conclusão de Curso

***Energia Vital* e abordagens psicoterapêuticas: uma possível conexão para a cura
através do corpo**

Silvia de Andrade Neves Dias Brites

Porto Alegre

2017

SILVIA DE ANDRADE NEVES DIAS BRITES

***Energia Vital* e abordagens psicoterapêuticas: uma possível conexão para a cura através
do corpo**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Psicologia – Habilitação Psicólogo - do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, referentes às disciplinas de TCC-I e TCC-II, como requisito parcial à obtenção do grau, sob orientação do professor Amadeu de Oliveira Weinmann.

Orientador: Amadeu de Oliveira Weinmann

Banca examinadora: Luciana Garbini De Nadal

PORTO ALEGRE

2017

Em relação a dois fenômenos:

(...) o céu e a nuvem. A nuvem vem e vai, e o céu nunca vem e nunca vai. Às vezes a nuvem está ali e às vezes não está; ela é um fenômeno do tempo, é momentânea. E o céu está sempre ali, é um fenômeno atemporal, é eternidade.

As nuvens não podem corrompê-lo, nem mesmo as nuvens escuras podem corrompê-lo; não há possibilidade de corrompê-lo de corrompê-lo, pois sua pureza é absoluta, é intocável, é sempre virgem; não há como violá-la.

As nuvens podem vir e ir embora, e fazem isso o tempo todo; mas o céu é tão puro como sempre, e nenhum traço é deixado para trás.

Dessa maneira, existem duas coisas na existência: uma é como o céu, e a outra é como a nuvem. Suas ações são como a nuvem, vêm e vão.

Você?

Você é como o céu: você nunca vem e nunca vai. O seu nascimento e a sua morte são como as nuvens; eles *acontecem*.

Você?

Você nunca acontece, e *sempre* está presente.

Coisas acontecem *em* você, e você nunca acontece. Coisas acontecem como nuvens acontecem no céu.

Você é o silencioso observador de toda a brincadeira das nuvens.

Às vezes elas são (...) belas e às vezes (...) feias, às vezes estão repletas de chuva e às vezes são simplesmente vazias; às vezes fazem grandes benefícios à terra e às vezes grandes danos, às vezes trazem enchentes e destruição e às vezes trazem vida, mais verdor e mais colheita.

Mas o céu permanece sempre o mesmo (...)

(Osho, 2005)

GRACIAS INFINITAS

Gracias à vida, por estar viva e poder viver e ver outras vidas

Gracias à vida por tudo que me passa a cada meu passo

Gracias à vida por me apresentar suas maravilhas diante do seu caos e de suas travas

Gracias à vida por me permitir cair e levantar tantas vezes

Gracias às montanhas, aos vales, aos rios, às cachoeiras, ao mar, aos Apus andinos

Gracias à natureza por sua natureza e por suas incríveis manifestações

Gracias ao sabiá e seu canto, que me acompanha nas madrugadas silenciosas e nas manhãs barulhentas da cidade e que me transporta para o mato

Gracias a cada grão de terra, que me faz lembrar que também faz parte de mim

Gracias aos que me conceberam nessa existência e me proporcionaram muito amor, meus pais

Gracias às minhas irmãs companheiras no meu crescimento de vida

Gracias aos tantxs hermanxs e mestres de caminhada dessa longa estrada da vida e aqui poderia citar tantxs tantxs!

Gracias a quem me ensinou outra forma de me comunicar, como através do canto de uma flauta e do silêncio

Gracias aos ciganos e ciganas da vida que me ensinaram de sua riqueza efêmera, e também poderia citar a muitxs

Gracias ao meu orientador, por sua receptividade a esse *corpo em movimento*, e abertura quanto à maneira como eu me sentia bem e livre em compô-lo; por sua ajuda em tudo

Gracias aos quem cuidam e sabem do mundo das plantas

Gracias aos saberes ancestrais de todos os povos

Gracias ao Todo

SUMÁRIO

1. UM CONVITE	6
1.2. Uma estratégia para a possibilidade de escrita: “corpo em movimento” e natureza	6
2. A SENHA DE ACESSO À ENERGIA VITAL: O CORPO	14
2.1. Nós, um todo em corpos. Corpos no todo.	16
2.2. Um outro olhar sobre o corpo na expressão da vida e na clínica	22
3. ENERGIA VITAL: CONECTANDO TEMPOS E CULTURAS	27
3.1. Energia vital no extremo-oriental	31
3.2. Prana, Kundalini e respiração: energia vital na filosofia hindu	37
3.2.1. Os <i>chakras</i>	43
3.2.2. A "serpente de fogo": <i>kundalini</i>	45
4. PULSÃO, LIBIDO E ENERGIA VITAL.....	49
4.1. Nós, mulheres-deusas. Nós, mulheres históricas. Nós, mulheres feiticeiras	49
4.2. Energia vital e libido	58
5. NAVEGANDO NAS ONDAS DE VIDA CÓSMICA-ORGÁSTICAS EM PSICOTERAPIAS E NA VIDA: O CORPO EM OUTROS OLHARES.....	65
5.1. O corpo na clínica (e) da vida: uma revolução	66
5.1.1. Energia e vegetoterapia	66
5.1.2. As “travas” que surgem no caminho orgástico de vida	73
5.2. No universo, na natureza, em todos os seres vivos: energia orgônica cósmica	79
5.2.1. Um relato	86
5.2.2. As ondas da serpente	88
5.2.3. Sopro de vida: respiração.....	90
5.3. Energia cósmica em abordagens psicoterapêuticas neo-reichianas	91
5.3.1. Bioenergética suave	91
5.3.2. Bioenergética	92
6. A CAMINHO DA PAUSA EM MOVIMENTO DE UM <i>CORPO EM MOVIMENTO</i> ...	93
6.1. Enfim...?	94
REFERÊNCIAS.....	95

1. UM CONVITE

1.2. Uma estratégia para a possibilidade de escrita: “corpo em movimento” e natureza

Há um fluxo de energia no corpo, uma circulação. Estamos ligados à Terra (aterrados) com nossa energia vital. Da mesma forma, estamos plantados na energia cósmica.

(Eva Reich)

(...) o organismo vivo tem seus próprios modos de expressar o movimento, os quais muitas vezes simplesmente não podem ser colocados em palavras

(Wilhelm Reich, 1998)

Pausa para refletir e “viajar”, voar - o que escrever? Trabalho de conclusão de curso – mais congestionadora a possibilidade de escrever me reverbera. Encontrei o silêncio nas palavras, e suas travas. E assim foi por meses (não é um exagero). Poderia desenhar, poderia *tecer*, *artesanatar* as palavras, mas me propus um desafio, de mergulhar numa prática da qual me afastei durante dois anos de tempo cronológico: escrever; e através do corpo-máquina-computador. Uma coisa não exclui a outra. A inspiração tem seus momentos e ela nasceu recentemente. Escrever requer um intelecto, uma certa postura de paralisação (se você souber como escrever e se mover ao mesmo tempo, me informe, por gentileza). Corpo travado. Nesse momento, meu corpo *precisando* estar quieto numa cadeira, no processo de uma longa escrita. Um longo e não tão fácil processo de meses até conseguir ficar durante ao menos uma hora dialogando com um computador. O segundo passo foi reconhecer nele, no computador, um parceiro de partilha. O passo seguinte foi permanecer mais de uma hora me sintonizando com a máquina até iniciar uma escrita; essa escrita. A atenção e a percepção do meu corpo às vezes me escapam e, quando tomo consciência das dores, percebo que fiquei com a cabeça inclinada exageradamente para um lado, uma das pernas dobradas em cima da cadeira, coluna encurvada, uma das escápulas doloridas, ombros endurecidos. Às vezes evolui pra uma dor de cabeça. Um tanto incômodo.

Os que ainda não são civilizados nem instruídos nem cultos são mais vivos, têm mais vitalidade. (Osho, 2005)

No entanto, me recordando das crianças com as quais convivi na vida, especialmente com as quem convivi na roça, parecendo tão satisfeitas inventando e criando seus brinquedos, suas obras, a partir de simples elementos da natureza e de outros simples objetos, me inspirou a fazer tentativas de inventar o meu brinquedo, mesmo permanecendo numa cadeira jogando e brincando com letras. Poderia fazer outras analogias, mas gosto de pensar na criança para o gatilho do compor essa escrita, ela me representa o potencial criativo de vida, a força dos movimentos, a energia de vida. E, assim, nessa brincadeira, a criança que pulsa em mim convida você a uma viagem, da forma como ficar mais atraente a você – pode ser voando numa vassoura, ou pedalando uma bicicleta, ou num ônibus, no foguete, no avião, disco voador, caminhando, ou voando com suas próprias asas, ou através de algo de sua invenção. No sutil e no interno, a lei da gravidade não existe. A minha criança convida a uma abertura, a uma viagem onde saíamos desse campo de impossibilidades da escrita e nos transportemos a outro lugar, a outros lugares, ou para não-lugares, e onde nossos corpos outros se encontram e assumem movimentos, como os diferentes ritmos de dança, conhecendo cada personagem com suas riquezas. Uma viagem dançante. Nessa instância, tudo é possível. Aos poucos, vamos nos *alejando* dessa camada de impossibilidades.

É assim que me arrisco, através dessa viagem, e lanço essa escrita compondo palavras para um *corpo em movimento*, através do sentir de uma força, de uma energia, de correntezas que movimentam o meu corpo em sua totalidade. Um ser-corpo de possibilidades, de mudanças, ao longo do tempo, um corpo visível, um corpo em expressão, que respira e sonha. Um corpo que chora, que se emociona, que tem raiva, que tem seus orgasmos, que diz e se contradiz, que vai e vem, que tem seus momentos de travas. Uma alma em corpo. Um corpo em alma. Uma energia que assume sua forma física em um corpo. Corpo vivo. A esse tecer da escrita através de uma viagem, nesse encontro com os nós e ritmos dançantes, chamarei de *corpo em movimento*, um organismo vivo, envolvido e movido por uma força que não assume uma forma

específica, pois simplesmente *é* e aqui está em um distinto movimento. Simplesmente existe.

Amante das artes, do artesanato e dos contos. Assim como uma aranha, e inspirada por ela, uma artesã que aprecia o tecer dos fios da vida em suas diferentes manifestações, coloridas ou não. As cores desse corpo estão em seu interior e deixo essa brecha para que cores floresçam em você no batuque dessa dança de vida. Tecer linhas com dedos dançantes, encontrar os nós, desfazer os nós em corpos, seja um corpo de "filtro de sonhos"*, seja o nosso Ser em corpo; corpo como um todo, imerso nos sonhos, nas vidas, na existência. A teia viva da aranha, ela quem a faz, ela investe sua energia através de suas ferramentas físicas, corporais, que lançam sua poderosa fibra protéica.

*Filtro de sonhos”, “teia dos sonhos” ou “caçador de sonhos”, assim como todos os amuletos, é um objeto ao qual uma pessoa atribui um certo poder. O filtro dos sonhos tem o formato de uma teia de aranha e nasceu da cultura indígena norte-americana, na tribo *Ojibwa*, que vivia na região dos grandes lagos da América do Norte. Acredita-se que ele tem o poder de purificar o ambiente e de proteger dos sonhos considerados ruins (aqueles que não irão trazer nenhum tipo de crescimento e conhecimento à pessoa). Um pesadelo pode trazer alguma mensagem importante e de profundo esclarecimento. Os sonhos são muito importantes nessas culturas, pois através deles é possível acessar as manifestações da natureza e do universo, e suas mensagens (me foram passadas oralmente muitas dessas informações quando vivi no México).

Algumas coisas da minha infância, creio que me recordo com muita nitidez. Independentemente de terem ocorrido ou não, as mensagens acompanharam o meu crescimento.

Já ouvi muito dizer, desde minha infância, que tudo nessa vida e no Universo é energia. Algumas energias seriam mais densas, em formas de matéria, podemos ver, tocar; outras, mais sutis, muitas vezes invisíveis. E ouvi também que somos todos, seres vivos, interligados a energias dos planetas, e especialmente a uma energia superior muito além dessas, algo universal. E que nossa condição como seres vivos aqui na Terra (seja humanos, seja animal, seja plantas, etc) faz com que muito do que somos constituídos venha de seus elementos.

Na escola, especialmente quando vivi na Amazônia, me lembro de minha professora da época, educadora indígena, contanto muitas histórias e usando nomes que

não me recordo. Em outras palavras (não lembro exatamente quais ela utilizou), disse ela, certa vez, que com seu povo aprendeu que somos das estrelas, que nossa origem, de todos, é de lá, que viemos dessa força superior, antes de estarmos aqui; que nosso espírito é de lá. Ela, de origem indígena, de um povo que tanto foi (e ainda é) torturado por nós, brancos, dizendo para seus alunos que éramos todos, em essência, irmãos. Minha “ex-profe” dizia muito nas aulas sobre o espírito da mata, da floresta. Ela nos proporcionava muitas atividades com a terra, como de mergulhar na lama, e disse uma vez algo do tipo "brincar na terra é bom, ela é a nossa casa". No decorrer dos meus passos, outras pessoas, de diferentes culturas e olhares, também me transmitiram coisas assim, nem sempre com as mesmas palavras e expressões verbais, mas o sentido parece ser o mesmo.

Também aprendi que cada ser vivo tem uma energia individual, assim como conjuntos de seres vivos têm uma, e que tal energia pode ser compartilhada com outros seres vivos através de muitos caminhos, como na troca de um carinho e até mesmo dos objetos. Nesse sentido, um “filtro de sonhos” também tem sua vida e energia; ali há um compartilhar de sentidos simbólicos atribuídos a esse corpo-objeto; ali há a energia de quem a fez e todos os elementos que a acompanham. Nesse sentido, esse *corpo em movimento* tem minha energia. Mesmo que no plano das “entre-linhas” e do não-dito de muitas vivências e tudo que me atravessa, esse “ocultado” existe. Está no sutil, mas existe, e está presente em cada palavra. A cada momento da escrita, sentimentos distintos me permeiam. Esse *corpo em movimento*, que também se depara com obstáculos que dificultam sua fluidez, compartilha um tanto de minha energia, no entanto, não é somente isso. Se somos pó de estrelas, e se a terra é a nossa casa, a energia da minha natureza, que também é a sua natureza, está aqui. Energia de toda a teia que formamos entre todos os seres existentes está aqui.

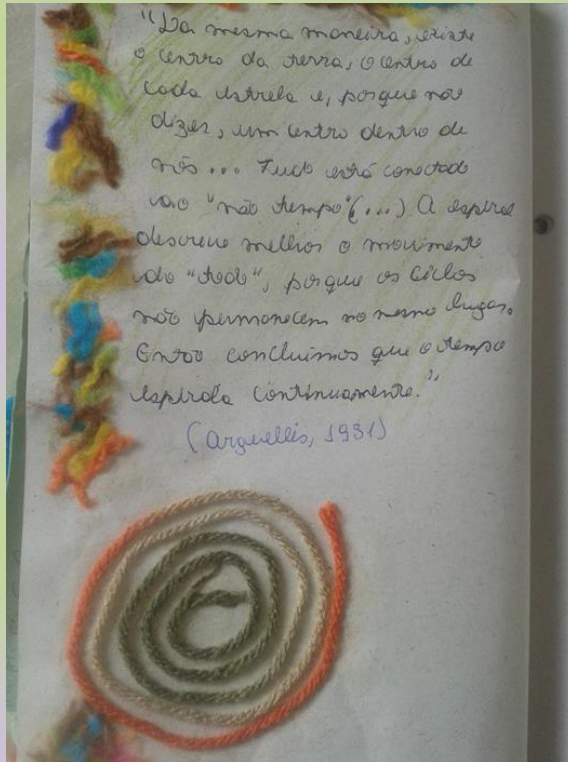
Eu-corpo, em sintonia com outros corpos que acredito que me compõem, e com esse *corpo em movimento*, tem seus momentos e suas necessidades. Uma escrita que, nos bastidores, tem suas pausas. Pausas para refletir enquanto interage com plantas. Pausas para deixar que minhas *eu-mãos* teçam fios e desfaçam nós; dedilhem as cordas de um violão; massageiem *almas-corpos* humanos não-humanos, a terra. Pausas no caminhar pelas ruas se permitir levar por uma fluidez das circunstâncias. Pausas para pedalar. Pausas para fazer tarefas domésticas. Pausas para desfrutar do silêncio da noite. Pausas para acrobacias. Pausas para respirar. E assim vou pausando em movimento.

A palavra tem suas ricas funções, uma auxiliar de curas, um veículo de manifestação, de elaboração do que nos passa. Em sua outra faceta, limitadora para dar vazão a uma total expressão dos processos que nos permeiam. Há muito que está para além de ser nomeável, que nos escapa. Percebo, através da minha relação com a escrita, fronteiras e travas das expressões pela linguagem em palavras. O que nos passa, o que nos percorre, é possível de ser revelado, transmitido, por outras vias de linguagem.

E nisso, me lembrei de um parágrafo de uma obra maravilhosa, entre escritas e vivas imagens, de um educador indígena, Daniel Munduruku (2014), que diz:

Entre o nascer e o morrer - dois momentos de profunda dor - há uma vida, ainda mais dolorosa, sofrida e cheia de desafios, que está sempre pronta a nos ensinar e a nos mostrar caminhos. A resposta de nosso corpo tem sido o estresse, o cansaço e a cegueira que nos impede de ver a mágica do mundo. Ou a lógica, se assim preferir. Prefiro a mágica, pois, aqui, o que nos envolve é um mistério que está além do que somos e além da compreensão da lógica que o mundo nos ensinou a ver. Há muitas coisas que não têm lógica e que nos colocam no ténue fio entre o real e o irreal. Infelizmente, a lógica nos faz chorar as perdas porque nos ensina a pensar de forma linear. Ou seja, nos convoca a acreditar nos pares que excluem: o branco que exclui o negro; o dia que exclui a noite; o bonito que exclui o feio. Essa forma de pensamento escraviza as possibilidades outras. Possibilidades que apenas o irreal, o outro lado, o imaterial, nos oferece. A isso chamamos de fé. (p. 26)

A linearidade trava a fluidez de muitos dos processos circulares e espirais que a nós perpassam, a meu ver. E que são da natureza da vida. E a vida, assim como o tempo, não é linear, e sim um corpo regido por energias que estão sempre em movimento. Ela é composta de ciclos, desses movimentos circulares e espiralares. Fotografei um trecho do meu ensaio cartográfico que *artesanatei*, trazendo um estudioso do tempo pela lógica da cultura ancestral *maya*, José Arguelles (1931). O autor traz a conexão entre o tempo e os ciclos da vida (as estações anuais, o movimento dos planetas, entre outros):



Da mesma maneira, existe o centro da terra, o centro de cada estrela e, porque não dizer, um dentro dentro de nós ... Tudo está conectado ao "não tempo" (...) A espiral descreve melhor o movimento do "todo", porque os ciclos não permanecem no mesmo lugar. Então concluímos que o tempo espirala continuamente.

(Arguelles, 1931, citado em Movimento Mundial pela Paz, 2011, p.42)

No processo em que me afastei da universidade por dois anos, para viver outra magia, para descobrir e desfrutar a vida com outros sabores, sentir outros aromas, distante das grandes cidades, houve uma permissão total de entrega e de expressão do meu *eu-corpo* nos sopros do vento, ao encontro do inusitado, do desconhecido. Vivendo mais no mundo das plantas e me encontrando com sabedorias ancestrais, com curandeiras, raizeiras e parteiras – acompanhando essas mestras na compreensão dos ciclos na natureza e as quais concebem as plantas como importantes amigas, guias e aliadas -, que acreditam numa energia que sustenta as plantas, os animais, os seres humanos e que também é emanada através de nós (seres vivos), pude compreender de outro modo o processo desses seres vivos.

Vivi na ausência da eletricidade, no silêncio cantante das florestas, das montanhas e dos vales, com muitas danças de luzes de vagalumes; com imagens e acontecimentos incríveis num infinito céu estrelado e no disparar de chuva de meteoros, que reverberavam em mim como euforias e outras sensações inexplicáveis. A orquestra dos diferentes animais. A natureza é a própria medicina. Imersa na natureza, me sinto mais interligada com os ciclos naturais, de uma forma que não consigo expressar muito bem em palavras. Não há estímulos artificiais. Em momentos assim, em lugares assim,

há tanta conexão, que não há espaço para outras coisas. Há uma sensação, talvez eu descreveria, como de plenitude, de um amor inexplicável, que transpõe a palavra. Quando olho para um céu tão repleto de brilho, uma sensação de pertencer a esse céu é tão profunda, mesclada com outra sensação de que apenas sou mais uma estrela junto com tantas outras, nem mais brilhante, nem menos brilhante. Talvez daí viemos, talvez assim somos todos nós. Cada ser é um universo, uma estrela, é único, e unido a outros numa imensidão. E o nosso corpo é a nossa casa de terra. *Nós-corpo*, incrivelmente, parece que nos deixamos envolver com suas naturais e sutis funções que, em outras circunstâncias e lugares, não estariam presentes no sentir e no perceber. O campo está mais puro, a energia está mais perceptível e nós podemos estar mais sensitivos para captar. Tudo está num campo mais sutil. É uma interação profunda com a natureza como um todo e com a natureza de si mesmo, e de presença (especialmente se você está aberto a isso), ao ponto de *você-corpo* poder captar uma energia de uma cobra próxima, sem precisar *ver*, sabendo *exatamente* onde ela está. O campo energético da cobra está sintonizado, conectado, com o seu. Dizem que o nosso campo energético está ao redor do nosso corpo físico, e tudo o que ele percebe chega sutilmente em nós como uma intuição. Coisas assim nos acontecem muitas vezes, essa intuição, seja onde seja, porém frequentemente ignoramos. Você percebe e interage com o meio ao redor. Creio o corpo como veículo de acesso a essa força cósmica, de acesso a si mesmo e ao exterior.

A meu ver, esse Todo a que me referi até agora, por tudo estar conectado, se manifesta por meio da *sincronicidade*, um conceito trazido por Carl Jung (1875-1961), que costumo utilizar com frequência no meu dia a dia. Não há uma simples causalidade, uma simples coincidência dos fenômenos. Os acontecimentos não têm uma relação causal, mas sim uma relação repleta de significados, pois tudo no Universo está conectado por vibrações, entre planos mais sutis e físicos. Esses planos estão em sincronia a todo momento e, a meu ver, os diversos tipos existentes de sinais da vida, desse grande corpo, são uma manifestação da sincronicidade. É como uma grande coincidência, de modo significativo, de eventos psíquicos e físicos. As pessoas que estão abertas à sincronicidade percebem isso em estado consciente, porém, essas manifestações da sincronicidade se apresentam mais frequentemente quando estamos em níveis não tão conscientes, como através de um estado profundo de relaxamento, de sonhos, de meditações, de devaneios.

A causalidade é a maneira pela qual concebemos a ligação entre dois acontecimentos sucessivos. A sincronicidade designa o paralelismo de espaço e de significado dos acontecimentos psíquicos e psicofísicos, que nosso conhecimento científico até hoje não foi capaz de reduzir a um princípio comum (...) os fenômenos sincronísticos são a prova da presença simultânea de equivalências significativas em processos heterogêneos sem ligação causal (...) eles provam que um conteúdo percebido pelo observador pode ser representado, ao mesmo tempo, por um acontecimento exterior, *sem nenhuma conexão* causal (...) ou que a psique não pode ser localizada espacialmente, ou que o espaço é psiquicamente relativo. O mesmo vale para a determinação temporal da psique ou a relatividade do tempo. (Jung, 1988, p.94)

De certa maneira, isso também está em sintonia com a citação de Arguelles, a qual expus há poucas páginas. Nesse movimento cíclico em espiral do tempo, os fenômenos que ocorrem isoladamente em um dado momento parecem que se repetem em outro momento, porém de modo diferente, de perspectiva outra. A linearidade, aqui, não existe.

Quando vivi na Amazônia brasileira, ao redor da cidade de Manaus, por alguns anos, na minha infância, os dias eram atravessados por muitos encontros. Muito verde, macacos ilusionistas, jacaré passeando na cidade, enormes aranhas fazendo teias até em poste de luz, sapos coloridos, mosquitos atrevidos, muito calor, umidade. Eu queria uma onça ou uma jibóia como um animalzinho que me acompanhasse. Indo pra floresta, pés na terra, nós em barcos cantantes e barcos afundantes, jararacas, sucuris, mais macacos, araras, papagaios, hipopótamos, bicho-preguiça e outros muitos, e todos soltos. Embora fosse muito jovem, foi um lugar que marcou a minha vida, o horizonte tomou outras cores, tudo e todos muito diferentes do que havia visto no sul brasileiro. Outra dimensão de possibilidades de modos de ver e viver a vida, outro olhar e viver, se mostraram pra mim. Os povos nativos e suas sabedorias ancestrais me inspiraram durante a vida. São guiados pelos sinais dos espíritos, das forças da natureza e suas manifestações e, acreditando em tudo que me contavam, cresci muitas vezes observando essa linguagem da natureza, dos seres vivos, e dialogando com todos. Havia quem me achasse esquisita por às vezes conversar “sozinha”, e até hoje.

2. A SENHA DE ACESSO À ENERGIA VITAL: O CORPO

- *A gente estuda, de alguma forma o nosso corpo. É a nossa senha.*

(Cacique Arnildo Verá, por informação oral)

Fui a uma palestra que ocorreu na Faculdade de Educação da UFRGS, no qual o Cacique Arnildo Verá, da aldeia *Mbyá da Tekoá Pindó Mirim*, trazia diferentes questões que envolvem os povos nativos, algumas delas sendo sua cultura e saberes, percepções, anseios. O cacique trouxe a conexão com o mundo espiritual, com a natureza e sua linguagem. Ele trazia, em outras palavras, a sincronicidade, a meu ver. As plantas, as árvores, os animais, todos esses seres estão o tempo todo se comunicando. E o quanto o corpo deles serve de uma senha, para conseguir captar as mensagens dos espíritos das diversas energias presentes, especialmente no que se refere à comunidade deles. São atentos às manifestações corporais dos seres humanos que compõe a família.

Quem sabe todos nós, seres humanos, em conexão com todos os outros seres existentes (animais, plantas, minerais e elementos da natureza) compomos um grande corpo. Através dos olhares indígenas com os quais me encontrei, somos parte da Grande Mãe Terra, assim como os outros seres são parte dela, conhecida também, entre outras nomenclaturas, como *Pachamama* (na língua andina *quechua*, ancestral dos incas, *Pacha* significa a terra, o cosmos, e *Mama* é a representação da mãe). Elementos como terra, fogo, ar, água, e seres humanos, animais, vegetais, minerais, formamos um *único* corpo, um todo, de forma integrada. Quem sabe, somos, cada um, uma célula desse corpo universal, como as tantas estrelas do alto. Em diferentes sabedorias ancestrais, acredita-se na existência energética e espiritual, atravessada nesse mundo mais materializado onde vivemos e paralelas a ele e que, geralmente, os nossos olhos não nos permitem *olhar* com tanta clareza essas formas que tomam um corpo mais sutil. Talvez, a tal lógica linear, à qual tendemos nos deixar levar, ocupe uma função de nos criar barreiras para *ver* o que está a nossa frente.

A criança tem um pensamento circular ancestral. Dentro dela estão as lembranças que carrega consigo e que resumem a história de toda sua gente (...) Infelizmente, a escola corrompe o pensamento circular da criança. A instituição tem como objetivo formar a mente do aluno (...) É na escola que ela aprende a

entortar o pensamento e a se distanciar da circularidade da vida. É na escola que ela vai começar a distanciar o seu eu do ser do mundo. É onde vai abandonar sua compreensão real dos sentidos da existência. A escola lhe oferecerá, em troca, um futuro linear, todo planejado, todo certo, todo pensado, todo preparado. Oferecerá prazeres materiais em troca de sua circularidade (...)

(Munduruku, 2014, p. 28)

Os nativos são interligados aos seus antepassados. Em encontros que tive com eles, muitas vezes o silêncio é o guia, a ponte de diálogo com outros seres e mundos, sempre estão em conversação. Observam. Escutam. Se movem através das manifestações da natureza, as quais podem ocorrer inclusive na esfera do corpo individual de alguém da aldeia, e através destes sinais também podem acessar o mundo espiritual, a energia presente.

A natureza é a nossa grande mestra. A natureza tem uma atitude perante o mundo que nos ensina a viver o momento presente. A natureza não dá saltos. Ela segue um ritmo próprio, capaz de cumprir seus propósitos sem jamais entrar em confronto com seus iguais. Sabe cumprir sua missão sabendo-se parte do todo. Ela está viva como um sistema cuja única tarefa é equilibrar o universo em que vive. (Munduruku, 2014, p. 33)

A questão é escutar essa senha do grande corpo, essa sincronicidade da vida, perceber os sinais emanados, é estarmos acessíveis a esse diálogo mais sutil, por mais simples que aparente ser. Os sinais, as manifestações da natureza, estão sempre presentes na vida de cada ser vivo, e esse olhar mais atento e profundo está relacionado à nossa conexão com esse mundo, e se deixar levar pelo encontro com o inusitado e por outras formas de expressões.

(...) no silêncio da floresta, nós, xamãs, bebemos o pó das árvores *yãkoana hi*, (...) Estes então levam nossa imagem para o tempo do sonho. Por isso somos capazes de ouvir seus cantos e contemplar suas danças de apresentação enquanto dormimos. Essa é a nossa escola, onde aprendemos as coisas de verdade. (Kopenawa & Bruce, 2015, p.76-77)

2.1. Nós, um todo em corpos. Corpos no todo.

Falar em corpo. São tantos corpos existentes em uma rede onde tudo está interligado e em comunicação. Corpos que se atravessam diariamente em nossos dias. E tantas concepções sobre corpo. Eu poderia trazer aqui algumas perspectivas em relação ao corpo, as funções que ele assume, como “corpo-território, o corpo-viril, corpo-excesso e corpo-beleza” (Carreteiro, 2005, p.62). No entanto, me arrisco num outro ritmo e em compartilhar outros sentidos de corpo que estão subjacentes. Isso inclui um grande corpo universal. Um corpo coletivo. Corpos de diferentes mundos de animais, de plantas, de frutos, de seres humanos. Corpos, também, que passam por despercebidos através do olhar de muitos humanos. Corpos invisíveis, corpos não-palpáveis, mas que podem ser sentidos no contato com o nosso corpo. Corpos coloridos. Corpos de estrelas e de constelações. Corpos planetários. Infinitudes de corpos, conectados numa teia energética, formando um grande organismo.

Através do olhar e saber de muitas culturas orientais, indígenas, andinas, nosso corpo biológico é formado por elementos da natureza. A minha professora da infância, quando vivi em Manaus, além de outros nativos com quem me encontrei na época, já me haviam dado os primeiros empurrões. Quando vivi em terras mexicanas, nos Andes peruanos, bolivianos e equatorianos, me deparei com esse encontro de saberes, porém de outra maneira um tanto mais profunda, o quanto é disseminado o saber de que a matéria representada pelo nosso corpo volta para a terra, porque é dela que viemos, do ventre da Mãe Terra. O nosso sangue representa a água que percorre e flui em nós. O fogo representa nosso espírito, o corpo sutil de cada um que nos dá movimento. E o ar, nossa respiração e alento de vida e, também, o que leva as palavras e os sons emitidos de cada ser vivo.

Eu sou meu corpo. Eu sou a minha perna, o meu pé, os meus olhos, as minhas mãos. Se minha garganta está enferma, não é exclusivamente ela como parte do corpo, mas eu; eu como sendo a minha garganta, porque sou ela e ela é eu. É uma integração, se for olhar por outro ângulo. Ao mesmo tempo, e indo ao encontro de algumas crenças orientais, o espírito que assume esse corpo nunca morre. Então, por essa perspectiva, não somos somente o corpo físico, mas energias. E sim, somos também corpo, desde que viemos por essa condição de “ser vivo em matéria”. Talvez uma dialética entre essas diferentes dimensões. Sob esse olhar, vejo o corpo como uma representação dos nossos estados internos, da energia que flui adentro e para dentro, desde que viemos a

esse mundo como seres humanos, desde que vivíamos no útero da nossa mãe, nessa ligação tão íntima, tão imersa em profundas águas. No útero, somos nutridos pelo alimento de nossa mãe, somos nutridos por seus sentimentos, por seus pensamentos, por seus desejos, pelos seus medos, por seus movimentos. Nas palavras de Lowen (1993), "no útero, essa ligação é fisicamente a mais íntima possível. Depois de nascer o bebê procura reencontrar aquele calor no peito ou nos braços da mãe." (p.42)

"Não demore", "(não)faça isso", "não demore", algumas das frases dos adultos com as crianças. Pressionando elas desse modo, acabam destruindo um bocado do prazer que "talvez ela pudesse ter com suas atividades e movimentos. Quando o obedecer ao 'faça isso' passa a ser a coisa mais importante, a graciosidade está perdida" (Lowen, 1993, p.79). As crianças têm seus movimentos espontâneos; para elas, tempo é brincar. Na infância, estamos no nosso momento mais puro, transparente, abertos. No entanto, sonhos, limitações, repressões e projeções dos pais ou cuidadores, do mundo externo, são direcionados à criança e seus espontâneos movimentos, as suas asas vão sendo podadas ou cortadas no decorrer de seus passos.

Tocar é tão terapêutico como ser tocado; o curador de tato é curado ao mesmo tempo.

(Ackerman, citada em Viana, 2017, p.05)

O corpo é a nossa principal ferramenta de alerta, a meu ver, de quando algo não está em harmonia em nosso mundo interno, quando uma energia não está circulando de forma fluida, pois tudo está sincronizado. A intervenção do toque, seja no toque mais sutil, seja no toque profundo tem um efeito de cura. O toque feito com amor, como o da nossa mãe, quando nos machucamos, tem esse potencial de cura. Há um tipo de massagem milenar e preventiva bastante conhecida na Índia, a *Shantala*, que é feita nos bebês desde que nascem. As mães indianas costumam fazer em seus bebês, isso é cultural de lá.

Nossa pele é uma espécie de traje espacial que portamos numa atmosfera de gases ásperos, raios cósmicos, radiações solares e obstáculos de todo o tipo (...)
Nossa pele é o que se interpõe entre nós e o mundo (...) A pele nos aprisiona,

mas também dá uma forma individual. (Ackerman, citada em Viana, 2017, p.01)

Às vezes, é a partir de um ferimento no corpo que desarmonias das funções orgânicas e sutis começam a aparecer e se transformam em parte inalterável do padrão corpo. Massagens profundas, ou outros trabalhos corporais que manipulem, para uma possível liberação, e relaxem, proporcionam uma modificação do corpo, em seus movimentos e nos fluxos de fluidos que nele percorrem, e isso chega ao sutil, à mente, Tudo está integrado.

O mais óbvio dos usos profissionais do tato é a massagem, destinada a estimular a circulação, dilatar os vasos sanguíneos, relaxar os músculos tensos e limpar de toxinas o corpo mediante o fluxo da linfa. (Ackerman, citada em Viana, 2017, p.05)

Muitas vezes, podemos captar o sutil antes mesmo de se materializar no corpo, através dos sentimentos, das sensações e das emoções, pois tudo está presente nos outros corpos individuais que nos compõem, corpos mais sutis. Assim, o corpo biológico seria o corpo mais denso, é nele onde se manifestam finalmente os estágios de enfermidade. Dito de outra forma, a enfermidade já está acontecendo em níveis mais sutis, nos outros corpos, até que vai se expressando, aos poucos, fisicamente, com pequenos sinais, até que a doença pode se estabelecer. Ocuparei esse espaço para expor algumas das tantas perspectivas, algumas das que fazem sentido para mim. Muitas dessas informações me foram passadas oralmente nos últimos anos, porém, trarei aqui uma mescla de bibliografias que menciona isso junto às elaborações que tenho comigo.

Na escola, quando aprendi acerca do nosso corpo, sempre era algo mais ligado à anatomia (nem mesmo mencionavam sobre as emoções), ninguém falava em energias sutis que circulam em canais sanguíneos e linfáticos, muito menos em canais sutis. Adiante, trarei um pouco da visão mais difundida do Oriente (praticado também em todas as civilizações antigas avançadas, como maias, astecas, toltecas, egípcios, celtas) e que muitos pesquisadores do Ocidente buscaram entender.

Boudet (2013) cita alguns importantes, como Helena Blavatsky (1831-1891), Alice Bailey (1880-1949), Michel Coquet, Rudolf Steiner (1861-1925), Mircea Eliade,

Arthur Avalon, Tara Michel. Todos eles abordam conhecimentos antigos, de temas filosóficos e teosóficos; a ideia de corpos sutis e como os percebemos; a relação com centros de força do nosso corpo vital, os *chakras*; a conexão do ser humano com o Universo. Na literatura, encontramos Carlos Castaneda, um antropólogo que recebeu profundos conhecimentos do indígena tolteca Dom Juan Matus, da tribo *yaqui*, do México.

Há uma conexão em relação à origem da palavra Psicologia. Vinda do grego, composta por *psyché*, que significa alma, e *logos*, que significa razão ou estudo, então, em essência, seu significado etimológico seria o “estudo da alma”. Assim, “a alma (...) era concebida como a parte imaterial do ser humano e abarcaria o pensamento, os sentimentos de amor e ódio, a irracionalidade, o desejo, a sensação e a percepção.” (Bock, Furtado, Teixeira, citados em Bernardo, 2006, p.23). Para Platão, a alma vive na região da cabeça e a medula serviria como uma ponte de conexão entre alma e corpo. Em sua visão, a alma seria imortal, “(...) e quando o corpo morria a alma ficava livre para ocupar outro corpo.” (Carpigiani, citado em Bernardo, 2006, p.23). Na concepção de Aristóteles, discípulo de Platão, alma e corpo não podem ser dissociados, pois constituem uma única origem. “A *psyché* seria o princípio ativo da vida. Tudo aquilo que cresce, se reproduz e alimenta possui uma *psyché* ou alma” (Bock, Furtado, Teixeira, citado em Bernardo, 2006, p.24)

Sob alguns olhares, há uma distinção entre os corpos físicos, vital e psíquico. Já na filosofia iogue, são considerados sete corpos que temos individualmente, desde o mais material (o físico) até o *prânico*, e todos esses corpos estão em conexão, mesmo que possuam procedimentos energéticos distintos (Mann, 1989). Em outras muitas visões, a partir do que já muito busquei e do que me foi partilhado, temos como principais “envelopes” (ou corpos) ao redor do corpo físico.

Para os xamãs da linhagem de Dom Juan, o ser humano tem uma forma oval, como de um ovo, ou redonda como uma bola. Por isso chamaram de *ovos luminosos* ou *bolas luminosas*. No seu ponto de vista, essa esfera luminosa é o nosso verdadeiro eu (...) (Castaneda, 1998, p.08)¹

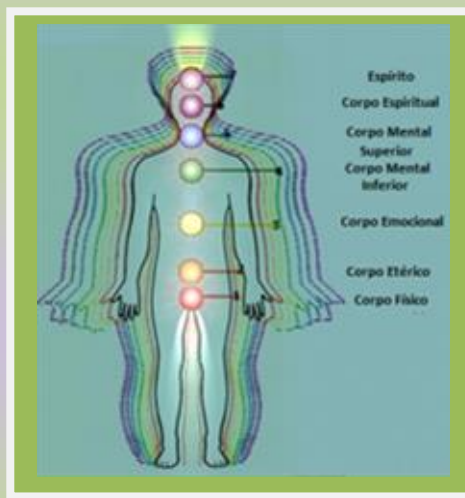
¹ Tradução minha de um trecho do livro *Pases Mágicos: las enseñanzas prácticas de Don Juan*. Todas as traduções de obras publicadas em outra língua são de minha responsabilidade.

Dependendo da perspectiva, é considerado que temos como, não só sete, mas oito ou mesmo quinze corpos energéticos. Encontro travas aqui. É algo bastante delicado, complexo, não muito fácil de escrever, requer mais reflexões. Eu poderia trazer ao menos sete corpos, porém abordarei cinco, mas esclareço que os posteriores a estes cinco que mencionarei estão em conexão com uma essência divina, cósmica, espiritual, prânico, sem forma do corpo físico, como um *ovo luminoso*, ou energia sem qualquer forma. E compor uma escrita para tratar de algo sem forma, que está muito além do racionalizar, de uma lógica, necessitaria de mais tempo para elaborar, não me sinto em condição de aprofundar e nem sei se um dia conseguiria fazer isso. Na condição de um corpo vivo, todos estariam unidos - e o que afeta em um, muito geralmente afeta o outro - embora aparentem uma certa separação. Isso será retomado em seguida.

O **corpo físico** estaria atrelado a uma natureza nutritiva. É aqui onde as doenças se manifestam, como efeitos de desequilíbrios originados nos outros corpos ou níveis de consciência. O segundo corpo, o **corpo vital** (ou **corpo etérico**), é o corpo constituído de energia vital e *prana* (falo sobre o *prana* na parte sobre a energia vital na visão hindu) – energia cósmica. É o que leva a seiva da vida, como nas plantas; é o que distribui energia de vitalidade pelo corpo físico. A partir desse corpo, é possível entender a saúde do corpo físico. Antes da exposição das enfermidades no físico, elas estão presentes no corpo vital. Segundo algumas crenças, dentre delas a visão espírita, o corpo etérico é o elo entre o corpo físico e o corpo espiritual (perísprito), e esse elo é feito a partir dos centros de forças, os *chakras*, os quais captam as vibrações do Espírito, o qual não tem forma (Biblioteca virtual espírita). Aqui estão os bloqueios, os vazamentos energéticos, a própria depressão – a qual seria uma desarmonia no terceiro *chakra* (ver em “*Prana, kundalini e respiração*”). Possui a mesma estrutura do corpo físico, incluindo as regiões anatômicas e todos os órgãos; é constituído por miúdas linhas energéticas. A estrutura do corpo vital é similar a uma teia, está sempre se movimentando. O corpo físico é sustentado por esse corpo vital. Quando ocorre a morte física, o corpo vital se desvincula do físico e ainda permanece vivo por média de 60 dias. Segundo alguns estudiosos teosóficos, as partículas que organizam o corpo vital são muito sutis e suas expressões mais densas só são possíveis de serem visualizadas através de especiais condições:

As correntes de energia que constituem as partes mais sutis desse ‘corpo’ respondem ao pensamento, aos sentimentos e à vontade com rapidez extraordinária, expandindo-se e contraindo-se com a respiração profunda, ao relaxamento (...) As pessoas dotadas de dedos sensíveis podem estudar (sentir) sua qualidade e suas variações. O corpo vital estende-se por mais de 6 a 12 mm além do limite da pele física. Pode ser visto com relativa facilidade por algumas pessoas. (Alguns Fatores Não Admitidos na Medicina, citado em Mann, 1989, p.127)

O terceiro corpo, **corpo emocional** (ou **corpo astral**), corresponde ao espectro dos sentimentos, como as sensações e as emoções geradas pela experiência sensorial, a partir do que internalizamos do mundo externo; são as impressões causadas por este. O quarto corpo, o **corpo mental inferior**, se refere ao mundo das ideias, do pensamento, abrangendo o intelecto, a lógica, o raciocínio, o julgamento. Aqui, há uma reflexão sobre as questões da vida, sobre os sentimentos, sobre as emoções sentidas pelo corpo emocional; é onde há pensamentos mais habituais; engloba as percepções através dos nossos sentidos, e assim interpretando o mundo. O quinto corpo, o **corpo mental superior** (ou **corpo causal**), se refere a uma mente mais criativa; é onde há uma elaboração das ideias e princípios, à procura de finalizações que deem espaço para criação de novas ideias; é a formulação de teorias, de símbolos.



A união de todos esses corpos e mais os que não foram ditos nos constitui. São distintos em densidade, porém funcionam todos juntos. Nessa visão, o corpo da mais alta dimensão, o menos denso, independe dos outros corpos. No entanto, enquanto seres vivos atuantes, todos funcionam entre si.

2.2. Um outro olhar sobre o corpo na expressão da vida e na clínica

Nesse tempo em que estive fora do corpo universitário, ficou muito claro para mim, através do que me passou, da experiência² - no sentido de se entregar, de se arriscar, sem deixar que o medo se atravessasse ao ponto de conter movimentos -, que a vida está sempre se comunicando, através das sincronidades, e por isso tanto pontuei aqui. A vida tem uma linguagem especial expressiva, ela transmite seus sinais e podemos intuí-los. Além de desfrutar dessa conexão por acreditar nela e deixar que ela guie minha forma de viver, *era* (e ainda *é*) *necessário* estar atenta, muitas vezes aos sinais, não somente para perceber para onde deveria ir, para onde o “Sopro de vida” me indicava seguir e o que fazer, mas também por situações de perigo que não eram momentâneas, mas sim a longo prazo. A partir de tudo que chegasse no meu campo energético, através do que eu considero como intuição (em estado de consciência, de meditação ou por meio dos meus sonhos), e observando a sincronia com outros fatos que ocorriam (os quais, aparentemente, nada tinham a ver), tomava uma determinada postura. Muitas vezes, testei isso tranquilamente (às vezes, para desafiar e, outras vezes, achando que poderia estar enganada) e, quando não “seguia” essa voz, a vida mostrava (“eu te avisei, menina”). É um tanto difícil de expressar. Um desafio trazer essas questões no meio acadêmico, pois se trata de um assunto que traz muitas manifestações da resistência e onde muitos procuram racionalizar uma dimensão onde as palavras *não* alcançam.

Nas grandes cidades, percebo as pessoas se movimentarem de forma endurecida, pouco olham nos olhos do outro ser humano, muitas vezes dialogando com um celular. Não se entregam ao abraço. O cumprimento, muitas vezes, é um beijo superficial no rosto ou um ligeiro aperto de mão. Sorrisos de boca que não transmitem sorrisos no olhar, às vezes algo tão forçado que nem a mandíbula travada consegue esconder, às vezes tentando mascarar uma tristeza que salta nos olhos. O contato corporal é empobrecido. Estresse e pressa em tudo, “mal tem tempo de respirar”. E assim muitos de nós seguimos com o casco da tartaruga. A sociedade incentiva essa dureza, à lógica de subjetivação doentia, com tantos padrões de “felicidade”, do “belo”, do “sucesso”. E, também, o medo, que está atravessado nas facetas da vida; uma sensação-vibração bastante propagada. Um medo que paralisa, que pode gerar obstáculos nessa grande

² “O sujeito da experiência é um sujeito ex-posto (...) com tudo o que isso tem de vulnerabilidade e de risco” (Bondía, 2002, p.25)

comunicação consigo mesmo e com o mundo externo, que não permite viver o momento. É uma armadilha muito fácil de nos emaranhar, no dia a dia, em uma escravidão disfarçada.

No universo da psicologia, muitas vezes me deparo com um mar de palavras e corpos, muitas vezes, aparentemente rígidos. Os corpos individuais parecem estar esquecidos. Isso já me angustiou em muitos momentos em diferentes espaços da realidade *psi*, muito especialmente em universidades. A energia fica, de certa forma, estagnada. Falo isso, também, em termos grupal, coletivo, nós enquanto células dando vida a outro corpo naquele lugar. Nas aulas, por exemplo, encontrei mais atividades corporais e de movimento (e não foram muitas) através de algumas disciplinas sob o olhar da psicologia social. Muitas vezes, sentia que dinâmicas que proporcionem o movimento corporal, o toque entre as pessoas, a troca de um olhar mais profundo, fossem necessárias, para nos conectarmos enquanto grupo e nos movimentar, em termos individual e coletivo. Se as células de um corpo não se movimentam, se há pontos congestionados que limitam uma circulação energética e de fluidos mais densos, alguma disfunção surge; e isso é bastante conhecido nas sabedorias ancestrais.

Aparentemente, o corpo parecia, a meu ver, não ser considerado, em algumas vertentes da psicologia. Além disso, e, no entanto, havia esquecido algo muito importante da minha trajetória, algo ao qual me entreguei tanto e minha memória falhou gravemente nisso após mais de dois anos afastada da universidade viajando, e por algumas resistências também. E isso me fez repensar e questionar. Estive envolvida com a infância e diferentes olhares da psicologia que abordam esse momento de vida, durante quase toda a minha formação. Realizava com as crianças, através do olhar psicanalítico, tanto em uma creche quanto em uma comunidade em Porto Alegre, atividades de contação de histórias. Isso envolvia não somente histórias, contos e mitos, mas também muito movimento e envolvimento corpóreo, muitas possibilidades de expressão, criação; envolvia o brincar. Envolvia o corpo em suas diferentes facetas. E o corpo se envolve. Tudo na vida é uma questão de perspectiva. E sob esse prisma, o corpo não é esquecido pela psicanálise. A minha faminta busca por outro modo de trazer e de conceber o corpo no universo da psicologia e numa prática psicoterápica fechou um canto do meu olhar quanto às suas estratégias e sua forma de incluir o corpo nos diferentes processos terapêuticos. Entendi que uma coisa não exclui a outra e ambas podem caminhar juntas. Um aspecto que vai fazer diferença em muitos processos que

nos atravessam, a meu ver, é *o que faz sentido* em nossa concepção, em nossa percepção; o que faz nossos olhos sorrir (“os olhos são a janela da alma”).

Creio ser possível afirmar que a psicanálise concebe o corpo como sendo a fonte das pulsões e que sua concepção clínica parte das seguintes premissas: 1) o pulsional não deve ser gratificado pelo analista (princípio de abstinência), por isso a ausência do toque e do olhar; 2) o pulsional não deve ser atuado pelo paciente, mas recordado – colocado em palavras (por isso o divã, que convida à inatividade); e 3) o trabalho do analista deve incidir sobre o discurso do paciente – isto é, sobre a representação psíquica do pulsional -, visando à resolução simbólica dos conflitos. (Weinmann, 2009, p. 21)

Nesses últimos anos, recebendo e dando massagens profundas e sutis, percebi o quanto de memórias é acessado, assim como também emoções liberadas ao mover pontos de tensão, de energia acumulada. Começou a fazer muito sentido, pra mim, de que o inconsciente psicanalítico vive no corpo e está espalhado por diferentes partes dele. A meu ver, o fluxo da nossa energia vital caminha lado a lado a todos esses tensionamentos, contrações, repressões, memórias escondidas. A minha busca, desde que retornei à universidade, é por um estudo, um método psicoterapêutico, que trouxesse uma importância maior à linguagem expressiva do corpo, incluísse o corpo também sob um viés onde a fala não seja manifestada somente pela via verbal, mas também através dessas expressões que dele transbordam (como o olhar, a maneira como uma pessoa gesticula enquanto usa a palavra, o tom da voz, os movimentos da boca, etc). Isso nunca foi trazido em aula na universidade, em disciplina alguma, ao menos não nas que eu participei. Ter conhecimento de uma prática psicoterápica que, por meio de outro entendimento da inclusão e da comunicação do corpo e com a incorporação do toque como outra ferramenta, pode também trazer nossas águas mais profundas para a superfície, e auxiliar em sua circulação.

(...) toda psicoterapia inclui o corpo, de alguma forma – afinal, como fazer uma terapia da alma sem o corpo? (...) - a fala é uma atividade corporal, que produz efeitos não apenas psíquicos, mas também somáticos -, concluímos que é impossível excluir o corpo do processo terapêutico (...) (Weinmann, 2009, p.21)

Vejo o acesso à *energia vital* no corpo como uma grande via no caminho para a cura. Há muitas práticas que atuam de diferentes modos que permitem o acesso a essa energia. Aqui, gostaria de compartilhar abordagens psicoterapêuticas que incorporam os aspectos não-verbais de comunicação do corpo, bem como intervenções feitas (com o toque, o tato) a partir da observação do corpo como um todo, acompanhados de uma respiração profunda e a inclusão da palavra. São aspectos que possibilitam que uma purificação e cura venham a ocorrer, permitindo ativar a energia vital que está em nós, o que inclui a morada dos conteúdos inconscientes no nosso mundo interno.

Hoje em dia, venho interagindo com o corpo meu e de outros seres através de algumas técnicas de massagem, como a *Massagem Indiana*, a *Massagem Bioenergética* e a *Reflexologia*, e um método japonês de imposição de mãos conhecido como *Reiki*³ e, embora eu esteja aprendendo a caminhar em algumas dessas técnicas, vejo muito claramente a cura que se sucede com um simples toque feito com amor incondicional, que chamo de “amor cósmico”, e especialmente quando realizado com a intenção de que o outro se cure, seja um toque profundo, seja um toque sutil. O acesso ao mundo interno, aos corpos sutis, e a essa energia vital através do toque no corpo e de um diálogo interno intencional com ele, também trazendo a palavra como ferramenta auxiliar no processo de elaboração dos conteúdos inusitados que se apresentarem. Percebo que isso produz muito sentido nas minhas práticas. Minhas mãos são minhas grandes ferramentas:

(...) basicamente minhas mãos estão descobrindo o que fazer. E eu acredito nisso porque eu “solicito às minhas mãos” para se conectarem com o paciente. E assim que a conexão entre a sabedoria interna do paciente e minhas mãos se instale, minhas mãos saberão o que fazer, e eu as observo. (Upledger, citado em Viana, 2017)

Minha intenção aqui é compartilhar possíveis abordagens psicoterapêuticas conectadas à ativação e maior movimentação da força energética que oferece a vida, a *energia vital*, presente no ambiente e, no caso do corpo, como uma ferramenta de comunicação com nós mesmos e com o mundo externo. Mais especificamente,

³ *Reiki* (em japonês, *Rei* – Energia Universal, cósmica; *Ki* – energia vital) é um método de imposição de mãos, onde há uma canalização da energia cósmica em direção à pessoa (ou outro ser) que recebe, restabelecendo sua energia vital *Ki*, a partir da limpeza, do desbloqueio e ativação dos canais e pontos de energia internos. É a energia vital em união à energia universal.

proponho aqui o *toque* corporal como um dos veículos de acesso à *energia vital*, por crer que acessar essa energia é também abranger os conteúdos externos que invadem nossos campos e viajam para dentro de nós, se alojando em diversos esconderijos dos corpos físico e vital. É, além disso, respirar; muito respirar. Assim como a busca em observar os sinais do grande corpo que representa o universo - a Mãe Terra, *Pachamama* - é entender os sinais dessa energia nesses corpos, tangendo abundâncias e tempestades internas manifestadas neles; é poder acessar os elementos inconscientes que passam a viver em diferentes regiões do corpo físico, uma vez que ele disser onde a energia não se movimenta, onde está em excesso, ou onde há uma quase ausência. É a nossa senha.

Em minha percepção, não faz sentido falar somente em nós, seres humanos, e não trazer os outros seres ao nosso redor, a natureza, a vida, o Cosmos. A meu ver, está tudo em conexão. E assim iniciei essa viagem, com meu "corpo em movimento" e, durante a dança desse organismo vivo, estarão presentes e mesclados aqui olhares de diferentes culturas, mas que falam do mesmo acontecimento, da mesma magia: a *energia vital*. Ao mesmo tempo, conectando esses conceitos a abordagens psicoterápicas, o quanto é possível entrelaçar esses saberes nessas práticas, onde tudo está interligado, o nosso ser como um todo.

3. ENERGIA VITAL: CONECTANDO TEMPOS E CULTURAS

Desde a origem da civilização, há sinais de uma específica energia vital presente nos organismos vivos, estando associada à imposição das mãos em pessoas com alguma enfermidade e, muitas vezes, à magia. Nosso corpo capta estímulos externos e reage para se proteger, como recuar a mão quando esta está muito próxima do fogo, ou para aliviar o que foi lastimado, fazendo um movimento de conter aquela dor. Quando nos machucamos em alguma parte do nosso corpo, nossas mãos entram em cena de maneira automática, indo ao encontro do local de dor.

Mann (1989), ao retomar as investigações históricas acerca da energia vital, traz uma sabedoria antiga registrada de que há uma transmissão de uma forte inspiração curadora a partir do próprio ato de inserir as mãos perto ou no corpo de alguém. Em um trecho, o autor traz:

(...) qualquer vínculo existente com ritos e ideias mágicas, ou até mesmo com religião, pode também anular o interesse de diversos pesquisadores modernos. Imagens mágicas ou místicas estão prenhes de conotações sobrenaturais. Embora admitindo a realidade da sugestão psicológica, creio que não é suficientemente legítima eliminar de modo automático a possibilidade de uma energia concretamente demonstrável. Essa energia poderia estar presente e funcionando, tanto como influência da sugestão pura e simples, quanto como representante de um complexo de forças simbólicas provenientes da interação entre cura e magia. (...) a muito difundida prática de imposição das mãos e seu longo registro histórico talvez assinalem uma realidade que ultrapassa a estritamente psicológica. (p.79)

Seguindo com os dados históricos, a partir de informações que Mann (1989) traz em sua obra *Orgônio, Reich & Eros: a teoria da energia vital de Wilhelm Reich*, nos registros levantados há reconhecimento de que sacerdotes caldeus, assim como os brâmanes hindus e os sacerdotes persas, antes da era cristã, lançavam mão da imposição de mãos nos enfermos, assim como também os sacerdotes egípcios, muito anteriormente a Cristo. Na Grécia, Sólon, poeta e líder curador, fazia uso dos suaves toques no corpo das pessoas. Há muitos outros estudiosos de outras épocas que investigaram essa energia, além de Jesus Cristo, que curava através dos olhos, mãos e palavras. “Seria possível que uma parte da força de cura natural fosse uma energia curativa presente em

todos os organismos e no ar que respiramos?” (Mann, 1989, p.80). Esse é o questionamento-raíz das teorias reichianas.

Na Renascença, Theophrastus Bombastus von Hohenheim (1493-1541), um médico, alquimista, professor e filósofo natural conhecido como Paracelso, questionou a medicina do seu tempo e proporcionou novos horizontes a ela. Uniu ética, filosofia e alquimia em suas tantas escritas de catorze volumes consideráveis, e utilizou as capacidades terapêuticas de substâncias químicas na cura da sífilis. Segundo a *Enciclopédia Britânica*, “Paracelso fundou o ‘sistema simpático’ de medicina, de acordo com o qual as estrelas e outros corpos, especialmente os **magnetos**, influem nos homens por meio de uma emanção ou fluido sutil que penetra em todos os espaços.” (citado em Mann, 1989, p.81)

Na visão de Paracelso, o *magneto* (ímã) é constituído de uma força atrativa que está além de uma compreensão, mas que gera uma atração do ferro e outras coisas, sendo que tal força é singularmente benéfica na sanção de diferentes tipos de doenças, inflamações, influxos, úlceras (Golsalves, 1996). Antepassados estudiosos, como Galeano, Dioscórides e Borceli, apresentavam a ideia dos magnetos de ferro com poder curativo e inseridos perto do corpo. Além disso, brota em Paracelso um termo que ele menciona como *munia* para se referir ao processo da cura natural, visto por ele como uma influência ou força magnética. Uma pessoa provida dessa força pode sanar ou deter enfermidades em outras pessoas. Nas palavras do alquimista, “a força vital não está contida no homem, mas irradia-se em seu interior e à sua volta como uma esfera luminosa e pode ser comandada para agir à distância. Pode envenenar a essência da vida (sangue) e causar doenças, ou pode purificá-la e restituir-lhe a saúde” (Westlake, citado em Mann, 1989, p.81)

Outro autor que vale mencionar aqui (assim como muitos outros que eu gostaria de trazer) é o professor de filosofia Pietro Pomponazzi, o qual disse, em 1556, que há seres humanos providos da faculdade de curar algumas enfermidades através de uma emanção, que a força de sua imaginação se direciona ao paciente. Tal força interfere em seu sangue e em seu espírito. Além disso, segundo o autor, é essencial que o curador tenha uma grande fé, uma forte imaginação e um desejo de sanar a enfermidade; disse também que, em algumas situações, essa força curadora poderia submeter toda a matéria aos seus comandos (Mann, 1989). O médico e alquimista Robert Fludd (1574-1637)

também teve sua importância ao salientar o papel que sol assume em relação à saúde, sendo como fonte de luz e vida, essencial a todos os seres vivos sobre a face da Terra, e ao defender que essa força invisível vive em todos os seres vivos, e se aprofunda no corpo por meio da respiração. O autor crê que nós, seres humanos, somos providos das qualidades de um magneto, atraindo e repelindo (Mann, 1989).

Franz Anton Mesmer (1734-1815), uma figura que se destacou no período da Revolução Francesa, tendo Paracelso como uma de suas inspirações, acreditava no magnetismo vivente em toda a matéria do universo (Gonsalves, 1996). Mesmer, em suas palavras, dizia que “todas as coisas na natureza possuem um poder particular, que se manifesta por ações especiais em outros corpos, ou seja, são capazes de ação externa sem uma união química. Todos os corpos, animais, plantas e até mesmo pedras estão impregnados deste fluido mágico” (Goldsmith, citado em Mann, 1989, p.84-85)

Assim, Mesmer, em sua carreira no curso de medicina, inseria um magneto nas regiões adoentadas do corpo, geralmente obtendo resultados de cura. E assim passou também a trabalhar com pessoas dotadas de nervosismos, obtendo efeitos fisiológicos bastante peculiares (como tremores, espasmos), o que o fez refletir e acreditar na possibilidade de que o magneto era uma fonte de condução de um fluido que seu próprio corpo lançava. Ele sugeriu uma força magnética (mencionada como magnetismo animal) no corpo humano e em toda natureza. Em sua visão, esse magnetismo animal (diferentemente do magnetismo mineral) pode entrar em comunicação, em diferentes estágios, com corpos animados e inanimados; permeia todos os corpos; pode atuar mesmo à distância, é acentuado pelo som, além de poder ser acumulado e transferido. Mesmer realizou algumas curas sensacionais feitas em público em Paris e assim ficou mais conhecido por toda a Europa (Mann, 1989). Em um incrível documentário produzido na década de 90 e divulgado em 2014, chamado *Energia da Vida*, onde o autor, psicoterapeuta e professor Ralph Viana, compartilha um pouco de seus conhecimentos:

- Mesmer falava de uma irritabilidade dos músculos do nosso corpo, o poder contrativo ou expansivo do nosso corpo. Quando essa irritabilidade perdia a capacidade pulsativa, perdia seu vigor, enrijecia os canais por onde deveria fluir esse fluido vital, e era a causa de todas as disfunções (...)

Mesmer considerava uma energia que permeasse em tudo na matéria, que preenche os espaços, é a operadora de todos os movimentos, a qual foi nomeada como Fluido Universal. Para ele, através dos nervos e dos fluidos corporais essa energia é transportada para todas as partes do corpo, assim dando vida por onde passasse. No ser humano, ele havia descoberto um enrijecimento muscular do corpo (como o conceito de couraça, de Reich), o qual pulsava entre contração e expansão, e esse movimento muscular era designado por ele como “irritabilidade muscular”; a enfermidade aparecia quando havia uma perda dessa irritabilidade. “Mesmer dizia ‘estar em harmonia’ com as leis elementares da natureza, tais como o organismo vivo as expressa (...) Quando essa harmonia essencial é comprometida, resulta enfermidade. Quando a harmonia é recuperada, reinstala-se a saúde” (Shapiro, citado em Mann, 1989, p.87)

As idéias de Mesmer influenciaram muitos estudos posteriores, como os de Carl Jung e Wilhelm Reich, e seus conhecimentos se tornaram num movimento conhecido como *mesmerismo*, permanecendo durante décadas. Algumas de suas investigações serão mencionadas posteriormente, em outra parte da composição da dança desse “corpo em movimento”, quando outra figura vier em cena.

Além das teorias mencionadas até o momento, que falam nessa energia (como a força divina, energia de vida, *munia*), do outro lado, entre os chineses, o impor das mãos também foi uma realidade bastante comum. A *energia vital*, a qual circula em corpos de todos os seres vivos e pelos ambientes, é um fenômeno estudado há milênios pela medicina oriental, sendo um sistema filosófico, cultural, religioso e científico. Para os chineses, essa energia de vida está relacionada, pela grafia ocidental, com o TAO e o *Qi* (ou *Chi*). Para os japoneses, *Ki*. Na Índia, conhecida como *Prāna*, que, em sânscrito, significa "sopro de vida" (Silva, 1997). Em outros conceitos, a energia vital está associada ao *pneuma* (para os gregos), *energia bioplasmática*, *orgônio*, *bioenergia*, *hálito divino* (Hermógenes, 2016) – e, a meu ver, à pulsão libidinal.

3.1. Energia vital no extremo-orient

Conforme a obra *Teorias Básicas da Medicina Tradicional Chinesa*, citada em Bernardo (2006, p.102),

Tudo no universo resulta dos movimentos e mudanças do *qi*.

O *Qi* é visto, inicialmente, como uma força energética que sustenta o universo, sendo que essa energia se apresenta também de forma concentrada, e uma das especiais expressões do Tao⁴, ou seja, "a matéria é, para os chineses, um estado dessa energia, o *Qi*, condensada" (Bernardo, 2006, p.102). Em minha compreensão, somos todos uma manifestação da energia, porém uma energia que está materializada, condensada, visível, sentida e tocável, e que, através de nossos corpos energéticos, os fluxos dessa força se atravessam.

Com o tempo, o conceito dessa energia *Qi* também passou a ser usado pela medicina chinesa para explicar funções dos seres humanos, como atua em nós e como ela faz a conexão entre o interno e o externo (Bernardo, 2006). Essa lógica trabalha com o conceito de "meridianos", que nada mais são que canais que temos em todas as partes do corpo, constando neles pontos de estrutura espiral ligados com os órgãos, localizados profundamente na pele, e que através desses canais a energia vital *Qi* circula e flui (Langre, 1977).

A partir dessa magia ou lógica (como você preferir), dos canais meridianos, apresento duas citações de Campaglia, feitas através da escrita do autor Bernardo (2006):

Qi é a energia que circula nos Meridianos, é a chama que mantém a vida e põe os seres em movimento. *Qi* é o próprio movimento, é a força vital, é o fio condutor. (p.103)

⁴ *Tao* é traduzida como "Sentido da Vida", "Caminho Correto" e é representado por um círculo, o qual representa a totalidade. Em outras palavras, "Tao significa Absoluto, o Infinito, a Essência, a Suprema Realidade, a Divindade, a Inteligência Cósmica, a Vida Universal, a Consciência Invisível, o Insondável, etc." (Hohden, citado em Bernardo, 2006, p.107-108). Tudo no universo está contido no Tao. "O Tao é o início e o fim; a vida e a morte; e se encontra no templo dos Deuses" (Nei Ching, citado em Bernardo, 2006, p.108)

Qi pode ser visto como energia que circula dentro do corpo. Entretanto é, igualmente, energia que circula no meio ambiente e entre as pessoas. Esse é um conceito que insere o indivíduo como parte do sistema e do meio em que vive. O *Qi* não pertence só ao ser humano, está também, fora dele. Isso significa que, assim como o ambiente pode marcá-lo, ele pode marcar o ambiente, uma vez que o *Qi* circula tudo. (p.103)

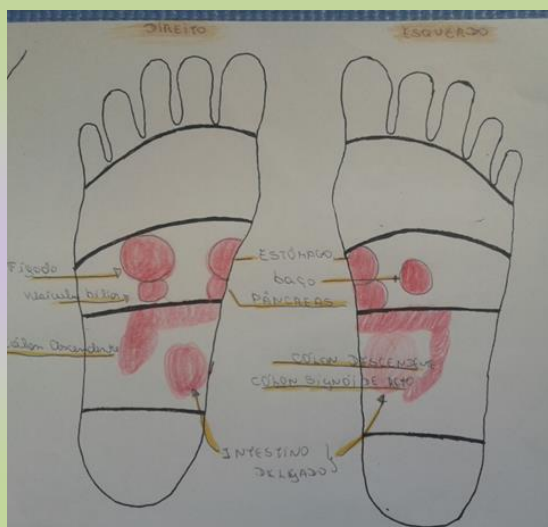
Trazendo um recorte das minhas vivências, a partir do que estudo e pratico com a massagem *Reflexologia*⁵, os polegares dos pés e das mãos estão relacionados a regiões da cabeça. A massagem nos polegares (tanto dos pés como das mãos) estimula os centros nervosos da respiração, da atividade cardíaca, da pressão sanguínea e das funções digestivas. Numa enxaqueca, por exemplo, quando a dor atinge uma lateral da cabeça, pode estar associada ao fígado. Nesse caso, deve-se sedar (pressionar profundamente durante um dado tempo para depois soltar) esses dedos, o ponto do fígado e o ponto da vesícula biliar, sendo que os dois últimos estão localizados no pé e mão direitos. A sensação é bastante aliviada ou curada, pois, através da tonificação e da sedação, do toque profundo como uma agulha, intercalando com leves toques, trata de que a energia vital circule nessa região. Quando uma região do corpo, ou órgão, indica alguma doença, isso se mostrará como uma mudança de sensibilidade, em um determinado ponto reflexo que, nesse caso, é dos pés, ou das mãos.

As imagens seguintes 01 e 02 (espero que estejam entendíveis) são de dois mapas que fiz, durante as aulas de Reflexologia, que mostram os pontos reflexos do Sistema Nervoso e do Sistema Digestivo. Segundo Mann (1989), os nervos ativados pelas agulhas fazem parte do sistema nervoso autônomo, abrangendo os dois conjuntos de nervos, o simpático e o parassimpático, no qual o primeiro incita os órgãos centrais do corpo.

⁵ *Reflexologia* é uma técnica terapêutica que enxerga uma conexão entre diversas regiões do corpo e órgãos com os pés, com as mãos, com as orelhas e com o crânio, e trabalha através de estimulação no ponto reflexo nessa região para curar uma enfermidade, algo que esteja causando algum desconforto. “A reflexologia (...) também utiliza a pressão de pontos na pele, que aqui representam distintos órgãos. Supõe-se que ao massagear estes pontos ajudamos a funcionar melhor os órgãos correspondentes” (Ackerman, citada em Viana, 2017, p.08)



(Imagem 01- Sistema Nervoso)



(Imagem 02 – sistema digestivo)

O acolhimento geral do conceito de energia vital, *Qi* (no chinês) ou *Ki* (no japonês), e a ampla utilização médica no Extremo Oriente, vem ocorrendo há séculos, sendo algo básico nas sociedades chinesa, japonesa, coreana e havaiana, especialmente nas três primeiras através da acupuntura, e essa prática de cura se estendeu ao Ocidente e se disseminou (Mann, 1989).

A ciência da acupuntura, sendo um englobamento de conhecimentos teórico-empíricos da medicina tradicional chinesa e que estuda a energia vital através de diferentes técnicas, dentre elas a aplicação das agulhas e de *moxa*⁶ na terapia de cura de

⁶ Os chineses constataram a suavização de dores abdominais e nas articulações a partir do aquecimento do corpo com areia ou pedra quente, dando origem à *moxa*, a qual é um instrumento feito a partir da trituração da folha de artemísia. Segundo arquivos da literatura chinesa, a natureza das folhas da artemísia desobstrui o fluxo de energia dos meridianos, origina calor Natural de Yang, tratando questões de frio e umidade, aquecendo o útero, regulando a menstruação e diminuindo ameaças de aborto. A moxa é usada para ser queimada, acima do ponto de aplicação, no intuito de engendrar, através do calor, a estimulação do local (Wen, 2006).

doenças, surgiu na China, há aproximadamente 4.500 anos, na Idade da Pedra (Wen, 2006). Outros autores a consideram como uma ciência praticada há mais de 5.000 anos e, trazendo luz um pouco sobre a teoria energética da acupuntura, a pele é picada superficialmente por agulhas muito finas em pontos de pressão específicos do corpo, procurando harmonizar, curar, os fluxos enfermos de energia no corpo (Mann, 1989). Assim, acrescento, pelo que conheço dessa prática, é que, muitas vezes, pontos do nosso corpo ficam bloqueados, estagnados (frequentemente em função de fatores externos), e gera um acúmulo de energia localizada, que não se dissemina, e o fluxo se torna doente.

Qualquer doença, física ou mental, indica uma estagnação de Ki no organismo. Um congestionamento energético ao longo dos meridianos é o primeiro estágio do desenvolvimento da doença. Frequentemente, porém, esse desequilíbrio é demasiado sutil para que seja observado por um exame médico, e dessa forma um grande número de pacientes é vagamente classificado como portador de "distúrbios neurovegetativos" ou "distúrbios funcionais". Esses estados pré-clínicos são o primeiro toque de alarma da energia vital que se encontra perturbada: "a doença do Ki". Uma série de sintomas subjetivos como sonolência, perturbação mental, dores no corpo sem causa aparente, constante desconforto na garganta quando não existe qualquer problema visível, todas as doenças do sistema nervoso são manifestações da doença do KI.. (Langre, 1977, p.58)

Essa arte das agulhas no corpo surgiu de uma observação de alguns chineses, de que uma lesão ou ferimento em determinadas partes do corpo, frequentemente acarretados por armas produzidas de lascas de pedra, apresentavam um efeito de cura sobre certas enfermidades das quais as pessoas feridas se queixavam há mais tempo.

Com o passar dessas observações, compreenderam que a grande senha era o exato ponto da pele e não a dimensão do corte ou da ferida, e que os pontos eram mínimos, como a cabeça de um alfinete (Mann, 1989). Num momento posterior, os chineses abandonaram o uso do osso afiado do peixe para "furar" a pele (Mann, 1989), dando espaço para as agulhas de prata, de ouro ou de aço inoxidável (Wen, 2006). Muitos estudos enriquecedores foram feitos a partir da acupuntura, entre outros aprofundamentos dessa prática tão ampla e atraente, não serão mencionados aqui. Ao mesmo tempo, a questão teórica da acupuntura é que:

o organismo humano responde ao meio ambiente externo total, ou seja, está vinculado à energia cósmica vital. Se houver uma mudança no envoltório de energia que o cerca, ele será afetado pela mudança; as energias vitais em seu corpo vibram em ressonância a essas modificações e, desse modo, afetam o corpo físico. Essa energia vital é afetada por fatores como mudanças de estação, ciclos da lua, marés, tempestades, ventos fortes e mesmo níveis de ruído. (Mann, 1989, p.153)

Seres humanos e não-humanos são afetados por esse externo. O ciclo das plantas está relacionado à luz do sol, aos ciclos da lua, das estações, entre outros fatores; é por isso que há momentos certos para plantar, para podar, colher. Quem trabalha, por exemplo, com agricultura, com plantas e ervas medicinais, se guia por esses conhecimentos. Todos nós somos influenciados por esses ciclos maiores.

Um trecho da *Mandala Lunar*, a qual propaga muitas ferramentas para compreender os ciclos lunares e como nos influencia, diz que:

O conhecimento sobre as mudanças causadas por influências da Lua nos corpos da Terra é parte dos saberes tradicionais de diversos povos ao redor do mundo. Esse conhecimento permitiu a homens e mulheres utilizarem a Lua para preparar colheitas e plantios, escolherem os melhores períodos para a pesca e entenderem a natureza cíclica da natureza. Segundo a cultura popular, as fases da Lua influem, por exemplo, na época do plantio e da colheita, no crescimento dos cabelos e na gestação e no parto (...). As fases da lua passaram a marcar períodos de festas e rituais (...) (Holthausen, Andrade & Campello, 2016, p.21)

Num ritmo natural de vida, sem os grandes estímulos artificiais das grandes cidades (os quais nomeio como "envenenados"), é mais saliente o quanto somos guiados pelo sol. À medida que ele se despede e a noite toma seu lugar, nosso corpo, sintonizado com esse fenômeno, sente necessidade de se recolher. Posso dizer que, por onde dou meus passos, vejo crescer cada vez mais grupos de pessoas, especialmente de mulheres, que se unem em diferentes fases da lua, para ritualizar e dar vazão a essa energia de vida e conectar seus ciclos menstruais, os quais são observados e estudados em suas práticas diárias e sintonizando com as fases lunares.

Conectar dentro e fora, noite e dia, branco e preto. É interessante como os movimentos são cíclicos e espiralares (lembrando também a fala de Arguelles, citada no início desse corpo), pois isso me faz recordar uma parte da citação que inseri

anteriormente, do educador indígena Daniel Munduruku (2014), o qual alude para a escravização da lógica da linearidade:

(...) a lógica nos faz chorar as perdas porque nos ensina a pensar de forma linear. Ou seja, nos convoca a acreditar nos pares que excluem: o branco que exclui o negro; o dia que exclui a noite; o bonito que exclui o feio. Essa forma de pensamento escraviza as possibilidades outras. (p.26)

Vejo isso como uma conexão com as teorias detalhadas da energia vital sob o olhar da medicina tradicional oriental, o *Yin* e *Yang*, que estão imersos no círculo da totalidade do TAO, e através dos quais a acupuntura, e outras práticas de terapia de cura, se guiam. É como uma polaridade entre a parte positiva (*yang*) e negativa (*yin*). *Yang* representa a atividade, virilidade, o sol, o masculino, o dia, o calor, o verão. O *Yin*, por sua vez, é o oposto, o descanso, o feminino, a noite, o frio, a lua, o inverno. Esses elementos, conforme os acupunturistas, estão associados aos ritmos internos que possuímos, como a batida do coração; os movimentos de inspirar e expirar; a contração e a expansão da bexiga (Mann, 1989); o conjunto de nervos do sistema simpático e do parassimpático.

O símbolo usado para a compreensão do Yin e Yang é “Tai-Chi” (Sussmann, citado em Bernardo, 2006), onde a região branca representa *Yang* e a preta, *Yin*. Assim, “dentro da parte branca contém um pequeno círculo preto, e dentro da parte preta contém um pequeno círculo branco. Isto representa que dentro do Yin existe sempre o Yang e que dentro do Yang existe sempre o Yin.” (Requena, citado em Bernardo, 2006, p. 110):

Tai-Chi



Conforme a enfermidade aumenta, os pontos do meridiano vulnerável tendem a se concentrar, se congestionar, e através do toque pode-se perceber que o tecido ao

redor da região está tenso, inchado (Mann, 1989). Parte-se de um princípio de que as enfermidades são causadas pelo desequilíbrio dessas energias, e por isso os tratamentos têm o intuito de restaurar o equilíbrio dessas forças. *Yin* e *Yang* não são fixos quando internos a uma substância, estão sempre em mutação, e quando um deles estiver num nível maior, o outro estará a um nível mais baixo (Wen, 2006). Segundo Moss (citado em Mann, 1989), esse congestionamento no meridiano é provocado por uma debilidade de impulsos nervosos, engendrando assim uma lentidão no processo de circulação sanguínea. Em sua visão, tais pontos sensíveis, ao que tudo indica, estão associados à estase energética e a desequilíbrios na saúde. É sobre esses pontos que os terapeutas reichianos e bioenergéticos irão atuar para alcançar uma descarga emocional, tentando estimular esses pontos da acupuntura, as “áreas de disparo”⁷, e assim fazendo movimentar o fluxo da energia vital (Mann, 1989). Segundo os antigos tratados chineses, “o sangue circula segundo a energia. Se a energia circula, o sangue circula; se a energia está bloqueada, o sangue para” (Moss, citado em Mann, 1989, p.153).

Tais teorias são muito semelhantes ao que Wilhelm Reich traz posteriormente em seus estudos, sobre essa essência da vida que é o pulsar, o contrair e o expandir (Mann, 1989), e sobre a energia vital que ele nomeou posteriormente como *orgônio*.

3.2. Prana, Kundalini e respiração: energia vital na filosofia hindu

Calor, luz, eletricidade, são todas manifestações do prana (...), Tudo que se move, funciona, ou tem vida, não é senão uma manifestação ou expressão do prana (...) O prana é o elo de ligação entre o corpo astral (áurico) e o físico (...) Quando o esguio fio de prana (o cordão de prata) é rompido, o corpo astral separa-se do corpo físico. Ocorre a morte. (S. Sivananda, citado em Mann, 1989, p.125)

Na Índia, englobando os pensamentos hindu e iogue, o *prana* é uma energia cósmica, universal, e sua fluidez circula em muitos sentidos, entre norte e sul, leste e oeste, além de estar presente no corpo, sendo inspirada e expirada, se movendo por

⁷ As “áreas de disparo” são referidas aqui aos pontos sensíveis, no sentido de que, quando sobre eles é exercida uma pressão, muitas vezes engendram-se sensações de alívio de dor numa região do corpo totalmente diferente - aparentemente sem relação alguma -, mas que, em termos energéticos, através de um meridiano, está conectada com o ponto de disparo (Mann, 1989).

meio do corpo, com o nosso movimento respiratório (Carrington, citado em Mann, 1989).

O universo é resultante da relação da *Consciência Suprema* e do *Prana*. Diríamos *Shiva* e *Shakti* (...) em termos hinduístas. Diríamos *Tao* e *Ki*, em termos de filosofia chinesa. O *prana* serve de veículo à Consciência. Por sua vez, *prana* é base e origem de todas as formas de energia como também de matéria, pois matéria, a ciência o afirma, não passa de energia condensada. É a este conceito mais amplo de *prana* que se refere a vetusta escritura “Satapatha Brahmana” ao dizer: “*prana* é o corpo do Ser (Consciência).” (Hermógenes, 2016, p.69)

Em suas palavras, sobre a manifestação do “*prana* universal”, Hermógenes (2016), um iogue e professor, diz que:

manifesta-se individualizado, em todo ser (animado ou inanimado), inclusive no ser humano. Ele *permeia, envolve, nutre e controla não somente nosso corpo, mas nossa mente, estruturando-os, dinamizando-os, fazendo-os viver*. Quando tal energia abandona o corpo, este morre. Quando escasseia, enfraquece. Quando se desarmoniza, cria-lhe a doença. (p.69)

Hermógenes (2016) e Mann (1989) destacam um fato muito importante que se passou na Rússia, uma máquina construída para fotografar as emanções ao redor do corpo, as energias ou o *prana*. O casal Kirlian, que desenvolveu esse gerador, conseguiu fotografar as radiações energéticas de pequenos objetos e seres vivos. Eles concluíram que não se trata de energia elétrica, nem luminosa, nem calórica, e assim a nomearam de *energia bioplásmica*.

Através da respiração, oxigênio e *prana* entram no corpo. Existem possibilidades de diferentes métodos de prática respiratória com propósito de conciliar o inspirar do ar, permanecendo com este durante um espaço de tempo, e o expirar do ar, mediante de um ritmo. Uma das disciplinas do iogue, o *pranayama*, tem essa função de orientar a absorção e conservação do *prana*, e assim encaminhar para todo o corpo, especialmente para regiões que atuam como reabastecedores (Mann, 1989).

Prânâyâma: prática de técnicas respiratórias que visam desenvolver o alongamento (*dirgha*) e a sutilização (*sukshma*) de suas quatro etapas (inspiração, retenção, exalação e suspensão) como meio de preparação para a meditação profunda. (Gandiva)

Um autor brasileiro conhecido como Oberom, que nasceu e cresceu em uma comunidade ligada às práticas hindus e é estudioso da energia vital com o *Yoga*, no canal “Consciência Próspera”, do *youtube*, no vídeo *O que é Prana* (2016), diz que existe um *prana* mais sutil, universal, que está atravessado em tudo e em todos, e o *prana* mais denso, que é o que percorre os 72.000 canais energéticos (chamados *nádis*) do nosso corpo, que geram vida em cada célula. No campo sutil (não-físico), energético, essas linhas, canais invisíveis, por onde corre esse fluxo, estão todas relacionadas, embora no físico não pareça haver tal ligação. Nessa imagem, pode-se visualizar melhor as tantas *nádis* que vivem em nós:



(Imagem retirada do site “O Grande Jardim”)

O autor *guru*⁸ e iogue indiano, Paramahansa Yogananda (1981), um dos maiores mensageiros da filosofia indiana para o ocidente, através de sua obra *Autobiografia de um Iogue*, traz uma ciência amplamente conhecida na Índia, de *Kriya Yoga*. A origem sânscrita de *kriya* é *kri*, que significa o fazer, o agir e reagir; sendo a mesma fonte da palavra *karma*, que se refere à lei natural universal de causa e efeito.

Dessa maneira, *Kriya Yoga* é "a união (*yoga*) com o Infinito por meio de certa ação ou rito (*kriya*)" (Mahásaya, citado em Yogananda, 1981). Nesse simples método,

⁸ *Guru* é um mestre espiritual, alguém que tenha uma profunda sabedoria de uma linha filosófica e que tem capacidade de ensinar, de orientar e influenciar pessoas. O termo também é empregado para se referir a um professor, ou a uma pessoa com seguidores.

considerado pelo autor como psicofisiológico, as moléculas de carbono existentes no sangue humano são retiradas e o sangue volta a oxigenar-se. Assim,

os átomos deste extra-oxigênio transmutam-se em corrente vital para rejuvenescer o cérebro e os centros da espinha. Sustando a acumulação de sangue venoso⁹, o iogue pode diminuir ou evitar a degeneração dos tecidos. O iogue adiantado transmuta suas células em energia. Elias, Jesus, Kabir e outros profetas foram, no passado, mestres no uso de Kriya ou de uma técnica similar, pela qual eles materializavam ou desmaterializavam seus corpos à vontade. (p.231)

Nessa visão, um iogue, realizando religiosamente essa técnica, alcança a gradual libertação do carma (ou *karma*):

Oferecendo o alento que inala naquele que exala e oferecendo o alento que exala naquele que inala, o iogue neutraliza inalação e exalação; assim, ele libera **prana**, do coração, e coloca a força vital sob o seu controle. (Bhágavad-Gita, citado em Yogananda, 1981, p.231-232)

Segundo Sri Yuktésvar, os antigos iogues perceberam que o segredo da consciência universal está profundamente conectado com o domínio da respiração. Assim, o *Kriya Yoga* seria uma ferramenta de grande potencial para acelerar a evolução do ser humano.

Ao inspirarmos, não absorvemos somente oxigênio, mais ainda outros princípios energéticos mantenedores da Vida, enquanto a expiramos, não expelimos unicamente anidrido carbônico, como também uma série de outras coisas que o Ser recusa conservar dentro de si. (Miranda, citado em Oliveira, 2012, p.8)

A respiração é um elemento base relacionada à energia vital, que considero também uma senha bastante especial, e através dela podemos acessar muitas profundezas, fenômenos, mundos, considerados como algo sobrenatural. Quando estudo algumas das teorias da respiração, mas especialmente quando há uma experiência, quando pratico, quando presencio outras pessoas em suas profundas respirações, quando escuto relatos de pessoas próximas a mim que praticam diferentes técnicas (respirações

⁹ O sangue venoso é o sangue pobre em oxigênio e rico em gás carbônico.

profundas, com certa frequência), tudo isso me faz refletir sobre as tantas possibilidades que nós, seres humanos, temos dentro de nós, mas que não são acessadas. Se nós, seres humanos, nos aprofundássemos nessas riquezas que nasceram com a gente, quem sabe viveríamos de forma “sobrenatural”, de outra maneira. No México, me repassaram oralmente a informação de que uma das grandes possibilidades do desaparecimento de muitos dos *mayas* estaria atrelado a algumas artes que eles dominavam, entre elas a respiração. Assim, por meio dessa respiração, eles mergulhariam num estado meditativo profundo e, conseqüentemente, chegariam a uma dimensão que não é visível aos nossos olhos, pois estariam num plano mais sutil; assim como também conseguiam acessar outros mundos. Isso seria como mágica. Quando ouvi isso, questionei bastante, mas também estava tentando racionalizar uma coisa que, na verdade, só vivenciando a respeito é possível compreender ou, ao menos, não duvidar dessa possibilidade. Após me familiarizar um pouco mais com a respiração profunda, sinceramente acredito que muito pode ser acessado e encontrado através dessa ferramenta. Hoje em dia, há muitos estudos focados sobre a respiração profunda contínua, podendo nos levar a longas viagens.

Quando a circulação do *prana* se encontra presa, em função de pontos enroscados causados por distúrbios locais, a vitalidade num determinado ponto fica comprometida, causando uma dor aparentemente na área em que as correntes de energia vital estão intrincadas, criando um obstáculo para a circulação da vitalidade. Essa tensão da energia gerada e aglomerada produz no corpo uma certa pressão nervosa, causando dor (Mann, 1989):

Dores que se movem, comichões espontâneos e transitórios, além de pontos de tensão na derme (...) são em geral devidos a alterações na pressão vital e, no mais das vezes, não a uma a uma doença propriamente dita dos tecidos físicos. (*Alguns Fatores Não Admitidos na Medicina*¹⁰, citado em Mann, 1989, p.128)

O *prana* existe em todas as células e moléculas dos seres vivos, tendo um especial entrelaçamento com as glândulas endócrinas. Sua correnteza é responsável pelo estado psicológico e pelo estado de humor do ser humano (Mann, 1989).

¹⁰ Originalmente escrito como *Some Unrecognized Factors in Medicine*, o livro foi feito por um grupo de médicos e pesquisadores ingleses de tendência teosófica, que mescla as abordagens oriental e iogue com a medicina e as investigações de um determinado grupo de "profissionais que possui o raro dom de uma capacidade psíquica treinada" (Mann, 1989, p.126).

Os médicos teosóficos ingleses sustentam que o prana livre atravessa as camadas de revestimento dos nervos com grande rapidez; o prana é lançado por todas as extremidades, todos os orifícios e poros da pele (...) também existe uma forma de vitalidade *estática*, intimamente associada à estrutura de cada célula e órgão. A interação do prana de rápido movimento, absorvido no ar, com o prana estático, ancorado nas células, constitui o organismo conhecido como corpo vital. (*Ibid*, citado em Mann, 1989, p.127)

Esses autores argumentam que a energia solar é vista pelos estudiosos da medicina hindu como a nascente de todas as formas de energia imersas do nosso sistema solar. Assim, há uma sutil alteração no comportamento das partículas soltas no ar que, após uma intervenção da luz solar, passam a se unir em grupos favorecidos de certa carga de força com capacidade de estimular o crescimento. Tais grupos têm sido reconhecidos como *glóbulos de vitalidade*, e há uma estimativa de que eles são gerados apenas à luz solar, ao mesmo tempo em que também foram verificados em grandes quantidades na utilização da luz ultravioleta. Reich trouxe essa mesma observação em seus estudos, da mesma manifestação, denominando de pontos dançantes de orgônio.

Quanto ao seu comportamento (...) o prana (...) está intimamente relacionado à eletricidade, com a qual tem muitas características em comum, tais como reações positivas e negativas; mas é diferente da mesma em termos de qualidade, por ter afinidade com o protoplasma e com ações promotoras da vida (...) Absorvido com a inspiração (...) e distribuído pelo corpo todo com rapidez incrível (...) os estudiosos modernos do ocultismo descrevem que o prana realiza um trajeto ao longo da fibra de mielina que reveste os nervos e não dentro das fibras nervosas em si. (*Ibid*, citado em Mann, 1989, p. 126-127)

Nesse sentido, uma abundância maior de *prana* é adquirida a partir de uma respiração rítmica profunda, em comparação a uma respiração superficial ou irregular, sendo que esse fornecimento é maior em exposição à luz, especialmente à luz do sol ou na presença de uma fonte artificial da luz solar. A respiração contínua, mesmo que em pouca quantidade, já interfere em todo o corpo, tornando-o mais tonificado e brilhante (Mann, 1989)

3.2.1. Os *chakras*

Pela filosofia hindu, assim como outras orientais, o corpo vital possui centros de energia conhecidos como *chakras*, que podem ser referidos como vértices ou anéis de energia invisível (Mann, 1989). Em sânscrito, significa "roda", "giro".

Chamamos de rodas, porque a energia gira neste ponto continuamente, como gira nossa Terra, nosso Sol, nosso sistema solar, nossa Galáxia, nossos átomos e tudo o que é conhecido. É a atividade da Galáxia de planetas girando cada um em torno de seu eixo. Os *chakras* não podem ser percebidos pelos órgãos dos sentidos uma vez que estão relacionados com o hemisfério esquerdo do cérebro (área cognitiva). Os *chakras* têm vibrações em frequências especiais. As pessoas experimentam os *chakras* como movimentos circulares porque eles são vórtices de energia psíquica. Cada *chakra* vibra com uma cor, som, cheiro, elemento e forma distintos (...) (Menezes, 2016, p.12)

O nosso **corpo etérico** ou **vital** (assim como o dos animais) possui muitos *chakras*, porém há sete principais localizados ao longo da coluna vertebral, se relacionando diretamente com as glândulas endócrinas e órgãos vitais, sendo que cada *chakra* tem como missão controlar e manter um perfeito funcionamento dos sistemas do corpo. A partir de uma mescla dos conhecimentos que recebi de um curso e de informações orais, compartilho um pouco aqui.

O **primeiro *chakra*, básico** (ou, em sânscrito, *Muladhara*), está relacionado ao conceito de raiz, de suporte, de sustentação. É o corpo físico, localizado abaixo da coluna vertebral, entre o ânus e os genitais. Está relacionado ao elemento terra e à cor vermelha. Corresponde às glândulas adrenais, ossos, aparelho genital e urinário, coluna vertebral, dentes, anus, reto e próstata. Disfunção emocional pode causar raiva, impaciência, apego, culpa, vícios, violência, dor, etc. O **segundo *chakra*, sacral, umbilical** (ou *Swadhisthana*), localizado quatro dedos abaixo do umbigo, relacionado aos órgãos sexuais, e corresponde ao elemento água e à cor laranja. Corresponde às gônadas, ovários na mulher, testículos no homem, sistema reprodutor, bexiga, pelve, pernas, tornozelos e nervo ciático. Desequilíbrio emocional pode levar à rejeição, à solidão, ao controle, aos ressentimentos, à vingança, a ciúmes, à depressão, à inveja. O **terceiro *chakra*, o Plexo Solar** (ou *Manipura*), está localizado na altura do estomago.

Está relacionado ao elemento fogo e à cor amarela. Corresponde ao pâncreas, baço, aparelho digestivo, fígado, vesícula, parte inferior das costas, sistema nervoso vegetativo, parassimpático, músculos. Aqui há funções de vitalidade, do bem-estar consigo mesmo, a vontade, a ação. O quarto **chakra, o cardíaco** (ou **Anahata**), localizado no coração e relacionado às cores rosa ou verde. Corresponde ao coração, ao sangue, circulação, brônquios, aparelho respiratório, parte superior das costas e da pele. Relacionado aos sentimentos mais profundos, de um amor divino incondicional. O **quinto chakra, Laringeo, da Garganta** (ou **Vishuddha**), localizado na garganta, com a função de comunicação e auto-expressão. Está relacionado à cor azul anil e ao elemento éter - espaço. Corresponde às glândulas tireoide e paratireoide, garganta, amígdalas, laringe, faringe, cordas vocais, esôfago, canal alimentar, sistema oral, boca, orelhas, ouvidos. O **sexto chakra, Frontal, Terceiro Olho** (ou **Ajna**), localizado entre as sobrancelhas, pouco acima. Corresponde à glândula pituitária, sistema endócrino, sistema nervoso central, cérebro inferior, olho esquerdo, ouvidos e nariz. O **sétimo chakra, Coronário** (ou **Sahasrara**), localizado no alto da cabeça, ligado ao corpo causal e espiritual, área límbica. Corresponde à glândula pineal, cérebro superior, olho direito. (Menezes, 2016).



A imagem retirada da página

Consciência Política.

3.2.2. A "serpente de fogo": *kundalini*

O despertar da Kundalini é, de algum modo, o despertar de uma energia cósmica latente em cada ser humano; pois tal energia é a origem de todos os seus poderes, toda a sua força, todas as formas de vida que ele pode assumir.

(Silburn, citada em Anand, 1992, p.264)

Perturbações nesse sistema giratório dos *chakras* desencadeiam sofrimentos e provocam adoecimento (Mann, 1989). É um tema bastante profundo e vasto, e apenas estou informando algo bastante básico, assim como menciono uma outra energia, a qual flui por esses centros de energia, chamada *kundalini*, e que está presente nos seres humanos. É uma energia relacionada ao *prana* e às forças latentes existentes nos sete principais *chakras* citados. Quando estimulada, a *kundalini* flui através do corpo (Mann, 1989), mais especificamente pela coluna, passando por cada *chakra*, se movimentando de forma espiral, semelhante a uma serpente, e a mencionam como “serpente de fogo”, em função do calor que essa energia emana.

Essa força energética inativa, imaginando uma cobra enrolada adormecida, vive na base da coluna vertebral. O seu despertar, através da mescla do *prana* com os *ásanas* (posturas físicas geradoras de força), *pranayamas* (utilização da energia vital por meio da respiração), *kriyas* (purificação ou limpeza) e meditação, proporciona cura e transformação ao ser humano.

Kundal, em sânscrito significa rolo. A palavra **Kunda**, também significa cavidade, cova ou buraco. **Kundalini** também pode ser derivada da raiz do verbo **Kunda**, que em sânscrito quer dizer queimar e, **Kundalam** significa aquele que está enrolado (...) Ela é simbolizada por uma serpente brilhosa, enrolada três vezes e meia com a cauda na boca e tem um ar de falso sono (...) está deitada no *chakra Muladhara*, onde está estática toda a força da criação. A **kundalini** é a expressão de todo o poder em forma e é a manifestação da criação do mundo no ser humano. (Menezes, 2016, p.11)

A fonte da energia *Kundalini* não está relacionada ao sol, mas sim ao centro magnético do planeta, e está interligada às energias de criação e sexual (Mann, 1989).

A fim de entender mais detalhadamente o movimento dessa serpente de fogo, fui em busca de alguma fonte mais segura, de forma que o conhecimento me fosse repassado oralmente. Aqui, citarei alguns esclarecimentos, a partir da voz de um iogue e professor, que vive em Porto Alegre, Baba Adi Nath Aghori Kapalika, quando o indaguei sobre a conhecida *Kundalini Shakti* e seu movimento. Inicialmente, ele traz:

- Kundalini...a palavra em si é feminina e conceitualmente Shakti quer dizer potência feminina, porque independente das diferentes filosofias que tem pra explicar a criação, o todo, a origem, (...) tudo é Shiva¹¹ e Shakti¹². Então Shakti corresponde a tudo que é dinâmico, de inspiração, de criatividade, é o feminino (...) As coisas acontecem mesmo é por causa da deusa, da Shakti (...), ela é o verde das folhas, é essa potência então dentro de nós. Todos somos Shiva e Shakti (...) todo mundo é inteiro (...) e viver em yoga é estar uma com ela mesma (...) Então, essencialmente (...) em várias culturas tem a serpente (...), e a serpente é o feminino. Então, tudo do universo, dentro da cosmologia hindu, ou melhor dizendo, da cosmologia do Sanatana Dharma¹³ (...) é o único universo que você consegue traçar algo do feminino, de matriarcal, você vai encontrar isso dentro do tantrismo (...) Tudo é um ingrediente, e a vida é uma vida de magia. E o que permite que essa vida, que magia aconteça, que isso floresça, é o culto a Shakti, culto ao feminino. E, dessa forma, tantricamente falando, a kundalini é adorada através de arquétipos da deusa (...)

Em relação a alguns *chakras*, o Iogue acrescenta:

- Da cintura para baixo, é o chakra raíz, o básico do básico, que basicamente trata das defesas e da manutenção da sobrevivência (...) dá pra dizer que os seres humano, a alma espiritual encarnada nesse traje, já vem “de fábrica” com os dois primeiros chakras funcionando, que é algo de garantir a manutenção da espécie (...) E isso tem correspondência com os corpos sutis, e aí que a coisa começa a fazer diferença (...) e aí entra a respiração, o que vai dar a liga pra que a kundalini ascenda. É todo um trabalho (...) Dominar e ter controle mesmo das coisas a gente não tem praticamente nada, mas da nossa respiração a gente pode ter (...)

¹¹ Shiva é um dos principais deuses do hinduísmo, junto com Brahma e Vishnu, formando uma tríade divina.

¹² Shakti é a deusa indiana suprema, é o poder divino. Também pode representar a companheira de uma divindade masculina hindu. Sarasvati é a Shakti companheira de Brahma; Parvati é a Shakti companheira de Shiva e Lakshmi é a Shakti companheira de Vishnu.

¹³ Os hindus são seguidores do *Sanatana Dharma*.

No movimento da *kundalini*, a questão postural e da respiração é bastante destacada, para que sua ativação ocorra, para que ela possa percorrer as principais *nádis* (já comentei sobre elas inicialmente, nesse ritmo do corpo):

- Algo que é primordial é a postura (...) Sobre as nádis, elas estão espalhadas no corpo todo, são como canais que fazem uma malha como do sistema nervoso, fazendo muitas ligações, e são três as grandes principais. A do meio é a Sushumna, a da direita é a Pingala e a da esquerda é a Ida. A kundalini, enquanto uma serpente, ela vai ficar de pé através do canal da Sushumna. Então, primordial: a postura. Tem pessoas que se curvam (...) estar curvado, não funciona. E olha onde é o ponto em que dobra (apontando para os dois primeiros chakras), é bem no emocional que a pessoa dobra, se curva. E a energia não vai passar daí. Então pra ela passar, pra ela ficar de pé, é pela autopista, o prolongamento da nossa espinha, que precisa ser sana, saudável. A Ida corresponde à Lua, lado esquerdo, feminino, Shakti. E a Pingala, lado direito, o masculino, o sol. Pra essas três nádis estarem funcionando, naturalmente essa malha toda, todas essas outras nádis, precisam ser igualmente potencializadas, vivas, em harmonia, bem nutridas, e é aí que entra o Prana (...) independente da filosofia, da tradição, isso é universal: a respiração e a postura. É fundamental para um devido funcionamento. É muito fisiológico, e ao mesmo tempo isso tem a ver até com a flora intestinal, porque 90% da serotonina está aqui (apontando para o terceiro chakra) e aí isso se manifesta em desânimo (...), é o mau funcionamento do terceiro chakra (...) Sentar com a coluna ereta, e respirar bem de boca fechada, é o que vai fazer toda a diferença. Para uma pessoa, conscientemente, ativar a kundalini dela, ela vai precisar se colocar minimamente desse modo, e nisso entra o Yoga (...) se a pessoa não vive ereta, diariamente existe uma perda energética.

Perguntei a ele como é o movimento da serpente quando ela consegue chegar no *chakra coronário*, até porque, se formos perceber pela imagem que inseri abaixo, é como se fosse duas serpentes unidas. No entanto, é a *kundalini* em seu movimento de subir e descer, continuamente.

- A serpente chega lá em cima e não fica estática lá, ela se movimenta (...) parte-se do pressuposto, muitas vezes, de que ela está adormecida em todos, mas ela não está totalmente adormecida, porque estamos animados, o anima de vida. Esse anima, minimamente é uma pequena chama (...) a kundalini é Shakti, tudo é potência feminina (...) Toda essa potência pode aumentar e diminuir na gente, o tempo todo (...) isso pode vir naturalmente, e ela pode acontecer, dependendo do envolvimento da pessoa, sem ela ter a intenção disso. Me aconteceu algumas poucas vezes, de estar sentado aqui na poltrona, e uma vibração atômica vir e subir pelo meu corpo, dá muito calor e vibrações (...)



(Imagem retirada da

página virtual *A2 Kundalini Yoga*)

Quando as tensões musculares atuam no corpo, o fluxo de energia é barrado mesmo no instante em que a tensão acontece. Quando essas tensões no corpo são liberadas, a pessoa vivencia uma espécie de acréscimo no fluxo de sensações, os quais são nomeados como “correntes”, por Wilhelm Reich, primeiro cientista ocidental que veio a constatar esse processo. Alexander Lowen, seguidor de Reich, através de seu trabalho com a bioenergética, destacava que “um corpo saudável está em constante estado de vibração, esteja ele acordado ou adormecido. Tais vibrações ocorrem com diferentes intensidades e amplitudes” (Anand, 1992, p.263)

4. PULSÃO, LIBIDO E ENERGIA VITAL

4.1. Nós, mulheres-deusas. Nós, mulheres histéricas. Nós, mulheres feiticeiras

Nas sociedades primitivas o culto às deusas-mães, aos mistérios da procriação e o respeito ao corpo feminino era reverenciado como manancial da força divina, fonte doadora da vida. No antigo Egito, Ísis era a deusa da fertilidade, da maternidade, da cura, da feminilidade. Na Índia, Aditi era a deusa-mãe de tudo que existia no céu. Na Mesopotâmia, Astarte era a verdadeira soberana do mundo. No Império Babilônico, Ishtar era a luz do mundo. Na Grécia, Gaia era encarregada da origem do mundo, criadora de Urano, o céu estrelado. Na China, Nu Gua criou a humanidade, cavando barro do chão, moldou uma figura que, para sua admiração, ganhou vida e movimento próprio. No Japão, Amaterasu era a deusa do Sol, de quem descendiam os imperadores. Na Irlanda, Brígida encarnou o papel da deusa-mãe. Enfim, o culto à Grande-Mãe (Diana dos Efésios, Hera, Deméter, Atena, Bona Dea, Afrodite) era a prática mais difundida nas sociedades primitivas. Nesse processo de fertilização e procriação atribuídas ao princípio feminino, dava-se aos homens um papel secundário.

(Muribeca, 2013, p.68)

Primordialmente, representávamos as deusas, pela feminilidade, a origem da vida. Conectadas à natureza, à nossa sexualidade, ao prazer. Posteriormente, fomos esmagadas na profunda totalidade de nossa natureza; por nosso útero, nós éramos a fonte do mal e fomos lançadas nas fogueiras. E as fontes divinas foram resumidas em um só deus, representando pelo ser masculino. E assim o homem quis ocupar um lugar de poder. Talvez uma inveja do homem em relação ao nosso útero, ao poder medicinal e de cura do nosso sangue. Passamos a ser tratadas como propriedade privada dos homens a partir dos casamentos, eles queriam ter o poder sobre os nossos desejos, nossa sexualidade. Os homens foram ganhando muitos papéis, enquanto nós éramos submetidas a seus desejos. Muitas de nós, mulheres, um dia fomos queimadas vivas, enforcadas. Nossas práticas diárias, a forma como vivíamos, mal vistas. Lançávamos mão de chás, de ervas medicinais, pedras, cheiros, água, fogo, terra, entre tantas coisas e substâncias, através dos elementos da natureza, para muitas finalidades, como, por exemplo, para a cura de enfermidades. Conhecíamos o poder de cura das plantas. Estávamos conectadas com a nossa sexualidade e nossas fontes de prazer. Consagrávamos nosso sangue menstrual e o ritualizávamos, uma benção para nós. Usávamos a palavra. Nos guiávamos pelos ciclos lunares e solares. Já éramos

revolucionárias, por acreditarmos naturalmente nas forças da natureza. E isso é magia, é feitiçaria. Bruxas, também porque estávamos “empoderadas” de nós mesmas. Falo nesse termo “empoderada”, no sentido de buscarmos autoconhecimento, de estarmos atentas às nossas percepções e aos sinais que a vida lhes apresentava, se manifestando na natureza, ou nos sonhos, ou de outras vias, e confiávamos nisso e em nossa intuição, seguíamos esses sinais; estávamos atentas às sincronicidades da vida. Então, sim, praticávamos magias e éramos bruxas. O medo disseminado dos nossos conhecimentos e sabedoria, assim como nossa postura frente às lógicas predominantes na sociedade, fez com que fossemos taxadas de histéricas, de loucas, de possuídas pelo demônio. Fomos perseguidas, assassinadas. A Inquisição condenou e assassinou a todas as pessoas que fossem uma ameaça às suas doutrinas. E, muitas delas, eram mulheres. Era uma forma da Igreja expressar seu medo em relação à força que atribuía a essas pessoas, muitas delas revolucionárias e mulheres.

- Os bruxos chamaram *ver* a essa capacidade de perceber como flui a energia pelo universo – explicou Dom Juan – Descreveram o *ver* como o estado de *consciência acrescentada*¹⁴ no que o corpo humano percebe a energia como fluxo, corrente ou vibração que se parece ao vento. *Ver* a energia como flui pelo universo é produto da detenção momentânea do sistema de interpretação característico dos seres humanos. (Castaneda, 1998, p.08)

O nosso corpo feminino passou a ser visto como um englobamento de imperfeições em diferentes perspectivas, através dos costumes, das doutrinas, do olhar fisiológico, e se tornou em algo atrelado a uma natureza ruim, a casa do pecado e julgado impuro, em sua essência (Nunes, citado em Muribeca, 2013)

Cabia a nós fazermos coisas que não queríamos fazer. Repressões de ideias e de lógicas institucionais disseminados culturalmente; os modelos ideais de beleza, de comportamentos, de vestimentas e, dentre outras violências mascaradas, não nos incentivavam em nossa autonomia, não permitiam que nossa sexualidade e outros anseios fossem expressados livremente. Nossos órgãos internos precisavam tomar outras formas com aquelas roupas sufocadoras, que não pelo caminho natural, prematuramente se deparando com obstáculos. Muitas barreiras em uma transição fluida

¹⁴ Dom Juan fala em *consciência acrescentada* para referir-se a uma consciência que não é habitual. Uma consciência onde se vê para além dos fatos, de outra perspectiva, que nos proporciona ver as coisas de forma bastante diferente do que aparentam. Vejo como uma conexão ao fato de estar atento e receptivo às sincronicidades que a vida apresenta o tempo todo.

entre campos não-materiais e material. O corpo físico responde por isso. Era mais recorrente, talvez “fácil”, uma doença incidir sobre nós, mulheres. Isso não é novidade, de que nós, mulheres, fomos reprimidas por séculos e isso ainda segue se atualizando. E, dentre as mulheres, algumas passam por mais violências que outras. Enfim, nós, mulheres, que não fomos ouvidas, que desejávamos participar do mundo social e intelectual, e fazer a diferença.

- eu posso lhe garantir, doutor, que as mulheres desfrutam do prazer físico tanto quanto os homens...

- esse é um tratamento médico que estimula o sistema nervoso...

- estimula mesmo, e é bem mais barato, mas a questão é que de acordo com o seu diagnóstico, a histeria parece cobrir tudo, desde insônia até dor de dente...é só uma coisa genérica para mulheres insatisfeitas, mulheres forçadas a passar a vida em tarefas domésticas e com maridos egoístas que não querem ou são incapazes de fazer amor com elas, ou com frequência

- umas opiniões fortes pra alguém que não tem um...

- olha, se não acredita em mim, ao menos pergunte a alguma das pacientes...

(...)

- mas admita, que homens ficaram com a melhor parte do acordo. Para nós, uma tarefa sem raciocínio, idolatrar um idiota (...) e eu aceitaria um companheiro, com igualdades (...)

(Diálogo entre uma mulher revolucionária da Era Vitoriana, vista como histérica, e um médico-massageador pélvico – do filme *Histeria*, 2012)

O mundo externo, a cultura, exerce um importante papel no palco do surgimento e na criação dos sintomas. A histeria manifestou a submissão a qual o gênero feminino se encontrava e foi se dissipando conforme a nossa emancipação entrava em cena e tomasse conta do palco (Muribeca, 2013).

Nesse momento, tomo uma trilha mágica e deserta que me encaminha até um período conhecido como Era Vitoriana (1837-1901), onde encontro Freud, e uma sensação de viver sem respirar. Talvez de sobreviver. Essa é a impressão que me é transmitida quando a Era Vitoriana se apresenta (assim como outras Eras).

Na Era Vitoriana, o modelo de educação, a religião, o ideal de beleza, a repressão lançada ao ser humano era de tal modo, que se refletia na aparência externa, nas vestimentas, especialmente para as mulheres, cujas canelas deveriam estar sempre cobertas. Aliás, a mulher por inteira tinha que estar tapada, sufocada em espartilhos e saias pesadas ou enjauladas, permitindo somente que o seu rosto estivesse exposto à sensação do ar. Talvez nem por baixo das saias qualquer ar fresco pudesse entrar. Uma prisão diária.

A curiosidade me levou a pesquisar sobre as vestimentas que as mulheres usavam na época. Já tinha visto em alguns filmes, mas quando olhei os detalhes em um *site* de moda, também constando ali as silhuetas ideais, até senti falta de ar. É de uma autora que estuda a história da moda e a página da *internet* é conhecida como *História da Moda*.

No início da Era Vitoriana, que foi um reinado extremamente puritano, as mulheres eram extremamente recatadas e de movimentos restritos, aparência vulnerável. (...) o espartilho era considerado uma necessidade médica usado em versões juvenis, em crianças a partir dos três anos. Crescidas, as mulheres usavam várias camadas de corpetes, mais de quatro camadas de anáguas (de armação de saia), mais um vestido de 20 metros (...) podendo carregar até 15 quilos de roupas (...) As mulheres deveriam parecer uma mistura de criança e anjo.

Em outro momento, a autora traz:

(...) havia espartilhos rígidos acolchoados para criar a curva elegante, espartilhos ornados de cascatas de laços engomados para encher o peito, blusas com mangas imensas bufantes para aumentar os ombros, golas altas para elevar e apoiar o queixo, e saias pesadas com caudas (...)

As imagens a seguir, que exibem as mudanças das silhuetas femininas, entre 1850-1914, foram retiradas da página virtual *Moda nos Séculos*:



(Imagens, da esquerda para direita: anos 1852, 1860, 1863)

Nesse período, por volta de 1856, em função dos pesos das anáguas, surgiu a invenção das primeiras crinolinas¹⁵ de aço, aumentando o volume das saias. As mulheres usavam uma jaula ao redor de seu corpo que as deixavam mais “livres” para mover suas pernas (um tanto irônico). A imagem a seguir, retirada da página virtual *História da Moda*, pode deixar mais compreensível:



Mulheres viviam com uma jaula para caminharem “mais livremente”.



(Silhuetas, da esquerda para direita, nos anos 1865, 1867, 1873, 1878)

Em meados da década de 1860, a silhueta feminina passou a ser ainda menor. Os espartilhos passaram a ser mais rígidos, limitando os movimentos do corpo da mulher. Outras mudanças nas vestimentas ocorreram também. No entanto, as mulheres de classes baixa e média protestavam por não concordarem com essa moda e, como necessitavam de uma renda, algumas começaram a trabalhar com datilografia ou com costura. As mulheres que se manifestavam contra essa lógica se recusavam a usar espartilhos. Ao passo que essas mulheres se colocavam mais ativas na sociedade, os espartilhos não faziam mais parte da moda (Sana, 2013)

¹⁵ Crinolina é um conjunto constituído de crina de cavalo misturado com algodão ou linho, utilizado junto a uma grande armação, de formato cônico e circular de aros de metal, chamada “cage”.



(Imagens das silhuetas, da esquerda para direita: anos 1877, 1883, 1885, 1890 e 1896)



(Imagens das silhuetas, da esquerda para direita: anos, 1898, 1900, 1909, 1911 e 1913).

A histeria não é *uma* doença, mas *a* doença em estado puro, aquela que não é nada em si, mas é passível de assumir a forma de todas as demais. É mais *estado* do que acidente: o que torna a mulher doente por essência. (Gladys Swain, citada em Roudinesco & Plon, 1998, p.338)

Reencontrei no *Dicionário de Psicanálise* (Roudinesco & Plon, 1998) informações sobre a *histeria*, as quais compartilharei aqui. A palavra é derivada do grego, *hystera*, que significa matriz, útero. Na Antiguidade, muito especialmente através de Hipócrates (460-375 a.C), com seus conceitos de humores (a fleuma, o sangue, a bÍlis negra e a bÍlis amarela), a histeria, assim como outras enfermidades das quais nós mulheres reclamávamos, eram concebidas como doenças em nível orgânico que teriam a sua fonte no útero e, assim, relacionado somente à feminilidade; uma doença que incidia sobre o corpo de nós, mulheres, por “sufocações da matriz”.

(...) assim, ele estabeleceu uma estreita relação entre o sangue menstrual e a saúde das mulheres. Nesse aspecto a palavra histeria foi associada a uma enfermidade orgânica de origem uterina, portanto especificamente feminina. (Muribeca, 2013, p.68)

Platão (427-347 a.C), um pensador filósofo ocidental considerado tão original em seus tempos, bastante influente, ressaltou em certo momento que nós, mulheres, diferentemente dos homens, levávamos internamente “animais sem alma” (Roudinesco & Plon, 1998; Muribeca, 2013). E assim foi durante séculos o destino da mulher, sobretudo da histérica, o “sofrimento reduzido a uma insatisfação sexual” (Trillat, citado em Muribeca, 2013, p.69).

Nessa perspectiva o útero deveria estar sempre a serviço da procriação para o próprio bem-estar psíquico da mulher. Toda a problemática das mulheres histéricas estava diretamente relacionada com algo que elas possuíam dentro de seu corpo: o útero. Um animal sem alma que vivia solto dentro dela e que lhe provocava grandes dores, levando-a, por fim, à loucura. A especificidade do corpo feminino repousa na fragilidade e na predestinação para a maternidade, alimentando a crença de que a anatomia designava seu destino e único desejo: ter filhos. (Muribeca, 2013, p.69)

Na Idade Média (476-1453), através do olhar de Santo Agostinho e suas concepções disseminadas, a palavra histeria passou a ser menos mencionada. As convulsões e as sufocações da matriz eram consideradas manifestações de um prazer sexual e, conseqüentemente, de um pecado. Assim, passaram a ver essas expressões como intervenções do demônio que “possuía” a nós, mulheres, que entrava em nossos corpos e dissimulava as enfermidades. E aí, nós, histéricas, nos transformamos em feiticeiras.

Durante os dez séculos que compõem a Idade Média, o útero ainda é considerado um órgão misterioso para os homens, que passaram a considerá-lo o responsável direto pelo comportamento emocional e moral das mulheres. (Trillat, citado em Muribeca, 2013, p.69)

No período renascentista (entre os séculos XIV e XVI), tanto os médicos quanto os teólogos “disputavam” os nossos corpos (cada qual dando seu palpite sobre “nossos

problemas” – observação minha) e, com o lançamento do *Malleus maleficarum*¹⁶ (“O Martelo das Feiticeiras”), em 1487, a Inquisição adotou esse manual para poder “detectar” os casos de bruxaria. Assim, enviava para o carrasco a todos que estivessem envolvidos, especialmente nós, mulheres (Roudinesco & Plon, 1998).

Durante séculos, a caça às bruxas se atravessou em nossas vidas e mortes, mesmo que ficássemos somente em nossas casas fazendo nossos chazinhos medicinais sanadores.

Na Idade Média, os rituais de fertilidade e o conhecimento das ervas, herdados da medicina natural e que propiciavam a cura de muitos, foram proibidos, e as mulheres que insistissem no culto às deusas eram consideradas criaturas demoníacas. Os homens se consideravam os únicos no direito de exercer curas médicas através de um saber adquirido pela leitura dos livros. (Mota; Braick, citados em Muribeca, 2013, p.69)

Nos dias de hoje, em algumas realidades, muitas de nós, mulheres, somos mais militantes, conscientes de nossa natureza e conquistamos muitos direitos sociais, se comparado com tempos atrás. Paralelamente, ainda é um grande processo de investimento, de energia, de união, de amor e cuidados compartilhados frente a uma lógica onde, muitas vezes, ainda somos postas como seres inferiores, invadidas e desrespeitadas por diferentes vias. É um sintoma social, um sintoma de um grande desequilíbrio de um corpo social-cultural. E, na verdade, na essência, a mulher não é inferior ao homem, e nem o homem é inferior à mulher. Somos energias diferentes, e forças diferentes. Apenas diferentes, porém complementares, como *Yin* e *Yang*, o branco e o negro, o dia e a noite (poderia citar Daniel Munduruku novamente aqui, com a mesma fala, assim como o “Tai-Chi”, da teoria da medicina da tradição chinesa).

De alguns anos para os dias atuais, como mencionei há algumas páginas, além dos que existem há décadas, outros grandes movimentos de emancipação feminina têm tomado uma frente, nos quais muito está sendo resgatado por nós, mulheres, nas uniões

¹⁶ *Malleus Maleficarum*, escrito em 1484, (considerando que 1453 é o ano oficial que marca o fim da Idade Média) pelos monges dominicanos alemães Heinrich Kramer e James Sprenger. O livro se tornou a mais importante testemunha da estrutura do patriarcado e de como ela funcionava concretamente sobre a repressão da mulher e do prazer. Nele, a mulher é definida como o ser mais apto para pactuar com o diabo e realizar toda a sorte de malefícios e conjuros. Um verdadeiro tratado sobre a tortura. Os inquisidores associaram a transgressão sexual, que era comum entre as massas populares, à transgressão da fé e, num regime teocrático, a transgressão da fé era também uma transgressão política. Dessa forma, eles responsabilizaram as mulheres por essa infração (Muribeca, 2013, p.70).

de saberes em círculos: a reconquista de nós mesmas; o compartilhar e o resgate das sabedorias ancestrais de diferentes povos e civilizações antigas sobre rituais: o segredo das plantas e ervas medicinais, do sangue menstrual, e o compartilhar de outros conhecimentos que ampliem outros horizontes e propiciem mais autoconhecimento; o curar ferimentos profundos gerados pelas culturas patriarcais; o desfrutar de sua sexualidade. Se for pensar em termos de bruxaria, então bruxas que habitam em nós estão renascendo e estamos voando com nossas vassouras.

Segundo Roudinesco e Plon (1998), foi nos tempos do século XVIII que ocorreu uma transição da visão demoníaca da histeria para uma mais científica, sendo vista como uma doença dos nervos, com Franz Mesmer, por ele ter sustentado que a fonte das doenças nervosas era uma desarmonia nas distribuições de um “fluido universal” no corpo dos seres humanos e animais. O fluido universal seria como um ímã, através do qual, no contato com o corpo enfermo, o desequilíbrio (tanto corporal quanto psíquico) seria eliminado. Porém, segundo Mesmer, a cura não provinha exatamente do ímã, mas sim do portador de um fluido magnético, de quem estivesse emanando essa energia. Assim, através dos “passes magnéticos” (como mencionei antes, sobre a imposição das mãos), era restabelecido o equilíbrio da circulação dos fluidos.

Em 1859, Pierre Briquet, psiquiatra francês, inseriu questões sociológicas na formação da histeria, como condições de vida e de trabalho, o surgimento da era mais industrializada (Muribeca, 2013), os ciclos da natureza, o movimento dos astros (Roudinesco & Plon, 1998), estimulando a existência de uma histeria masculina (Muribeca, 2013). Freud, discípulo de Charcot, se aprofundou nos elementos emocionais das circunstâncias traumáticas e sua conexão com a histeria (Muribeca, 2013), abrangendo homens e mulheres.

4.2. Energia vital e libido

Minha intenção, nesse momento, não é me aprofundar tanto nos estudos da histeria, mas trazer alguns aspectos da perspectiva de Freud, de seus conhecimentos, que possa conectar à visão do fluxo de uma energia de vida que percorre nosso corpo vital e físico individual. Seria possível uma relação do conceito de **energia vital** com algum conhecimento trazido por Freud? E como trazer essa possibilidade? Essas eram algumas das questões que perambulavam na minha mente, nos primeiros passos dessa dança em palavras.

Tirei cópias de algumas aleatórias páginas do *Vocabulário contemporâneo de psicanálise* (Zimerman, 2001), ao mesmo tempo em que buscava mais sobre a teoria da libido, até que tive uma surpresa ao me deparar com um *quantum de afeto*, trazido por Freud em 1894, referindo-se à hipótese de trabalho que ele usou em sua apresentação sobre as neuroses de defesa. O quantum de afeto expressa uma hipótese do ponto de vista econômico. A letra *Q*, em seu “Projeto para uma psicologia científica para neurólogos” (1895), tem a finalidade de indicar a quantidade, a energia que flui pelos neurônios, com capacidade de se deslocar e de descarga. Tomando a elaboração que fiz a partir do artigo *As neuropsicoses de defesa*, nas neuroses de defesa, há uma representação (ou uma experiência, vivência, ou um sentimento) que, por ser acompanhada pelo surgimento de um afeto angustiante, fazia com que as pessoas quisessem esquecer, expulsar de seus pensamentos tal afeto. Uma carga de afeto angustiante, por pensarem que é errado, ou pecado, enfim, em função também do que era propagado na época, atravessando os processos de subjetivação dos seres humanos (censuras, proibições, tabus), e por essas pessoas não acreditarem na capacidade de lidar com as incoerências entre as representações incompatíveis e seu ego através da atividade do pensamento. Através de mecanismos do ego, a representação tão poderosa se transformava em débil, já que não mais lhe acompanhava o afeto, pois este foi desvinculado. E assim o ego se liberta da contradição em que se encontrava. Porém, “o buraco é mais embaixo”, e essa soma de excitação ainda existe, embora não esteja mais associada com a representação posteriormente débil, e precisa então tomar um destino que não seja através do pensamento (uma vez que as pessoas queriam esquecer, “expulsar” da consciência). Essa soma de excitação *precisa ser utilizada de alguma outra forma*. Em sua visão sobre a conhecida histeria, ocorre uma conversão, desencadeando em inervações somáticas, “a transformação de sua soma de excitação

em alguma coisa somática” (Freud, 1894 /s/d). Dito de outro modo, através de um caminho em que possam aparecer disfarçados, as ideias reprimidas de se manifestarem a nível consciente se convertem em sintomas que se manifestam no corpo, por meio dos órgãos dos sentidos (como nas consideradas cegueiras histéricas, nos casos de surdez, perda de tacto) e por manifestações do sistema nervoso voluntário (como paralisias motoras, contraturas musculares, cegueiras, etc) (Zimerman, 2001). E assim o nosso ser representado através da matéria, do corpo, ocupa um lugar importante.

Nas funções psíquicas há razão para distinguir alguma coisa (quantum de afeto, soma de excitação) que possui todas as propriedades de uma quantidade – ainda que não estejamos habilitados a medi-la – que pode ser aumentada, diminuída, deslocada, descarregada e se espalha sobre os traços mnésicos das representações, mais ou menos como uma carga elétrica sobre a superfície dos corpos. (Freud, citado em Zimerman, 2001, p.348)

Inicialmente, na psicanálise, Freud esteve bastante envolvido com o conceito de energia sexual somática, e tentava traduzir o seu movimento psíquico. E, completando esse trecho, com a fala de Freud (1894):

Essa hipótese, que aliás já está subjacente à nossa teoria da “ab-reação” na “Comunicação preliminar” (1893a), pode ser aplicada no mesmo sentido que os físicos aplicam a hipótese de um fluxo de energia elétrica. Ela é provisoriamente justificada por sua utilidade na coordenação e explicação de uma grande variedade de estados psíquicos.

Segundo Boadella (1985), a descoberta do entendimento fundamental da associação entre a doença física e a energia emocional já estava presente no princípio da psicanálise. Assim, se a energia é descarregada, a doença física não acontece. Freud e Breuer divulgaram num artigo, em 1893, essa hipótese sobre o princípio teórico de que é a liberação da emoção relacionada à recordação que ocasiona o efeito terapêutico. Para Freud, em seus estudos em 1893 quanto à histeria, os sintomas retratavam uma maneira anormal de descarga para certas quantidades de excitação que não tinham sido descarregadas de outro jeito, sendo que esse “outro jeito” remete ao questionamento do porquê algumas recordações esquecidas se revertem em sintomas e outras não. Segundo Freud (Boadella, 1985), esquecer uma recordação ou o afeto a ela relacionado depende

de vários elementos. Primeiramente, depende se uma *reação energética* (descarga de sentimento) ocorre após uma experiência efetiva ou não.

O artigo *As neuropsicoses de defesa*, de 1894, que encontrei na página virtual *Freud Online*, foi escrito em janeiro desse mesmo ano, um ano após a divulgação da “Comunicação Preliminar” e um ano antes da finalização da parte principal de *Estudos sobre a histeria* (sendo também anterior às colaborações teóricas de Breuer para o volume no qual consta o artigo). No apêndice que acompanha esse artigo de Freud, do editor inglês James Strachey, este lança a teoria da *catexia* como se referindo a uma certa pressuposição dessa *capacidade de conversão* da histeria, de uma “aptidão psicofísica para transpor enormes somas de excitação para a inervação somática.”

A partir disso, fui à busca da palavra *catexia*, pois pouco me lembrava do conceito, dentre algumas outras teorias mencionadas que encontrei no decorrer da leitura, no *Dicionário de psicanálise* (Roudinesco & Plon, 1998), na qual, nesta obra, é encaminhada para a palavra “investimento”, que significa “*uma mobilização da energia pulsional que tem por consequência ligar esta última a uma representação, a um grupo de representações, a um objeto ou a partes do corpo.*” (p.398)

Retornando às escritas de Strachey (s/d), em *Freud Online*, ele alude à idéia de “quantidade deslocável”, que esteve implícita em todas as discussões conceituais freudianas anteriores, inclusive estando implícita toda vez que Freud lançava mão de

expressões como “carregado de soma de excitação” (...), “suprido com uma carga de afeto” (1893c), “suprido de energia” (1895b), - predecessoras do que logo se converteria no termo padrão “catexizado”. Já no prefácio a sua primeira tradução de Bernheim (1888-9), ele falará em “deslocamentos da excitabilidade no sistema nervoso”

Ainda a partir dessa escrita, parece que Freud, tentando acomodar a neurologia com a psicologia, a teoria de catexização estava relacionada a algo mais da matéria, em função de duas básicas pressuposições: da descoberta histológica, da época, de que o sistema nervoso seria constituído por cadeias de neurônios; e de que a exaltação dos neurônios devia ser encarada como “uma quantidade sujeita às leis gerais do movimento”. Assim, foi feita uma conciliação entre essas hipóteses, que trariam uma noção de um “neurônio ‘catexizado’, cheio de determinada quantidade, embora em outras ocasiões possa estar vazio” (Freud, citado em Strachey, s/d).

Posteriormente, nos escritos de Freud (Strachey, s/d), o conceito de “catexia” tomou rumos em direção a um entendimento inteiramente não-material. Antes, quando ele decidiu se afastar da neurologia, averiguou que grande parte do material conceitual (hipóteses e elaborações sob a linguagem neurológica) podia ser entendida como aceitável a eventos unicamente mentais. Strachey (s/d), ao longo de seu comentário, questiona a aparente correspondência entre o que Freud chama de “soma de excitação” e “carga de afeto”, na possibilidade de serem sinônimas. O autor assinala que, na seção III do artigo de Freud sobre *O inconsciente* (1915e), o termo “afeto” parecia ter, em geral, o mesmo sentido que atribuímos a “sentimento” ou “emoção”; por outro lado, a “excitação”, era uma das teorias que ele utilizava para referir-se à desconhecida energia da “catexia”, assim como também é mencionada, em outras obras, como “quantidade”, “intensidade psíquica” ou “energia pulsional”. No que tange a “soma de excitação”, Breuer, em *Estudos sobre a histeria*, supõe que um aumento de excitação é acompanhado de afetos. Assim, os dois termos teriam conotações diferentes. Ao mesmo tempo, parece que a noção é um tanto mais esclarecida a partir de uma formulação de Freud, na terceira seção do artigo sobre *O inconsciente* (1915e/s/d), no qual ele alude que os afetos “correspondem a processos de descarga cujas manifestações finais são percebidas como sentimentos”.

Seguindo a mesma linha de pensamento, na Conferência XXV (das *Conferencias Introdutórias*, 1916-7),

ele indaga o que é um afeto “no sentido dinâmico”, e continua: “um afeto inclui, em primeiro lugar, determinadas inervações ou descargas motoras e, em segundo lugar, certos sentimentos; estes são de dois tipos: as percepções das ações motoras ocorridas e os sentimentos diretos de prazer e desprazer que, como se costuma dizer, dão ao afeto seu tom predominante.” E, por último, no artigo sobre “O Recalcamento” (...) ele escreve que a carga de afeto “corresponde à pulsão na medida em que esta...encontra expressão, proporcional a sua quantidade, em processos que são vivenciados como afetos”. Assim, é provavelmente correto supor que Freud considerasse a “carga de afeto” como uma manifestação particular da “soma de excitação” (Strachey, s/d)

De qualquer forma, a ideia de afeto, em Freud, está em conexão tanto com uma concepção referente à natureza, à qualidade (versão subjetiva da energia pulsional) quanto à quantidade, ao monte (quantidade de energia pulsional). O afeto é um dos

componentes, assim como a representação também é, no que constitui a pulsão no psiquismo (Menezes, 2004).

Além disso, a partir do que foi observado dos sintomas histéricos, em 1894 Freud (citado em Boadella, 1985, p.18) diz que “o resultado mais importante a que se chegou através da busca continua pela análise é que qualquer que seja a causa e o sintoma tomados como ponto de partida, no final, caímos infalivelmente no campo da experiência sexual.”

Partindo disso, minhas leituras se debruçaram sobre as manifestações da sexualidade infantil, em *Os Três ensaios sobre a teoria da sexualidade*, de 1905), obra também encontrada em *Freud Online*, onde Freud (1905/s/d) fala sobre o “chuchar”:

No chuchar ou sugar com leite podemos observar as três características essenciais de uma manifestação sexual infantil. Esta nasce apoiando-se numa das funções somáticas vitais, ainda não conhece nenhum objeto sexual, sendo auto-erótica, e seu alvo sexual acha-se sob o domínio de uma zona erógena. Antecipemos que essas características são válidas também para a maioria das outras atividades das pulsões sexuais infantis.

O “chuchar” (ou sugar com prazer, com satisfação) é considerado um modelo dessas expressões da sexualidade na criança e representa um contato de sucção com a boca (os lábios), em repetição rítmica, no qual não existe intenção alguma de nutrição. E nisso pode-se incluir muitos objetos através dos quais é realizada a sucção, como mesmo o dedão do pé e outras partes do corpo que sejam acessíveis. Nesse processo de sugar, imerso no prazer, há uma união, há uma entrega, em termos de completa atenção, levando ao adormecimento ou a uma reação corporal de orgasmo, e certas vezes combinando com movimentos de fricção de alguma região sensível do corpo. E assim muitas crianças partiam do “chuchar” para a masturbação. Freud (1905) assinalou que, na época, o chuchar era geralmente semelhante aos “maus costumes” sexuais da criança:

De numerosos pediatras e neurologistas tem-se erguido um protesto muito enérgico contra essa concepção, parcialmente baseado, sem dúvida, na confusão entre “sexual” e “genital”. Esse protesto levanta uma questão difícil e irrecusável: por qual característica genérica podemos reconhecer as manifestações sexuais da criança? Parece-me que a concatenação de fenômenos que pudemos discernir através da investigação psicanalítica nos autoriza a ver

no chuchar uma manifestação sexual e a estudar justamente nele os traços essenciais da atividade sexual infantil.

No que tange ao autoerotismo, sendo outra manifestação da sexualidade infantil, Freud (1905) alude que a pulsão não está lançada em direção a outra pessoa, mas sim no próprio corpo, obtendo prazer; trata-se de uma pulsão parcial. O alvo sexual da pulsão infantil é promover a sensação prazerosa através da adequada estimulação da elegida *zona erógena* – parte da pele ou da mucosa onde formas de estimulações causam prazer de certa qualidade. A ação de chuchar da criança está interligada à busca de uma satisfação que algum dia ela vivenciou e agora relembrou, por meio do prazer com a sucção rítmica de uma zona da pele ou da mucosa, considerando que esse prazer já foi vivido em suas primeiras experiências através do mamar no seio materno ou em seus substitutos. Sendo assim, os lábios ocupam um lugar de *zona erógena* e a fonte da sensação de prazer estaria na estimulação dessa cálida correnteza de leite:

A princípio, a satisfação da zona erógena deve ter-se associado com a necessidade de alimento. A atividade sexual apóia-se primeiramente numa das funções que servem à preservação da vida, e só depois torna-se independente delas.

Nesse sentido, a necessidade de se satisfazer sexualmente repetidas vezes está desvinculada da necessidade de obter alimento, e assim a criança tem preferência por uma região de sua pele, lhe proporcionando comodidade, mais independência e levando-a a uma trilha que desemboca em outra zona erógena. Para Freud, esses estímulos que causam prazer estão conectados a certas condições que estão em um plano obscuro, do desconhecido. Ele coloca a possibilidade de essa característica rítmica exercer alguma função, impondo uma semelhança com as cócegas. E, em seguida, traz que qualquer outra região da pele ou da mucosa pode desempenhar as funções de uma zona erógena, embora existam determinadas zonas erógenas cuja excitação é garantida desde o princípio, e que a produção da sensação de prazer vai depender mais da qualidade do estímulo do que da região do corpo.

Essa satisfação deve ter sido vivenciada antes para que reste daí uma necessidade de repeti-la, (...) Já tomamos conhecimento do que é que promove a satisfação dessa finalidade no caso da zona labial: é a ligação simultânea dessa

parte do corpo com a alimentação. Ainda depararemos com outros dispositivos semelhantes como fontes da sexualidade.

As pulsões parciais, de natureza autoerótica, como todas as pulsões, encontram-se na fronteira entre o somático e o anímico e se diferenciam umas das outras no que tange à fonte (processo excitatório num órgão) e ao alvo (objetivo de supressão do estímulo orgânico), e também são vinculadas às zonas erógenas (como os lábios, a boca, a pele, o movimento muscular, a mucosa anal, o pênis e a clitóris). Ao mesmo tempo, como já foi dito, embora essas zonas sejam mais asseguradas quanto à obtenção de prazer, através de uma estimulação, todo o corpo funciona como uma zona erógena (Zimmerman, 2001). “Na infância, a pulsão sexual *não está centrada* e é, a princípio, desprovida de objeto, ou seja, *auto-erótica*” (Freud, 1894).

Com o passar do desenvolvimento, as pulsões se concentram cada vez mais na zona genital, integrando a libido, a energia da pulsão sexual. A libido não está somente relacionada à zona genital, mas, de forma geral, à sexualidade. Embora seja uma energia psíquica, a libido tem como fonte o corpo, numa zona erógena. Quando psiquicamente assimilada, se torna em energia psíquica. O objeto da libido, onde a energia é liberada, pode ser alguma região do próprio corpo ou algo externo. A sua força, a pulsão, faz com que a pessoa tenha alguma atitude. E sua finalidade é a própria liberação da excitação, a fim de retornar a um estado de equilíbrio psíquico.

5. NAVEGANDO NAS ONDAS DE VIDA CÓSMICA-ORGÁSTICAS EM PSICOTERAPIAS E NA VIDA: O CORPO EM OUTROS OLHARES

(...) estamos profundamente ligados aos outros organismos e à natureza. Nossa espiritualidade deriva desse senso de união com uma força ou ordem superior. (...) se aceitarmos a ideia de que os seres humanos são criaturas espirituais, também teremos de admitir que a saúde está relacionada com a espiritualidade. (...) a perda do senso de ligação com as outras pessoas, com os animais e com a natureza tem como resultado uma séria perturbação na saúde mental (...) (Lowen, 1993, p.15)

Ondas de vida. Ondas de prazer. Ondas de amor. Ondas de raiva. Ondas de alegria. Ondas de viver. As situações da vida sempre estão em movimento, como as ondas, e entre a calma e a tempestade. Porém, como se conectar a essa força de vida, à energia cósmica, diante de enfermidades que adquirimos através de tudo e todos que nos atravessam - elementos que nos reprimem e dificultam em nossas expressões e espontaneidade natural? Como permitir e sentir essas graciosas ondas potentes da criação e da vida? Possibilidades, há muitas nessa vida. Viver imerso na natureza, em contato com a terra, caminhar na terra e nas pedras (e aí já aproveitar para ativar os pontos da *reflexologia*), com as águas naturais, poder fazer uma fogueira, ouvir a todo momento a sinfonia dos animais, interagir com eles... nisso, creio que muito pode ser curado, transmutado, transformado, prevenido. Se nosso corpo vem da terra, precisamos pôr os pés (sem calçados) na terra. Os pés são as nossas raízes, nos levam para onde quisermos. Precisamos estar conectados com os pés, com as pernas; elas são as nossas raízes na terra.

A energia vital, quando em seu livre fluxo de movimento, nos presenteia com prazer, com a entrega, com um amor para além de algo carnal. Um amor pela vida. Uma profunda conexão cósmica. O despertar dessa energia que já vive em nós nos faz tremer, como se uma onda em espiral se movesse através de nós. Calor. Formigas (per)correndo em espiral, como no movimento da *kundalini*, a serpente de fogo que vive e dorme na base da nossa espinha. Segundo os chineses e hindus, como já foi mencionados antes, energia bloqueada é sinal de desequilíbrio, de enfermidade. No corpo, ela pode aparecer como um endurecimento e com/ou como dor frequente, de tanta carga que tem ali acumulada; em outras, pode aparecer como esvaziamento ou falta de movimento energético em alguma parte do corpo, como se não tivesse raízes para sustentar. Ou

pode ser tudo junto. Na perspectiva de que o corpo físico é envolto por camadas de outros corpos que nos constituem, num campo mais sutil, essas enfermidades e bloqueios aparecem ali também. Assim, quando uma mudança ocorre no corpo, na dimensão sutil etérica também ocorre. E o sentido é o mesmo em relação ao campo sutil psíquico, ao menos parece. Uma abordagem psicoterapêutica que seja um caminho que proporcione e estimule esse livre fluxo de energia vital em todo o nosso Ser, a partir não somente das palavras, mas especialmente pela intervenção da consciência corporal e respiratória, e pela mediação do toque, me pareceu algo revolucionário (embora parecesse só existir fora da universidade). Um olhar psicoterapêutico que acredite na conexão entre os seres vivos entre si e com a natureza, uma grande possibilidade de cura.

O ser humano é um sistema energético de movimento e vibração. As forças contidas em sua existência física e psíquica são vastas e imensas como um oceano; batem e palpitam como as batidas do coração, o sopro da respiração e o movimento contrátil das vísceras, mas com frequência ressonam e fazem tremer o corpo com emoções que tocam nas próprias bases de sua existência. (Pierrakos, citado em Viana, 2007, p.01)

5.1. O corpo na clínica (e) da vida: uma revolução

5.1.1. Energia e vegetoterapia

O projeto da análise psicorporal reichiana se funda nos conceitos psicanalíticos freudianos e pós freudianos: *castração, libido, transferência, resistência, primeira e segunda tópica, pulsão (de vida)* etc, mas os amplifica com o reconhecimento de que o corpo não é somente uma representação ou conjunto de significantes. O corpo é intenso e amplo. O corpo fala, é o inconsciente concretizado, é energia. O trabalho reichiano se sustenta na idéia da unidade entre a psiqué e o soma, e portanto, o sujeito pode e deve ser tocado tanto pela palavra, quanto fisicamente. (Rodrigues, 2008, p.117)

A partir das teorias da libido, das pulsões, trazidas por Freud, um personagem entra em cena, tomando um especial espaço do palco, e surpreendendo a plateia com suas expressões: Wilhelm Reich (1897-1957). Em 1919, ele apresentou as disparidades

da utilização do conceito de “libido” por autores pré-freudianos (os quais pareciam assinalar a libido como desejo sexual consciente) e a utilização desse termo por Freud (que percebia a libido como energia da pulsão sexual), numa exposição de um ensaio ao seminário de sexologia sobre *Conceitos da libido de Forel a Jung*. Nesse ensaio, lançou mão da correspondência da “energia elétrica como processo objetivo fundamental responsável pelas experiências subjetivas de, por exemplo, luz e choque” (Boadella, 1985, p.16), o que despertou um encantamento entre os membros da Sociedade Psicanalítica de Viena e, após outros seminários, se incorporou como um membro desse corpo.

Imerso na natureza, Reich cresceu na fazenda de seu pai, na região ucraniana da Áustria. Desde criança, se interessava profundamente pela biologia. Quando eclodiu a primeira guerra mundial (1914-1918), ele serviu no exército austríaco nos últimos três anos. Após a guerra, especialmente por estar tão afastado das atividades mais mentais, Reich voltou para Viena com muita energia e gana de estudar, e ingressou na universidade para estudar Direito. Não gostou. Insatisfeito, se mudou para a Medicina. Tinha muita sede em estudar, era bastante dedicado (*cdf*, como eu diria há 10 anos) e capaz de aprender tudo com muita rapidez. Trabalhava intensivamente desde o início da carreira profissional e era movido por um desejo de confrontar de modo contundente as questões problemáticas científicas e filosóficas que permeavam essa época, era um ativista em todas as facetas:

A questão “O que é a vida?” permaneceu subjacente a tudo o que Reich estudou. (...) nunca se permitiu olhar somente para as árvores, pois do contrário esqueceria a floresta. E na mente de Reich havia sempre a questão do que permaneceria além da floresta quando ela saísse. (Boadella, 1985, p.16)

Reich não se debruçava somente sobre a medicina, quando era estudante; embora estudasse bastante, também se lançava em leituras da biologia, da sexologia, da filosofia, da literatura, de textos psicanalíticos e a da história do materialismo. Procurava compreender os processos orgânicos e suas relações com a realidade subjetiva da experiência, da vivência, do ser humano (Boadella, 1985).

Sua filosofia fez deslocar o pendulo, do mecanicismo da abordagem científica, para a identidade funcional do ser humano com a natureza e o cosmos. (Pierrakos, 1989, p.13)

Assim, teve como primeiras influencias os trabalhos de Bergson sobre a evolução criativa, o conceito da energia biológica específica de Kammerer, os estudos de Driesch sobre as *Filosofias do orgasmo*, os conhecimentos sobre a memória por Semon, o comportamento instintivo das formigas pela pesquisa de Forel, a obra *Buddha*, de Grimm, e o comportamento sexual da época, a partir do estudo de Bloch. Reich conheceu a psicanálise e leu Freud pela primeira vez quando estava em processo de organização do seminário de sexologia com outros estudantes de medicina, em 1919. O propósito do seminário era romper a negligência do curso de medicina, no que tange à sexualidade do ser humano. Ainda no final desse mesmo ano, Reich iniciou sua prática psicanalítica privada (Boadella, 1985).

Reich considerou o que Freud, em 1894, disse sobre uma “quantidade de excitação”, para se referir à energia relacionada às emoções e aos sintomas, a qual é possível de ser aumentada, diminuída, descarregada e deslocada, e de se propagar como uma carga elétrica sobre a superfície do corpo e não somente nos órgãos sexuais. Isso remete ao que foi confirmado de que a excitação sexual (ou libido, a partir de Freud), assim como todas as sensações libidinais, poderia estar presente nas regiões não genitais do corpo, nas zonas erógenas. Assim, a teoria da libido será referida, mais tarde, por Reich, como a “energia viva” da psicanálise, agregando outros componentes, fazendo com que Freud não quisesse mais uma aproximação, assim como seus colegas. Mesmo assim, foi muito através das contribuições de Freud, em relação ao fator quantitativo e o princípio de energia, que ele desenvolveu sua teoria científica econômico-sexual: a teoria do orgasmo (Boadella, 1985).

Para Reich, o conceito de libido lhe instigava e tinha grande utilidade. Embora Freud e muitos analistas abandonassem esse termo, permanecia viva a busca de Reich em direção às evidências dessa energia movedora da emoção, do comportamento e da sexualidade do ser humano. Através de seu amplo trabalho clínico, verificou fluxos (ou correntes) vegetativos de energia emocional no corpo, que atravessavam pessoas consideradas saudáveis quando vivenciavam grande relaxamento em decorrência de descargas emocionais ou de orgasmo genital satisfatório. As expressões do movimento de energia desobstruída no corpo estão associadas a uma livre e desinibida expressão emocional, assim como a carga de excitação e a natural satisfação sexual no decorrer do orgasmo. Quando as emoções e os sentimentos são reprimidos, contidos e abolidos, através de fortes vivências traumáticas e dolorosas, ocorre que o sistema nervoso e

muscular também se envolve nesse processo. A ação de conter o sentimento também caminha com diferentes níveis de ansiedade oriundos do prazer, ou de circunstâncias prazerosas, que desencadeiam um sentimento reprimido e angustiante. Reich constatou que, quando essa forma de responder aos sentimentos e ao prazer está muito presente, a pessoa também manifestava cronicamente um certo enrijecimento e uma falta de sensibilidade corporal, conectados a uma diminuição no ritmo respiratório e do contato (DeMeo, citado em Viana, 2017).

Reich, sendo médico, psicanalista, orgonomista, foi e continua sendo referência “na proposta de uma clínica e de uma teoria que apontam para o *corpo* como um íntimo e indissociável componente na relação com o psíquico. Foi o mais intenso defensor da corporeidade associada à *psyché* no pensamento psicanalítico e posteriormente no pensamento funcional orgonômico¹⁷.” (Rodrigues, 2008, p. 90). Sua obra indica um *corpo* que não se sustenta na separação entre corpo e psique e, paralelamente, compõe uma esfera que é possível de ser especulada na clínica, por meio da relação entre o campo da matéria (corporeidade anato-fisiológica) e a energia (libido e orgone). Assim,

O pensamento de Reich através desta formulação, avança para além da perspectiva clínica-terapêutica indo até a uma interação do indivíduo com as forças da natureza (orgânica, climática, cósmica) e sociais (educação, prevenção, democracia do trabalho etc). Reich atua como um cientista-investigador das coisas do humano e da natureza (na qual se insere e se envolve) que objetiva articular a existência humana com a produção de um ambiente saudável onde a humanidade pudesse ser regida pela qualidade de vida, pelo afeto genuíno e pela liberdade do pensar e do produzir. (Rodrigues, 2008, p. 91)

Assim como Freud, Reich percebeu e assumiu as limitações da medicina em lidar com as doenças que se expressavam via corporal, de um *corpo* para além do biológico. Assim como Freud, que foi seu mestre, Reich enxergava um corpo onde o saber médico não tinha capacidade de lidar com as enfermidades da psique que se manifestava “em um novo *corpo*, o da *sexualidade* e o das *pulsões*” (Rodrigues, 2008, p.91).

¹⁷ “A *energia orgone* seria a energia cósmica, primária e original, uma energia universal, pulsátil e excitável. O orgone estaria presente em tudo, de forma latente ou manifesta, em quantidades e intensidades diferenciadas, e no ser humano se apresentaria como uma energia biofísica correlata à libido e a pulsão, manifestando-se no cerne da sexualidade e das emoções” (Rodrigues, 2008, p.121).

Entretanto, Freud e Reich divergiam em alguns aspectos no que tange a uma concepção de corpo. De maneira distinta a Freud, Reich

via o corpo como um organismo vivo inserido em uma ordem energética constitutiva e interdependente das condições externas a sua existência (naturais ou culturais), mas principalmente de ser o ser humano estruturado na concepção da pulsão de vida. Nesta perspectiva conceitual, o psíquico e o somático foram reconhecidos em seus estudos como algo impossível de ser dicotômicos (...). O corpo no olhar de Reich é o corpo de um organismo vivo, organizado na percepção de sua forma-conteúdo, consciente de suas impressões sensoriais e capaz de expressar suas emoções para que, assim, possam fluir proporcionando o livre fluxo das correntes (vegetativas) de prazer pelo corpo. A ideia de consciência corporal em Reich se encontra relacionada a capacidade do organismo viver plenamente seus desejos, suas sensações e suas necessidades. Caso contrário, este organismo entra em um estado disfuncional gerando as condições para o aparecimento de enfermidades e das neuroses. (Rodrigues, 2008, p.92)

Reich tinha muitos questionamentos, durante o período em que estava vinculado à psicanálise, no que abrangia à relação entre o somático e o psíquico imposta pelo saber freudiano e que, posteriormente, após entrecosques de visões e metodologias, o levariam a uma nova estrada.

Nesse tempo, estabelecia-se uma distinção entre enfermidade psíquica e a enfermidade somática. O tratamento psicanalítico excluía-se automaticamente nos casos em que se encontravam sintomas somáticos. Do ângulo do nosso conhecimento atual, isso era, claro, fundamentalmente incorreto. Entretanto, era correto em termos de presunção de que as enfermidades psíquicas tinham causas psíquicas. Prevaleciam conceitos errados quanto às relações do funcionamento psíquico e somático. (Reich, citado em Rodrigues, 2008, p.92)

No artigo *Clinicas de Wilhelm Reich: contato psíquico e corrente vegetativa* (Weinmann, 2009), é feita uma análise da clínica de Reich, tomando como referência seu texto de 1934, *Contato psíquico e corrente vegetativa*, no qual Reich pontua as teorias psicanalíticas que compuseram seu ponto de partida, que confronta fluxos libidinais e encorajamento psíquico (caráter). Os primeiros buscam realizar-se no encontro com o objeto amado. O segundo, por outro lado, petrifica essa realização. Um conflito que produziria a condição de repressão permanente de intensidades importantes de excitação pulsional/sexual, nomeada por Reich, em 1927, como **impotência orgástica**. Assim, esse impedimento do aparelho psíquico quanto à liberação do excesso

de excitação suscita, em seguida, a produção de angústia, da qual o sujeito se esquivaria através do consumo ininterrupto de forças libidinais, no que tange à preservação da couraça psíquica, fazendo com que a pessoa fique enjaulada num ciclo vicioso ancorado nas dificuldades da sua infância (Weinmann, 2009). Posteriormente, seu entendimento do funcionamento psíquico se expande, a partir de dois novos conhecimentos: a função da pulsão como modificável e a mescla das defesas das pulsões. Assim, o autor sugere que a colisão dos movimentos pulsionais com proibições ou frustrações procedentes do mundo externo desencadeia, em última instância, o conflito psíquico. Tais censuras, ou impedimentos, quando repletas de coesão e perseverança, desmembram a vida das pulsões, e essa vida retorna sobre si própria, internalizando a interdição, porém de forma incompleta, compondo a função psíquica de defesa. Segundo Reich, o caráter de uma pessoa se compõe em “um mosaico de conflitos dessa ordem, em uma teia de forças que mantêm entre si uma intrincada relação (...)” (Weinmann, 2009, p.23).

Reich reconhece essa escassez, essa limitação, do modelo teórico do qual ele partiu, quando diz: “(...) mesmo depois de se desfazerem por completo os modos formais de comportamento, mesmo depois de se conseguirem profundas irrupções de energia vegetativa, permanecia sempre um resíduo indefinível, aparentemente inatingível” (Reich, citado em Weinmann, 2009, p.23). Esse resíduo inatingível da couraça é nomeado por Reich como falta de contato psíquico o qual, em seu olhar, estaria vinculado à contenção da motilidade vegetativa (relacionada ao conceito de corrente vegetativa¹⁸), ou seja, à restrição da capacidade de uma pessoa pulsar de maneira livre entre condições de expansão (entrega à vivencia do prazer) e contração (de modo defensivo, quando se sente angustiado e agindo por “luta ou fuga”). A motilidade vegetativa, a partir desse movimento de expansão e contração, dá espaço para um novo processo de expansão, não estando relacionado a um processo egóico. (Weinmann, 2009)

Em sua visão, uma vez que a capacidade de uma pessoa de estabelecer relações consigo mesmo e com o mundo externo em geral tenha sido afetada pelo encouraçamento, ela tende a se vincular a maneiras de contato substituto. Em seu olhar,

¹⁸ Refere-se ao alastramento dos fluidos do corpo (fluidos ionicamente carregados, eletrolíticos) nos processos emocionais. Assim, nas experiências de prazer, há um fluxo excitatório vegetativo rumo à periferia do corpo, permitindo a este uma sensação de expansão; já as experiências de angústia são acompanhadas de um refluxo excitatório rumo ao centro do organismo, concebendo uma sensação de contração. (Weinmann, 2009)

os jeitos formais do comportamento exercem um papel de eliminar a excitação, de maneira distorcida pela censura do ego, que, em sua nascente, está interligada à representação recalçada. Segundo Reich (citado em Weinmann, 2009, p.27),

a interpretação direta do material recalçado frequentemente conduz à racionalização dos conflitos e demonstra-se incapaz de produzir alterações significativas na condição dos pacientes. Para Reich, essas alterações somente ocorrem se a representação recalçada se torna consciente acompanhada da liberação da carga de excitação que lhe é correspondente, numa genuína expressão afetiva (recordar com afeto é, para Reich, imprescindível para que se alcance a cura).

Reich lança, em seu artigo *Contato psíquico e corrente vegetativa*, a noção de que, quando os afetos se manifestam, eles correm por trilhas psíquicas e vegetativas (somática), e que o fluxo vegetativo desses afetos pode se deparar com muros, pode ser distorcido e movido por mecanismos somáticos: a couraça muscular. Assim, por exemplo, uma região do corpo rigidamente endurecida pode sinalizar, por vias não-verbais, não apenas um conflito psíquico, como também encena um papel de restrição do processo excitatório somático relacionado a ele. “(...) a hipertonia muscular crônica representa uma inibição do fluxo de toda forma de excitação (prazer, angústia, raiva) ou, pelo menos, uma redução significativa da corrente vegetativa.” (Reich, citado em Weinmann, 2009, p.27). Por essa lógica, em todo o processo de excitação de grau importante para uma pessoa, tal processo age como um disparador de mecanismos somáticos e psíquicos. Quando imersos em conflitos, produzem efeitos defensivos psíquicos (recalcamento da representação) e somáticos (restrição da motilidade vegetativa através da couraça muscular).

Isso nos remete ao princípio técnico que partiu de Freud, e que aqui já foi compartilhado no ritmo anterior, quando tratei sobre a sua perspectiva, que o mecanismo do ego de recalcamento, além de pôr o representante ideativo da pulsão num campo inconsciente, também o desvincula de sua carga de excitação. A representação que, outrora, tinha um certo poder, passa a um estado débil, de ausência de força. No entanto, a carga excitatória continua existindo e “se gruda” a outro agente representante. Nesse sentido, a partir do recalcamento e encouraçamento, a energia vital da pessoa encontra obstáculos em seu movimento fluido, impedindo que ela vivencie uma sensação de orgasmo na vida, e da vida.

5.1.2. As “travas” que surgem no caminho orgástico de vida

A escrita é composta de travas, assim como um corpo tem as suas travas, suas carcaças, enrijecimentos. E pode não transparecer (ainda mais através da máquina que pode mascarar), mas me travei em inúmeros momentos nessa dança das palavras, assim como todos se travam no processo de escrever. Durante o fluxo, barreiras podem dar seu ar da graça, repentinamente. Há um processo subjacente a isso. Quem sabe, algum medo, algum receio; quem sabe, uma angústia por estar sentada numa cadeira; quem sabe, uma ausência de ideia, me impeça de escrever mais solto, sendo que aqui posso inserir uma “borracha”. Quem sabe. Poderia compor qualquer palavra e apagar depois. Às vezes, um corpo em movimento se depara com elementos profundos que dificultam sua fluidez nas andanças para onde quer que seja, e na entrega aos ritmos da vida.

O corpo fala e não mente. Se as palavras se silenciarem, o corpo vai se comunicar. Se as palavras entrarem no campo da mentira, o corpo vai desmascarar. Se as palavras estiverem desconectadas com os próprios sentimentos e emoções, o corpo irá se revelar. Mas se o corpo endurecer, se for se conter permanentemente, ele vai adoecer. Nós adoecemos. Falar de *caráter*, na visão reichiana, requer mais dedicação e aprofundamento, e, sinceramente, aqui não vejo muita necessidade, e nem saberia fazer isso nesse momento aqui-agora. Porém, é possível transmitir algum entendimento. Sabe quando a gente consegue reconhecer alguém pelo seu jeito único, singular de ser? Reconhecer pelo seu jeito de “falar com as mãos”, pela sua postura, seus gestos e, mesmo de longe, só pelo jeito de caminhar? É algo bastante similar.

“O caráter consiste numa mudança crônica do ego que se poderia descrever como um enrijecimento” (Reich, citado em Weinmann & Vitola, 1999, p.89), um enrijecimento duradouro na maneira da pessoa reagir ao mundo. Em outras palavras, é uma tentativa do ego de se proteger tanto dos perigos externos quanto internos, assim engendrando um processo de encouraçamento (Rodrigues, 2008). Em outras palavras, esta limitação na flexibilidade do *eu* irá se manifestar como formas particulares (ou estereotípicos) de o ser humano reagir às situações que a vida apresenta. (Weinmann & Vitola, 1999).

(...) que o caráter, com sua função de proteção, é na verdade um fantástico amortecedor de impactos. Se esse amortecedor não for ‘desativado’ pela análise de resistências, seguirá com sua função de absorver as interpretações de

conteúdo e transformá-las em novas peças de resistência intelectual. Dito de outro modo, o paciente poderá, nesse caso, passar a ter um conhecimento intelectual sobre o próprio psiquismo, mas não uma experiência emocional e, portanto, a possibilidade de transformação de si mesmo estará ameaçada. (Wagner, citado em Rodrigues, 2008, p 94)

A noção de caráter, para Reich, refere-se ao *como* da atuação de uma pessoa - ou seja, a qualidade de sua voz, suas entonações, suas expressões – o que difere do *que* (o conteúdo). A conduta é mais importante que o conteúdo falado. (Hoff, citado em Viana, 2017).

Reich descobriu que os distúrbios psico-emocionais estão sempre associados a disfunções anatômico-fisiológicas diversas, os quais são parte integrante, como um par funcional, de um sistema unitário. Este conjunto de disfunções corporais ele denominou couraça. A couraça inclui disfunções musculares, viscerais, sensoperceptivas, respiratórias, hormonais etc, que se instalam como defesa contra o medo gerado por eventos traumáticos e situações de ameaça e sofrimento crônico da história da vida da pessoa. (Trotta, 1999, p. 34)

Assim, o ego cria defesas as quais objetivam proteger a pessoa de sofrimentos, mas, ao contrário do desejado, também não permite que ela se entregue ao prazer; esses bloqueios criam barreiras que impedem o movimento de fluxo vital no ser vivo e assim desencadeiam sintomas (como, por exemplo, baixa autoestima, nervosismo, ansiedade, pânico, depressão, medos infundados ou excessivos, etc), que expressam os encorajamentos desse ser vivo. Essas couraças se compõem após um choque entre as demandas internas e o mundo externo, o qual, ao frustrar tais demandas, engendra no ser humano a dificuldade de conseguir atingir um estado de contentamento e de prazer. A frequência dessas frustrações, bem como sua intensidade, levam a um endurecimento impedidor de uma flexibilidade e acessibilidade da couraça. (Rodrigues, 2008)

No texto *O reflexo do orgasmo e a técnica da vegetoterapia de análise do caráter*, de 1937, que se encontra no livro *A função do orgasmo*, Reich retoma o tema da rigidez muscular, que, independentemente do local em que surge, ele não vê como um “resultado”, uma manifestação ou um “acompanhante” do mecanismo de repressão:

Na análise final, eu não podia livrar-me da impressão de que a rigidez somática representa a parte mais essencial do processo de repressão. Todos os nossos pacientes contam que atravessaram períodos da infância nos quais, por meio de certos artifícios sobre o comportamento vegetativo (prender a respiração, aumentar a pressão dos músculos abdominais, etc), haviam aprendido a anular seus impulsos de ódio, de angustia, de amor. (Reich, 1975, p.255)

Até aquele momento, segundo o autor, a psicologia analítica havia se debruçado somente sobre *o que* a criança suprime e aos motivos que a encaminham a aprender a controlar suas emoções, deixando de lado *o modo* como as crianças batalham contra os impulsos. Ele chama a atenção para o processo fisiológico envolvido no

O choro é como a chuva: às vezes suave, às vezes violenta, mas sempre essencial à vida na terra. Sem chuva uma terra torna-se abrasada e ressequida, sem lágrimas a vida transforma-se num deserto. (Lowen, 1993, p.189)

mecanismo da repressão. Tomando um exemplo de Lowen (1993), sobre uma criança que reprime um impulso tão peculiar do corpo, como o de chorar, todos os músculos que estão interligados a esse ato precisam se contrair e assim permanecer até que o impulso se desvanece, no entanto ele não desaparece. Ainda existe. O impulso acaba tomando um caminho que o leva para as profundezas do corpo, se nutrindo no inconsciente, podendo ser reativado mais tarde, a qualquer momento, através de intensas situações de vida, ou na terapia, etc. Até isso ocorrer, os músculos relacionados permanecerão tensos de forma crônica:

A repressão consciente de um impulso resulta numa intensa contração da musculatura. As ondas de excitação continuam chegando aos músculos e os fazem estremecer (...) Quando a tensão passa a ser crônica, porém, os músculos ficam rígidos e a contensão do impulso torna-se inconsciente. Uma musculatura tensa e rígida faz com que qualquer movimento espontâneo seja impossível e, assim, a pessoa não tem mais consciência da sua raiva ou de qualquer outro sentimento. Ela nem sequer percebe que está bloqueando os seus sentimentos (Lowen, 1993, p.89).

Na análise realizada por Weinmann (2009), sobre o artigo de Reich *Contato psíquico e corrente vegetativa*, o autor mostra a maneira como Reich intervém na

couraça muscular na época em que escrevia este trabalho. Reich faz um relato de um atendimento que realizou a partir das novas perspectivas clínicas.

Apercebi-me imediatamente daquilo que, há três ou quatro anos, provavelmente não teria notado antes de muito tempo: atitude corporal rígida, hirta como uma prancha de madeira, braços esticados, mãos entrelaçadas, cabeça praticamente retesada. Ao falar, os lábios dificilmente se moviam, a voz sem ressonância, tom agudo, quase inaudível. Em análises anteriores ela sempre tinha insistido que não podia, e não queria falar (...). Começo lentamente a descrever sua atitude, traço por traço: boca, voz, postura, máscara facial, cabeça virtualmente retesada. Cerca de quinze minutos depois ela começa a falar, suavemente, insistentemente e de subido lembra-se da ansiedade que sentia quando criança (...). A postura torna-se ainda mais hirta. Tenho uma ideia: “Cadáver”. Digo-lhe que uma palavra apenas me parece descrever sua atitude, mas que não a mencionarei porque teria que ser ela própria a começar a senti-la. Resposta dela: “o senhor estava a pensar em cadáver?” Então surgiram as recordações (...)

(Reich, citado em Weinmann, 2009, p.29)

Em outras palavras, Reich deixou claro à paciente, em sua manifestação, que sua atenção está direcionada a tudo o que ela transmite, apenas relatando as marcas no seu corpo de seu encouraçamento muscular, sem precisar lançar mão da interpretação nem do toque. E foi isso que a estimulou a recordar, com afeto, suas vivências da infância e manifestar isso na fala.

A partir disso, em sua prática clínica, por conceber as couraças musculares e suas funções como uma importante senha, a técnica de Reich vai buscar a dissolução das mesmas, a fim de que o contato psíquico e a motilidade vegetativa se restabeleçam, e assim ele passa a integrar a intervenção sobre a couraça muscular (Weinmann, 2009). E assim nasce seu método conhecido como vegetoterapia, trazendo a dissolução das couraças, porém ressaltava que essa técnica não era uma substituta da sua anterior, a análise do caráter, mas percebia que a vegetoterapia era a “análise do caráter na área do corpo” (Boadella, 1985).

A dissolução da contração muscular, de forma surpreendente, além de soltar a energia vegetativa, reproduz a recordação da circunstância de infância na qual se passou a repressão do instinto; “*toda rigidez muscular contém a história e o significado de sua origem.* (...) a couraça é a forma na qual a experiência infantil é preservada como obstáculo ao funcionamento” (Reich, 1975, p.256).

Embora Reich traga essa identidade funcional entre as dimensões do psíquico e do somático, em sua concepção, não significa que cada uma dessas dimensões não deva, e não possa ser conhecida em suas particularidades:

É por serem dimensões radicalmente distintas e irreduzíveis uma a outra e, ao mesmo tempo, por estarem profundamente imbricadas, constituindo uma unidade, que a concepção de Reich das articulações entre o psíquico e o somático não pode ser considerada monista – o que pressupõe a submissão de uma dimensão a outra – nem dualista, mas, como afirma o autor, dialética. (Weinmann, 2009, p.28)

“A atitude muscular é idêntica ao que chamamos expressão corporal”, disse Reich (1975, p.257). Geralmente, não é possível saber se uma pessoa, tem excesso de contrações no corpo (hipertônico) ou não, mas às vezes o corpo inteiro, ou regiões dele, expressa alguma coisa. De qualquer maneira,

o espasmo da musculatura é o lado somático do processo de repressão, e a base de sua contínua preservação. Nunca são músculos isolados que se espasman, mas grupos de músculos que pertencem a uma unidade funcional, no sentido vegetativo. Quando, por exemplo, um impulso de chorar deve ser reprimido, não é o lábio inferior que se torna tenso, mas toda musculatura da boca e do queixo, e assim também a musculatura correspondente à garganta; em suma, todos os órgãos que entram em ação como uma unidade funcional no ato de gritar. (p.257)

Na *vegetoterapia*, já mencionada anteriormente, assim como em qualquer outro modelo que o terapeuta utilize para soltar as emoções encouraçadas na musculatura, a condição mínima essencial é que esteja consciente de suas próprias sensações, que seja capaz de ter empatia com o paciente e sentir em seu próprio corpo o resultado das contenções particulares que incidem sobre as energias do paciente; ou seja, poder sentir em seu corpo o efeito das couraças presentes no paciente. Um dos intuitos terapêuticos na vegetoterapia, aprofundando também num nível mais orgânico, era a recuperação de uma *potência orgástica*, ou seja, uma capacidade de entrega ao fluxo da energia biológica sem tentar bloquear, permitindo uma descarga total de toda excitação sexual reprimida por meio de movimentos involuntários do corpo (Boadella, 1985). Em outras palavras, é o permitir-se, é a capacidade de se entregar totalmente ao movimento pulsional do orgasmo:

Potência orgástica é a capacidade de abandonar-se, livre de quaisquer inibições, ao fluxo de energia biológica; a capacidade de descarregar completamente a excitação sexual reprimida, por meio de involuntárias e agradáveis convulsões do corpo. (Reich, citado em Rodrigues, 2008)

Quanto mais os pacientes renunciavam a suas carcaças e quanto mais respiravam de forma livre, a possibilidade de entrega aos movimentos espontâneos e involuntários do corpo crescia. Aos poucos, as sensações de formigamento na pele, de calor, de tremores “passam a se incorporar num movimento de reflexo convulsivo do corpo (...) Olhando como um todo, o corpo parecia estar expandindo e contraindo de modo pulsátil.” (Boadella, 1985, p.118). Por ser tão semelhante aos movimentos espasmódicos do orgasmo, Reich o nomeou de “reflexo do orgasmo”. Para Reich, a sexualidade não se circunscreve ao genital. Tais movimentos espasmódicos do orgasmo seriam como uma das manifestações, dentro de várias, da possibilidade de o corpo pulsar. Outra forma de expressão são os movimentos de agitação do feto (Boadella, 1985).

5.2. No universo, na natureza, em todos os seres vivos: energia orgônica cósmica

Energia orgônica é a energia cósmica da vida, a força criativa fundamental (...)

(DeMeo, citado em Viana, 2017)

A descoberta do orgônio foi o resultado da firme aplicação do conceito da 'energia psíquica', inicialmente no campo da psiquiatria (...) As emoções biológicas que governam os processos psíquicos são, em si, a expressão direta de uma energia rigorosamente física, o orgônio cósmico. (Reich, 1947/1975)

Embora outros pesquisadores - como, por exemplo, Mesmer (Mann, 1989) - já tivessem conhecimento da energia orgone cósmica (e que Mesmer nomeava de Fluido Universal), bem como a noção de que sua fluidez ocorre através de nervos e fluidos corporais, entre outros conhecimentos que Reich se aprofundou e apresentou, foi através deste que, na psicoterapia, o corpo tomou outra dimensão de importância.

A ideia de psicoterapia corporal se inscreve, inicialmente, em um contexto histórico do confronto às psicoterapias não inclusivas do corpo.(...) No entanto, para Reich a palavra e o corpo jamais foram dicotômicos, embora estejam em campos distintos se encontram em inseparável relação determinada pela unidade funcional soma-psyché. A análise psicorporal reichiana é uma ação clínica que aponta para indissociabilidade do corpo em relação à palavra e agrega no desenrolar do trabalho terapêutico a valorização da expressão das emoções como meio inter-comunicador dos conteúdos mais profundos e pré-simbólicos do indivíduo. (Rodrigues, 2008, p. 116)

Reich tinha grande interesse pelos campos da saúde e da biologia, estudava e fazia muitas experiências. Resumidamente aqui partilhando, uma das tantas ocorreu no início da década de 1930, foi sobre os elementos elétricos envolvidos nos atos eróticos e no orgasmo. Haviam medido, com um oscilógrafo, as variações do potencial elétrico da pele quando ela era tocada de forma que lhe despertasse prazer ou ansiedade. Quando o estímulo era agradável, prazeroso, o potencial dérmico aumentava; ao contrário, o

potencial diminuía. Ele se aprofundou nisso e passou a investigar se o processo energético do orgasmo (tensão -> carga -> descarga -> relaxamento) era encontrado em outras partes da natureza. E assim ele estudou profundamente e pesquisou na natureza; um exemplo foi com os musgos. E assim, em 1939, ele descobriu o orgone. Numa comprida carta que escreveu a Einstein, em 1941, ele define o *orgônio* como uma energia “presente em todas as coisas vivas e até na atmosfera e no solo” (Mann, 1989, p.46). Mais tarde, ele percebe que há orgone mesmo em coisas não-vivas. Como frutos de vários experimentos, Reich

acreditava que todas as coisas vivas inspiravam e exalavam essa energia na atmosfera; que a mesma era transportada pelos eritrócitos, do pulmão, para todas as partes do corpo humano, e que era também provavelmente o elemento responsável pela constante produção de calor corporal. Sustentava ainda que o Sol produzia essa energia e que ela provavelmente estava relacionada a variações no magnetismo da Terra. (Mann, 1989, p.46)

Reich estava atuando com a vegetoterapia desde 1935, com a descoberta do reflexo do orgasmo, focando sua atenção especialmente no corpo e em sua linguagem. Ele via o orgasmo como uma peça-chave na regulação da bioenergia, pois, em sua concepção, através dessa peça ocorria uma descarga daquela parte da energia vital que, em outras atividades praticadas pelos seres humanos, não é lançada. Assim, ele colocou atenção sobre o processo e funções energéticas do orgasmo. Para ele, o orgasmo é o que torna a vida mais leve, mais saudável, mais alegre. (Mann, 1989).

A partir da descoberta do orgone, seu método psicoterapêutico passa a ser nomeado não mais vegetoterapia, mas sim orgonoterapia.

(...) todo organismo vivo é uma estrutura membranosa que contém uma quantidade de orgônio em seus fluidos corporais; é um sistema “orgonótico”. Portanto, o termo *orgonio* decorre de organismo e de orgasmo, e significa uma energia encontrada em todos os organismos, que é ao mesmo tempo básica ao reflexo do orgasmo. (Mann, 1989, p.39)

Em seu texto *A linguagem expressiva da vida*, de 1948, encontrado no livro *Análise do caráter*, Reich (1998) traz a função da emoção na orgonoterapia. Dizia ele que “a energia orgone cósmica funciona no organismo vivo como energia biológica

específica” (p.330), que essa energia rege todo o organismo, manifestando-se nas emoções e nas locomoções biofísicas dos órgãos.

O organismo vivo se expressa em movimentos; por isso falamos de movimentos expressivos. (...) No sentido literal, “emoção” significa “mover para fora”; ao mesmo tempo, é um “movimento expressivo”. O processo fisiológico da emoção plasmática, ou movimento expressivo, está ligado inseparavelmente a um significado facilmente inteligível, que costumamos chamar de expressão emocional. (Reich, 1998, p.332)

Ao mesmo tempo, quanto à segunda parte dessa citação, o autor assinala as expressões humanas como frutos da rigidez e da imobilidade. Seja reativando emoções com base na couraça de caráter com “análise do caráter”, seja soltando a couraça muscular com a “vegetoterapia”, a realidade que persevera é a mobilização, a produção de excitações e de movimentos plasmáticos no paciente; sendo assim, o conceito “orgonoterapia” inclui as duas noções de seus métodos anteriores. O que está em questão é a energia orgone, ela é quem é movida nesse processo, ela vive nos fluidos corporais. Sendo assim, “a mobilização das emoções e correntes plasmáticas no organismo é idêntica à mobilização da energia orgone” (Reich, 1998, p.331)

A energia orgone é para Reich a energia cósmica, primária e original, uma energia universal, pulsátil e excitável. O orgone está presente em tudo, de forma latente ou manifesta, em quantidades e intensidades diferenciadas. No ser humano se apresenta como uma energia biofísica correlata à libido e a pulsão, manifestando-se no cerne da sexualidade e das emoções. Com a descoberta do orgone, Reich procura desenvolver um método de trabalho clínico, a orgonoterapia, cuja finalidade terapêutica fundamental é liberar a energia (orgone) fixada, produtora de enfermidade, em energia (orgone) livre, que permite ao ser humano viver auto-regulado e se aproximar do estado de plena capacidade orgástica genital (Rodrigues, 2008, p.114)

“(...) sentimento profundo é idêntico a ter contato com o organismo vivo *para além das limitações da linguagem*” (Reich, 1998, p.333). Reich traz a figura do artista para referir-se ao fato de que a linguagem pode estar para além das palavras. Cada ser vivo tem sua maneira de estar, de se manifestar nesse mundo; cada um tem seus

singulares movimentos e isso o faz único, especial. Há coisas que escapam do campo das palavras enquanto expressão.

Qualquer pessoa com tendências musicais está familiarizada com o estado emocional provocado pela música. Porém, ao se tentar traduzir em palavras essas experiências emocionais, a percepção musical rebela-se. A música não tem palavras e quer continuar assim. Mas ela dá expressão ao movimento interno do organismo vivo, e escutá-la provoca a “sensação” de um “arrebato interno”. (...) o próprio artista nos fala na forma de expressões de movimento sem palavras, a partir das profundezas da função vital, mas ele seria tão incapaz quanto nós de dizer em palavras o que expressa em sua música ou em sua pintura. Na verdade, rejeita vivamente qualquer tentativa de traduzir a linguagem de expressão artística na linguagem verbal humana. (...) o artista confirma a asserção da biofísica orgônica de que o organismo vivo possui uma linguagem expressiva própria, antes de, para além de, e independente de toda linguagem verbal. (Reich, 1998, p.333)

Na terapia orgonômica, para uma avaliação mais pura do paciente, o analista pode pedir-lhe que não fale, o que pode ser muito revelador, pois as manifestações emocionais corporais ficam mais transparentes, já que “a linguagem humana também funciona como defesa” (p.334). E assim ele pode ir apreendendo expressões emocionais do movimento expressivo plasmático da pessoa, captando algum traço mais saliente dela. (Reich, 1998). No exemplo de um paciente que tem um sorriso habitual.

Esse sorriso pode persistir ainda quando se esteja discutindo as emoções e experiências mais dolorosas. Tal expressão invariável, manifesta ou encoberta, é evidentemente um bloqueio do fluir natural dos sentimentos. O terapeuta pode começar por assinalar o sorriso ao paciente à medida que vá ocorrendo, repetidamente, consistentemente. Pode chamar a atenção sobre a incongruência entre o sorriso e o conteúdo doloroso do que o paciente está dizendo. Poderia sugerir ao paciente que gesticule rapidamente, ou que franza o cenho, ou que faça outras expressões que contradigam o sorriso, ou poderia fazer-lhe exagerar o sorriso. Ao mesmo tempo o terapeuta deve estar atento aos signos de ofensa, ressentimento, ansiedade ou qualquer forma de resistência. Ele sabe perfeitamente que ao atacar o caráter do paciente está atacando aquilo que o paciente identifica mais intimamente com ele mesmo (...) (Hoff, citado em Viana, 2017, p.03)

Na orgonoterapia, há um entendimento biologicamente mais profundo. Quando os movimentos involuntários corporais do paciente reverberam no terapeuta desencadeando *uma imitação* em seu próprio organismo, o terapeuta sente e pode compreender mais o paciente, e isso através da expressão no seu próprio corpo. A tarefa principal desse modelo seria a dissolução da couraça, o restabelecimento da motilidade do plasma do corpo, num ideal intuitivo de alcançar o “reflexo do orgasmo”, ou seja, a pessoa se entregar às sensações dos órgãos e aos movimentos pulsáteis. No entanto, nada disso é forçado; e sim permitir o movimento natural das coisas, como as leis da natureza. O organismo tem seu movimento autônomo para além de muitas coisas. Reich assinala, em seu texto, que os bloqueios musculares não fazem o percurso de um músculo ou de um nervo, que são totalmente independentes dos processos anatômicos. Seria a mesma lógica, no caso do transtorno sensorial na histeria, restringindo-se a somente regiões do corpo emocionalmente importantes.

Com o tempo, descobriu-se que a couraça muscular está acomodada em segmentos; e tal acomodação segmentar estaria relacionada a uma maneira primitiva de funcionamento dos seres vivos (Reich, 1998). Em outras palavras, um segmento seria como um conjunto de estruturas orgânicas que mantêm entre si relações de vizinhança e seu funcionamento de integração está “enraizadamente” conectado com os sentimentos e manifestações emocionais (Trotta, 1999). Por exemplo, “as tensões na metade superior da face estavam funcionalmente relacionadas com a metade inferior, localizada ao redor da boca, queixo e mandíbula”. (Boadella, 1985, p.115).

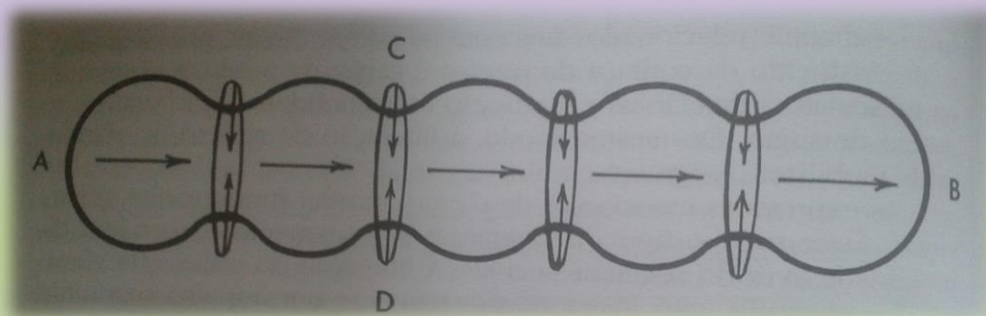
Segundo Reich (1998), a couraça se acomoda no corpo em sete segmentos e funcionaria de forma circular – na frente, dos dois lados e atrás –, como se fosse um anel. Além disso, há todo um estudo no processo terapêutico de dissolução da couraça, pois, para que ocorram algumas expressões emocionais no segmento oral, por exemplo, vai depender da dissolução da couraça no anel ocular. E mesmo depois de terem sido liberados os dois anéis superiores, a expressão emocional pode encontrar obstáculo em sua realização em função da contração do movimento muscular nos dois segmentos abaixo. Nesse sentido, Reich postula que o reflexo do orgasmo só ocorre se os fluxos orgonóticos conseguirem fluir ao longo do organismo, quando em sua passagem não há

Os sete segmentos

- 1) ocular
- 2) oral
- 3) cervical
- 4) torácico
- 5) diafragmático
- 6) abdominal
- 7) pélvico

barreiras; e que as couraças estão dispostas em segmentos transversais ao fluxo das correntes. Em suas palavras, “o afrouxamento de um segmento da couraça libera energia que, por sua vez, ajuda a mobilizar anéis em níveis superiores e inferiores” (p.356). Por isso, não seria possível descrever claramente cada um dos processos imersos na desobstrução da couraça.

O desbloqueio da energia contida nas regiões se daria de cima para baixo, iniciando pelo anel ocular até chegar ao anel pélvico. No capítulo *A linguagem expressiva da vida*, de *Análise do Caráter*, Reich (1998, p.344) demonstra em desenho qual seria o movimento do fluxo energético orgônico quando ocorre uma liberação de uma excedente de energia estagnada, a partir da mobilização feita na couraça, a qual é realizada partindo do segmento ocular. **“A direção do fluxo orgonótico é transversal aos anéis da couraça”**:



Segundo Reich (1998), considerando que os organismos vivos se expressam em movimentos de expansão e contração do protoplasma – assim, expressando a emoção -, num organismo vivo, no processo de suavização da couraça através dos anéis, a energia orgone passa a fluir por todo o corpo em forma de ondas, ancorado nas movimentações de pulsação, variando entre a contração e a expansão. No caso do organismo humano em estado de encouraçamento, a energia orgone está interligada à contração permanente muscular. Sendo assim, o fluir do orgone não ocorreria logo em seguida do afrouxamento do anel, mas sim despertaria reações de tremores juntamente às sensações de formigamento, demonstrando que a couraça está dando “uma trégua” em sua contenção, está cedendo para que a energia cósmica seja liberada e navegue pelo corpo. As verdadeiras sensações de ondas excitatórias só poderiam ser vivenciadas quando há

uma dissolução de todo um conjunto de anéis da couraça. E quando isso ocorre, a pessoa sente, em partes do corpo que foram soltas, pulsações semelhantes a ondas, que se movimentam para cima e para baixo.

No verme e na lagarta, a função de locomoção está inseparavelmente ligada a esse movimento ondulatório plasmático. A conclusão lógica é que a energia biológica esta sendo transmitida nesses movimentos de onda, porque não poderia ser outra coisa (...) O movimento ondulatório do orgone corporal é lento e corresponde totalmente, em ritmo e expressão, às excitações emocionais que, na função do prazer, sentimos subjetivamente de maneira ondulatória. (Reich, 1998, p.344)

Para Reich (1998), há semelhanças nos funcionamentos dos organismos humano e não-humano. As sensações orgânicas significativas, junto com as emoções de angústia, raiva, prazer são oriundas do funcionamento dos anéis do ser humano. Desde a ameba até o humano, a presença da expansão e da contração sinalizam as funções de prazer e de angústia. A partir das técnicas médicas e pedagógicas que lançam mão da energia orgone e que constituem a “orgonoterapia”, ele aprendeu que “um verme literalmente ainda funciona no animal humano” (p.363), que a corrente de energia e os movimentos expressivos a partir da dissolução da couraça são independentes da organização anatômica dos nervos e dos músculos. Isso me faz lembrar um pouco da lógica do conhecimento de outras culturas já mencionadas, sobre os meridianos, trazido pelos chineses, ou das *nádis*, pela sabedoria iogue. Para eles, são pontos energéticos que se interligam às regiões do corpo, sendo que, anatomicamente, as ligações nervosas e dos órgãos nada tem a ver, não há relação alguma.

Toda ação tem uma reação. As técnicas de desencouraçamentos podem desencadear reações imediatas, mesmo na própria sessão; ou podem ocorrer a longo prazo, em horas, ou dias após a mobilização. Pode ser através de sonhos, de lembranças, de *insights*; como podem ser manifestadas através de alterações emocionais (tristeza, ansiedade, irritabilidade etc), por alterações fisiológicas (sono, fome, sede etc); comportamentais ou somáticas. Quanto aos efeitos imediatos, podem se manifestar em expressões emocionais (choro, raiva, medo) ou reações somáticas (calor, frio, agitação, coceira, tremor, dores localizadas, náuseas, etc). O objetivo da psicoterapia corporal não é a catarse, embora ela ocorra e seja um fator valorizado. Elas devem seguir seu caminho mais puro, adequado, espontaneamente (Trotta, 1999). Uma das intenções é de

auxiliar o ser humano a desenvolver a sua potência orgástica, ou seja, a capacidade do organismo em se entregar plenamente ao movimento pulsional do orgasmo (Rodrigues, 2008).

O intuito clínico e teórico no projeto de Reich está enraizado às ideias de “liberdade de ser e pensar diferente; lutar e viver por uma vida saudável e viva; e, fomentar o compromisso com a transformação humana, social e política do indivíduo a partir dos seus direitos e deveres democraticamente constituídos” (Rodrigues, 2008, p.117). Reich se sentia profundamente comprometido com o ser humano em sua completude, proporcionando, revolucionariamente, que o indivíduo fosse o próprio mestre operante da sua transformação:

Através da promoção da saúde psicorporal (unidade funcional soma-psyché) e da desconstrução dos bloqueios orgânicos-emocionais, sexuais afetivos, culturais, educacionais e sociais, o objetivo da clínica reichiana vai além de um projeto restrito ao ambiente do setting (...) Trata o indivíduo como um agente de si e das transformações do mundo, da sociedade e do ambiente como condição para o alcançar o que se denomina de saúde viva. (Rodrigues, 2008, p.117)

5.2.1. Um relato

Embora não tivesse ocorrido em um contexto terapêutico, no sentido de “terapeuta-paciente”, posso compartilhar uma vivência elaborada e relatada a partir de um trecho de um texto-diário que escrevi em um dado momento desse ano com o intuito de trazer aqui:

Por meio do compartilhar de vivências e experiências de colegas de cursos e de amigos, que estão envolvidos com (psico)terapias corporais, vejo que a nossa percepção é muito similar, o quanto isso é uma potência de cura. Às vezes parece que o toque me presenteia com uma máquina do tempo... o toque pode nos levar a uma longa viagem que transcende tempo e espaço, às vezes caminhando ao lado de uma profunda purificação. Nunca vivenciei, num contexto terapêutico de cura através somente da fala, o que já vivenciei com a intervenção no corpo. Tão pouco vivenciei o divã, mas acredito que ele seja relaxador. Mas falo do que vivi. Através do toque no corpo, muitas vezes, senti como se a lógica linear do tempo se retirasse e, assim, passado e presente se transformam em um só momento. Em outros mundos, na natureza e nas profundezas da nossa natureza, o tempo não existe. É como se, por exemplo, eu conseguisse acessar não somente uma fase ou um momento da minha vida, mas sim um encontro comigo mesma nessa outra época, sentindo agora o que antes eu sentia. É como se eu pudesse, através de uma máquina do tempo, retornar a uma cena importante da minha vida, por mais banal que parecesse, e revivê-la ou acessar sentimentos e emoções desencadeadas por ela,

naquela época. Ou mesmo, é possível acessar cenas importantes de pessoas que fazem parte da sua linha transgeracional (como já soube de uma colega de curso que já me narrou). Na verdade, é um mar de possibilidades. A tendência, até onde vivi e presenciei nessas abordagens específicas, você pode perder quase ou um total controle das reações do corpo, provocadas por um disparo de sentimentos, emoções e descargas de purificação, algumas vezes acompanhadas por alguma recordação. As que vivi, sempre tinha uma lembrança, às vezes ela se apresentava antes, e às vezes depois do disparo. Poderia falar das minhas, mas não me sinto à vontade, então aqui lanço um relato de uma vivência num curso de massagem com técnicas reichianas, que pude acompanhar de perto, de uma colega com quem interagi (chamarei de Samyra), na proposta prática de massagem de uma das regiões do corpo. Nesse caso, era a região torácica, que abrange os braços e mãos. Eu já havia feito várias manobras nessa região, havia passado pelo seu braço esquerdo e estava fazendo algumas manobras alternadas de pressões leves e não-leves, como se "descolando" pele-músculo-osso, no seu braço direito. De uma aparente sensação de relaxamento e prazer, repentinamente fui observando expressões de dor que tomavam a cena, e ela estava iniciando uma forte liberação, por meio de um choro profundo. Parei tudo e pedi o auxílio do professor, e ele lançou algumas intervenções, chamando Samyra para respirar profundamente, conforme ele indicava, no sentido de que Samyra liberasse esse choro preso e se entregasse às sensações corporais. Ela contraía a boca com o rio de lágrimas que corria de seus olhos. Ele inseriu seu dedo polegar no queixo dela, pressionando levemente para baixo, para que ela soltasse o músculo da região, permitindo que ela se entregasse ao choro e, com muito carinho, mencionava algumas frases. Ela passou a ter hiperventilação (respirar em ritmo muito rápido, um aumento da quantidade de ar inalado) e "tremor" totalmente (a energia estava pulsando nela fortemente). Era uma descarga energética. O professor, muito tranquilamente, a chamava para inspirar profundo e lentamente, e depois expirar, e dar uma pausa, antes de inspirar novamente. E assim foi por um tempo. A ideia era diminuir o ritmo da respiração e auxiliar nas ondas energéticas que transbordavam no corpo de Samyra. Ela dizia entre algumas palavras *"estou sentindo formigas... como formigas na cabeça, meu corpo inteiro..."*. Ele a conduziu para outras posturas que auxiliariam nesse processo e assim, aos poucos e de maneira acolhedora, foi dialogando com ela, se ela gostaria de compartilhar algo. Suas sensações energéticas e emocionais no corpo, de descarga, foram entre idas e vindas, como águas profundas. Nesse forte momento, ela trouxe uma memória da adolescência, dos seus 11 anos. Ela falou pra gente, chorando: *"eu lembrei... machuquei a minha irmã...apertei forte os seus bracinhos quando ela tinha 5 anos e ela chorava muito..."*. Ela dizia que nunca havia se lembrado de que havia apertado sua irmã nessa época, e assim chorou muito como se o fato fosse muito recente, dizia se sentir culpada. O professor a ajudou na elaboração dessa circunstância através das palavras. Após essa catarse e após entrar em um estado de tranquilidade, conversou melhor com a gente e relatou o que foi passando:

-Não sei, tava tão bom e, do nada, você me massageando aqui no braço, senti uma dor diferente...eu sentia a pressão, mas não era uma dor física...tive vontade de chorar e tive essa memória de eu apertando os bracinhos da minha irmã...eu tava braba com ela e sacudia ela, eu tava com raiva...e quando sacudi, apertando os braços finos, ela chorou muito...lembrei disso...nossa, nem lembrava que isso tivesse acontecido! e foi louco que, quando eu chorava agora, parecia que eu tinha 11 anos ainda...uma sensação estranha demais...Samyra de 11 anos chorando aqui...

Pode ser que, através disso, ela pudesse descobrir mais coisas a respeito dessa época, do que está envolvido, talvez num contexto terapêutico ela pudesse aprofundar essas questões. No mês seguinte, conversamos um pouco no curso. De qualquer forma, essa experiência lhe proporcionou um entendimento de outras questões sobre sua não-boia relação com essa irmã, que ela não tinha consciência. Disse ela que havia procurado sua irmã e relatado sua experiência. Enfim, numa vivência do curso, ocorreu uma cura. A sensação que vivi muitas vezes parece ser semelhante à que Samyra viveu, de não existir tempo e espaço. Esse formigamento também... o corpo treme todo! Parece que uma espiral passa pelo meu corpo, ou muitas ondas. É a força vital fluindo, é a serpente kundalini despertada! (18 de outubro, 2017)

5.2.2. As ondas da serpente

Em minhas poucas vivências quanto a esse movimento plasmático, seja num contexto de um curso, seja recebendo um tipo de massagem terapêutica, seja em psicoterapia corporal, seja em uma meditação ou dinâmica de *grounding*, vi certas similaridades, embora também existam algumas particularidades. Numa meditação e no *grounding*, sempre senti muitas ondas percorrerem em meu corpo, ao ponto de entrar em convulsão, porém nunca senti os formigamentos pelo corpo como senti fortemente quando estava liberando uma emoção significativa em um contexto de massagem, psicoterapêutico corporal ou em uma vivência no curso de massagem reichiana. Nesses contextos, me ocorreu mesmo de não sentir partes do meu corpo, como braços e pernas, até que as formigas chegassem lá. Mas há algumas semelhanças entre a abordagem terapêutica de Reich e a visão iogue quando ao movimento do “despertar” da *kundalini*.

No artigo *Navegando na onda do prazer: kundalini e potência orgástica* (Henriques, Eisenreich & De Nadal, 2014) os autores assinalam tal similaridade. Eles associam o despertar da *kundalini* com a definição de Reich sobre a descarga orgástica “tensão -> carga bioelétrica -> descarga bioelétrica -> relaxamento”. Segundo Osho (citado em Henriques, Eisenreich & De Nadal, 2014), a kundalini só é sentida quando temos bloqueios no fluxo da energia; uma pessoa iluminada não sentiria, uma vez que seu canal está limpo, sem travas, aberto. “A passagem dessa energia através dos chakras torna possíveis rompimentos nesse sistema, ocasionando liberação. A kundalini tem uma qualidade muito profunda, pois diz respeito à circulação do corpo energético, que é um movimento involuntário. ‘Quanto mais profundo o caminho, mais involuntário’ (Osho)” (p.03). Conforme esses autores, estudiosos da psicologia corporal confirmam

que há um fluxo energético que se direciona para cima e outro rumo à terra. Citam Lowen – criador da bioenergética –, que fala que a energia ascendente tem qualidade espiritual; e a descendente é mais biológica, que sai do ventre rumo à terra, proporcionando sensação de enraizamento. E quando as trilhas opostas se unem, há uma integração na ação.

Como já foi dito antes, a *kundalini* é uma energia vital que vive em cada um de nós, porém está adormecida na base da coluna, enrolada. Na cultura hindu, a busca pela consciência respiratória é muito presente. Nas práticas iogues de *pranayama*, o intuito é ter controle dos movimentos respiratórios, trazendo para o corpo oxigênio e *prana* - energia cósmica que circula em tudo e em todos. Sintonizando tais práticas com determinadas posturas, é ativada nossa *kundalini*, que é muito buscada, pois ela proporciona bem-estar; sua energia em movimento sinaliza saúde, conexão com o universo e consigo mesmo. À medida que o corpo trabalha tal consciência, pode chegar a um ponto em que a pessoa pode estar simplesmente sentada em uma cadeira e repentinamente começar a sentir as ondas do fluxo vital (como já foi relatado na entrevista que fiz; e posso dizer por mim mesma). A *kundalini* tem um fluxo ascendente através das *nádis* que percorrem os *chakras*, porém, até onde pude entender teoricamente pelas leituras e pelas informações orais, ela não fica só lá em cima, ela se movimenta como espiral, indo e voltando.

A meu ver, a energia orgone é algo muito semelhante ao *prana*, mas quando essa energia entra em contato com o nosso ser individual, quando há uma conexão (um contato) por meio da respiração, se manifesta como *kundalini*, ou como a energia biológica. De qualquer maneira, vejo que as duas seriam importantes, complementares, como integradoras. E, de qualquer forma, são palavras tentando teorizar. Seguem trilhas distintas, despertam diferentes sensações, mas na atitude corporal se manifestam de forma muito semelhante. Se conectar com o mundo espiritual é se unir à consciência cósmica presente em tudo e em todos; é respirar profundamente. Consciência cósmica também no sentir o coração da terra, com a água, com elementos da natureza, ao navegar no canto das águas.

5.2.3. Sopro de vida: respiração

O oxigênio é uma força tão importante que tem o poder de fazer com que um material inerte como a madeira irrompa em chamas. Ele tem essa mesma propriedade no organismo vivo. (Lowen, 1993, p.50)

Em *A função do orgasmo*, Reich (1975, p.263) atenta para a respiração:

(...) biologicamente, a respiração tem a função de introduzir oxigênio dentro do organismo e de remover o dióxido de carbono. O oxigênio do ar introduzido realiza a combustão dos alimentos digeridos (...), esse processo gera energia. Sem oxigênio não há combustão, e, portanto, não há produção de energia (...) Na respiração reduzida, absorve-se menos oxigênio, apenas o suficiente para a preservação da vida. Com menos energia no organismo, as excitações vegetativas são menos intensas e, pois, mais fáceis de controlar.

O fogo, para ser alimentado, não precisa somente da lenha. O ar é seu principal alimento, é a força que lhe dá movimento. No ar, está a energia que nos sustenta. O ar, o oxigênio, alimenta o nosso fogo interno. Os povos ancestrais faziam usos dessa arte.

Reich observava que, quando um paciente se contraía ao expressar um sentimento ou um pensamento, sua respiração também estava contida; ele considerou a respiração como um modo de resistência. Ele não atentava o paciente sobre isso, mas lhe determinava para respirar livremente, repetidamente. Sentimentos brotavam. Assim, após presenciar esse brotar intenso, percebeu que a respiração era uma chave para o entendimento das resistências conscientes e inconscientes dos pacientes que o consultavam. (Lowen, 1993)

5.3. Energia cósmica em abordagens psicoterapêuticas neo-reichianas

Quanto mais profundamente a pessoa alimentar suas raízes físicas, mais galhos, flores e frutos produzirá, e mais alto seu espírito pairará no cosmos. Esta é a era de Aquário, da iluminação grupal, e da profunda e genuína espiritualidade.

(Pierrakos, 1989, p.20)

As concepções revolucionárias de Reich despertaram muitos seguidores e alguns foram seus discípulos. Assim nasceu uma geração de seguidores, os neo-reichianos, os quais têm os conceitos e princípios criados por Reich como a raiz de suas compreensões, mas criaram seus próprios modelos de atuar na psicoterapia a partir de estudos, de atualizações e revisões. Algumas delas conhecidas como bioenergética, bioenergética suave, biossíntese, biodinâmica, entre outras abordagens.

5.3.1. Bioenergética suave

A bioenergética suave, trazida por Eva Reich, filha de Reich, surgiu de alguns questionamentos frutos das pesquisas e das práticas psicoterapêuticas de Reich em sua última fase de vida, quando ele estava trabalhando com prevenções de neurose – nesse momento, ele estava atuando com gestantes e mulheres que recém tinham dado à luz a uma nova vida - “Como os bebês se encorajam?” e “Como surgem as coraças corporais no início da vida?” Eva Reich trabalhou com seu pai em muitos projetos e atuava em hospital como médica. Ela passou a fazer intervenções com bebês prematuros nas incubadoras, através do toque:

Os bebês prematuros ficavam deitados nas incubadoras como autistas, estavam muito fracos e não reagiam aos diversos procedimentos. Eu tentava de tudo para ajudá-los, para estimulá-los, para fazer com que sua respiração se aprofundasse. (...) Eu massageava então o corpo todo fazendo pequenos círculos e alisando a pele e conversava com os pequenos. O toque era muito suave, como o de uma borboleta ou de uma pena. Dessa forma, comecei a fazer vegetoterapia com os bebês. E aprendi que só podia tocá-los muito pouco e apenas por alguns

minutos, para não cansá-los. Para meu espanto, os bebês prematuros abriam seus olhos, me olhavam e se movimentavam. (Eva Reich, 1998, p.16)

Eva estava presente nos partos, e observou uma grande diferença entre os bebês que nasciam de um parto em casa, recebendo o calor e aconchego de suas mães, e no hospital. Seu trabalho de bioenergética suave seguiu envolvendo especialmente bebês, bebês com suas mães no período de gestação e no processo do parto. Também usava seus conhecimentos para despertar o bebê no adulto, o bebê que levamos em nossa vida (Reich, 1998).

5.3.2. Bioenergética

A mãe é a nossa Terra individual, assim como a Terra é a nossa mãe universal. (Lowen, 1993, p.125)

A partir da orgonoterapia, Alexander Lowen elaborou seu próprio método, que nomeou de *Bioenergética*. À energia vital cósmica, denominou *bioenergia*. Lowen incluía sua concepção de espiritualidade, como uma união das sabedorias orientais com as ocidentais, espírito e corpo em integração. Lowen incorporou dinâmicas de aterramento e de respiração, para que as pessoas pudessem praticar sozinhas; desenvolver e se envolver por si mesmas sua capacidade de pôr literalmente os pés na terra, até o ponto de sentir que é a terra que as sustenta. O autor trazia a necessidade de o ser humano se conectar com a terra, com suas raízes, com a natureza e a sua natureza, e que a ausência desse aterramento estaria expressando suas dificuldades. Para Lowen (1993), uma pessoa aterrada é quem está com os pés no chão, no sentido de ela saber quem ela é e qual sua situação de vida, com as suas realidades básicas; estar conectada ao seu corpo, à sua respiração, à sua sexualidade, às pessoas com as quais se relaciona. Em sua concepção, a qualidade do aterramento de uma pessoa, sua sensibilidade nas pernas, vai manifestar a noção de sua segurança interna.

Nós seres humanos somos como as árvores: temos uma extremidade enraizada no solo e outra estendendo-se para o céu. A altura que alcançamos depende da força do nosso sistema radicular. Arranque uma árvore do chão e suas folhas morrem; faça o mesmo com uma pessoa e a espiritualidade transforma-se numa abstração sem vida. (Lowen, 1993, p.121)

6. A CAMINHO DA PAUSA EM MOVIMENTO DE UM CORPO EM MOVIMENTO

Há mais de uma década, quando não era tão adepta dos livros, na tentativa de iniciar uma leitura, um livro caiu em minhas mãos (sim, caiu de uma prateleira), fui surpreendida com duas perguntas: “Quem é você?”. “De onde vem o mundo?”. A leitura parou por aí durante dias. Inquietações. Eu sentia coisas, tinha sensações. Há teorias, possibilidades infinitas e encantadoras, e podem nos “atrapar” numa teia. O enigma é profundo e vive “no fundo”, subjacente em nossas vidas.

A gente acha que sabe de tudo, inclusive de nós mesmos, até que uma situação de vida acontece e a gente se surpreende. Na potência de saber algo, me arrisco tantas vezes, nas palavras. No saber “nada”, simplesmente me arrisco no sentir da entrega pulsante do viver. A consciência do “não-saber” pode inspirar profundamente a busca de um auto-saber, onde o sentir e o coração são os mediadores. Então me arrisco em dizer. E me lanço na terra, pois a terra me possibilitou saber mais de mim mesma. Como diria Lowen (1993, p.142), “uma vez ligada na terra, a pessoa não mais se mantém ativamente de pé; ela simplesmente permite que a terra a sustente”.

Se somos pó de estrelas, vindos do mesmo lugar, de essência cósmica, e filhos da Terra-mãe, então muitos dos humanos estão doentes, pois se perderam em suas ilusões de grandeza, ao crer que sua racionalidade lhe traz superioridade sobre os demais seres vivos existentes na Terra, ao crer que têm controle sobre tudo na vida, sobre o mundo; ao crer que somos os únicos seres vivos existentes dentro de todo os outros grandes corpos que fazem parte do Universo. Quem sabe, se perderam também por não saber o que fazer com o desconhecido, um personagem importante no teatro da vida. Mas, como diz uma amiga anciã quilombola, uma grande parteira e raizeira, “a natureza ensina”.

6.1. Enfim...?

(...) quase todas as formas de vida têm em comum o fato de se desenvolverem naquela superfície de contato onde a terra e o céu se encontram. É aí que a energia do Sol transforma a matéria da terra em protoplasma. Assim como as árvores, nós seres humanos recebemos nossa energia vital do céu, mas também dependemos da terra como fonte da matéria que constitui os nossos corpos. (Lowen, 1993, p.138)

Terra, que nos dá corpo e nos integra. *Água*, nossas águas profundas e ricas em emoções. *Fogo*, que nos alimenta e nos dá movimento. *Ar*, que nos dá a vida.

Há muitos singulares corpos em nós e estão unidos em sua função de nos fazer viver. Incluir a concepção energética de vida, presente no ser humano e em tudo que existe, em abordagens psicoterapêuticas, a meu ver, é dar um grande passo profundo em direção à natureza mais pura e espontânea que vive em nós. Permitir que essa natureza flua é permitir estar conectado à natureza terrestre e cósmica, à nossa natureza individual e coletiva. O nosso corpo é uma senha de acesso à energia vital cósmica que nos atravessa; às profundezas da nossa alma viventes em cada partezinha dele. O corpo é o nosso templo, a nossa casa, é a morada de elementos que nem sabemos que existe, dos quais não temos consciência; e os caminhos são inúmeros para entrar nessa viagem rumo ao universo interno e resgatar o que um dia ficou contido e guardado e que nos impede de dar passos largos na estrada da vida.

Estar enraizado talvez seja a consciência dessa nossa raiz que é sustentada pela terra e saber nutri-las. É se lembrar que da terra viemos, da raiz umbilical da grande Mãe. Se não tivermos nossas raízes nutridas e cuidadas, os nutrientes não nos são transmitidos por nossas seivas e o vôo não nos é permitido com total entrega, não é pleno.

A viagem foi seguindo por distintas cenas. A energia seguiu por um caminho de fluxos, travas e descobertas. Falar em energia de vida é falar em movimento. É uma pausa em movimento. Deixo aqui uma brecha para que, de certa maneira, isso ainda continue, porém não mais através desse "corpo em movimento" constituído da energia visível de palavras, mas para além dessa dimensão.

REFERÊNCIAS

ANAND, Margo. (1992). *A arte do êxtase: os princípios da sexualidade sagrada*. Série Somma. Rio de Janeiro, RJ: Campus.

BERNARDO, Maykon Quagliotto (2006). *Psicologia e Medicina Tradicional Chinesa: pontos de convergência*. Trabalho de Conclusão. Criciúma, SC: CIEPH.

Disponível em:

<http://www.centroflordelotus.com.br/ebooks/MonografiaMaykonBernardoCIEPH.pdf>

BOADELLA, David. (1985). *Nos Caminhos de Reich*. São Paulo, SP: Summus.

BONDÍA, Jorge Larrosa. (2002). Notas sobre a experiência e o saber da experiência. *Revista Brasileira de Educação*. Jan/Fev/Mar/Abr, n.19, p.20-28. Disponível em:

<http://www.scielo.br/pdf/rbedu/n19/n19a02.pdf>

CARRETEIRO, Teresa Cristina (2005). *Corpo e contemporaneidade*. Em: **Psicologia e Revista**, vol.11, n.17, p.62-76. Belo Horizonte, MG. Disponível em:

<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/per/v11n17/v11n17a05.pdf>

FREUD, Sigmund (1894). *As Neuropsicoses de Defesa*. Em: **Freud Online**. Disponível em:

<http://www.freudonline.com.br/livros/volume-03/vol-iii-5-as-neuropsicoses-de-defesa-1894-die-abwehr-neuropsychosen/>

FREUD, Sigmund. (1905). *Três ensaios sobre a teoria da sexualidade*. Em: **Freud Online**.

Disponível em: <http://www.freudonline.com.br/livros/volume-07/vol-vii-2-tres-ensaios-sobre-a-teoria-da-sexualidade-1905/>

GOLSALVES, Paulo Eiró (1996). *Medicinas Alternativas: os tratamentos não convencionais*. São Paulo, SP: IBRASA.

HENRIQUES, Antonio Roberto de Sousa; EISENREICH, Alessandra da Silva; DE NADAL, Luciana Garbini. (2014). *Navegando na onda do prazer: kundalini e potência orgástica*. Em: Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro, Convenção Brasil-Latinomerica de Psicoterapias Corporais, XIX, XI, III, 2014. Anais. Curitiba: Centro Reichiano. Disponível em:

http://www.centroreichiano.com.br/artigos/Anais_2014/HENRIQUES_Antonio_EISENREIC_H_Alessandra_DE_NADAL_Luciana.pdf

HERMÓGENES, José. (2016). *Autoperfeição com hatha yoga*. Rio de Janeiro, RJ: Best Seller, 57ª ed.

HOLTHAUSEN, Ieve; ANDRADE, Naila; CAMPELLO, Victoria. (2016). *Mandala Lunar 2017*. Revisão por Anelise De Carli. Porto Alegre, RS: Gráfica Calábria.

JUNG, Carl Gustav (1988). *Sincronicidade*. Em: **Obras Completas de Carl Jung**. (1988) Tradução de Pe. Dom Mateus Ramalho Rocha, OSB. Vol. VIII/3, 3ª ed. Petrópolis, RJ: Vozes,

KOPENAWA, Davi; ALBERT, Bruce. (2015). *A queda do céu: palavras de um xamã yanomami*. São Paulo, SP: Companhia das Letras.

LANGRE, Jaques (1977). *Do-in: técnica oriental de auto-massagem*. Rio de Janeiro, RJ: Ground Informação.

LOWEN, Alexander. (1993). *A espiritualidade do corpo: bioenergética para a beleza e a harmonia*. São Paulo, SP: Cultrix; 2ª ed.

MANN, William Edward (1989). *Orgônio, Reich & Eros: a teoria da energia vital de Wilhelm Reich*. São Paulo, SP: Summus.

MENEZES, Gisele de. (2016). *Massagem Indiana*. Apostila de curso intensivo do ano 2016. Porto Alegre, RS.

MENEZES, Lucianne Sant'Anna. (2004). *Pânico: efeito do desamparo na contemporaneidade. Um estudo psicanalítico*. Dissertação de mestrado em Psicologia – Universidade de São Paulo. São Paulo, SP. Disponível em: <http://livros01.livrosgratis.com.br/cp029914.pdf>

Movimento mundial pela Paz e Mudança ao Sincronário das 13 luas - Brasil (2011). *Sincronário versus Calendário e o futuro da civilização*.

MUNDURUKU, Daniel. (2014). *Das coisas que Aprendi*. Com imagens poéticas de Antônio Carlos Banavita. São Paulo, SP: UK'A Editorial.

MURIBECA, Maria das Mercês Maia. (2013). *Da problemática sedução da histeria à enigmática sedução do feminino em Freud*. **Estudos de Psicanálise**, n.39, p.67-80. Belo Horizonte, MG. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ep/n39/n39a08.pdf>

OLIVEIRA, Neida Maria. (2014). *Reiki nível II*. Apostila de curso de Reiki. Instituto Ardas. Rio Grande, RS.

OSHO, (2005). *Tantra: o caminho da aceitação*. São Paulo, SP: Pensamento-Cultrix.

PIERRAKOS, John. (1989). Apresentação em: *Orgônio, Reich & Eros: a teoria da energia vital de Wilhelm Reich*. (MANN, Edward W.). São Paulo, SP: Summus.

REICH, Eva. (1998). *Energia vital pela bioenergética suave*. São Paulo, SP: Summus.

REICH, Wilhelm. (1975). *A função do orgasmo: problemas econômico-sexuais da energia biológica*. São Paulo, SP: Brasiliense.

REICH, Wilhelm. (1998). *Análise do caráter*. São Paulo, SP: Martins Fontes., 3ªed.

RODRIGUES, Henrique José Leal Ferreira. (2008). *A relação entre o corpo e a mente nos escritos de Freud, Lacan e Reich: do fenômeno psicossomático à unidade funcional soma-psyché*. Dissertação (Mestrado em História das Ciências e das Técnicas e Epistemologia) – Universidade Federal do Rio de Janeiro, Instituto de Química, Programa de História das Ciências e das Técnicas e Epistemologia, 2008. Disponível em:

<http://www.ibpb.com.br/2013/Mestrado%20Henrique%20Rodrigues.pdf>

ROUDINESCO, Elizabeth; PLON, Michel. (1998). *Dicionário de Psicanálise*. Rio de Janeiro, RJ: Zahar. Disponível em:

https://monoskop.org/images/c/c9/Roudinesco_Elisabeth_Plon_Michel_Dicionario_de_psicanalise_1998.pdf

SILVA, Alexander Raspa (1997). *Fundamentos da Medicina Tradicional Chinesa*. Apostila. São Paulo, SP. Disponível em:

http://portalsaude.dominiotemporario.com/doc/Alexander_Raspa_da_Silva_-_FUNDAMENTOS_DA_MEDICINA_TRADICIONAL_CHINESA.pdf

TROTTA, Ernani Eduardo. (1999). *Metodologia da Orgonoterapia*. Em: Revista da Sociedade Wilhelm reich/RS, vol.3, n.3.

VIANA, Ralph (2017). *A bioenergia da agressividade*. PIERRAKOS, John. Apostila do curso Training/Formação em Massagens Bioenergéticas. Florianópolis, SC. (2017)

VIANA, Ralph. (2017). *Crânio Sacro*. Apostila do curso Training/Formação em Massagens Bioenergéticas. Florianópolis, SC. (2017)

VIANA, Ralph. (2017). *Descrição da terapia reichiana*, de HOFF Richard. Apostila do curso Training/ Formação em Massagens Bioenergéticas. Florianópolis, SC. (2017)

VIANA, Ralph. (2017). *O que é energia orgônica?* Em: **O manual do acumulador de orgônio**. (DeMeo, James). Apostila do curso Training/ Formação em Massagens Bioenergéticas. Florianópolis, SC. (2017)

VIANA, Ralph. (2017). *Pele Adentro*. Em: **História Natural dos Sentidos**. (Ackerman, Diane). Apostila do curso Training/Formação em Massagens Bioenergéticas. Florianópolis, SC. (2017).

WEINMANN, Amadeu de Oliveira; VITOLA, Eduardo Schneider. (1999). *Wilhelm Reich e a caracterologia psicanalítica*. Em: Revista da Sociedade Wilhelm Reich/RS, Porto Alegre, v. 3, n. 3, p. 80-93, dez., 1999.

WEINMANN, Amadeu de Oliveira. (2009). *As clínicas de Wilhelm Reich: contato psíquico e corrente vegetativa*. Em: Revista Reichiana, ano XVIII, n.18, p.20-31.

WEN, Tom Sintan. (2006). *Acupuntura Clássica Chinesa*. São Paulo, SP: Cultrix.

YOGANANDA, Paramahansa. (1981). *Autobiografia de um Iogue*. São Paulo, SP: Summus.

ZIMERMANN, David Epelbaum (2001). *Vocabulário Contemporâneo de Psicanálise*. Porto Alegre, RS: Artmed.

Sites consultados e complementares

A2 KUNDALINI YOGA. Disponível em: <http://www.a2kundaliniyoga.com/>

BANDEIRA, Denise. *Yoga Lótus*. Disponível em:

<http://www.yogalotus.com.br/oqueeyoga.htm>

BIBLIOTECA VIRTUAL ESPIRITA. O Duplo-Etérico. Disponível em:

[http://bvespirita.com/O%20Duplo-Eterico%20\(autoria%20desconhecida\).pdf](http://bvespirita.com/O%20Duplo-Eterico%20(autoria%20desconhecida).pdf)

BOUDET, Alain. (2013). *Chakras e corpos sutis: sua evolução e desenvolvimento espiritual*.

Em: **Espiritualidade, Ciência e Desenvolvimento**. Disponível em: <http://www.spirit-science.fr/portugues/chakras-pt.html>

CASTANEDA, Carlos. (1998). *Pases mágicos: Las enseñanzas prácticas de Don Juan*. Título original: *Magical Passes The Practical Wisdom of the Shamans of Ancient Mexico*. Tradução: Margarita Cavándoli.

CONSCIENCIA POLITICA. *Os Chakras*. Disponível em:

<http://www.portalconscienciapolitica.com.br/products/os-chakras/>

GANDIVA *História e filosofia do Yoga: uma síntese*. Disponível em:

<http://www.site.gandiva.com.br/historia-e-filosofia-do-yoga-uma-sintese/>

MODA NOS SÉCULOS. Disponível em:

http://modanosseculos.blogspot.com.br/2015/11/1850-1914-era-vitoriana-e-belle-epoque_22.html

MOURA, Luiz; VIANA, Ralph. *Energia da Vida*. Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=w4npGWc7tKE>

OBEROM (2016). *O que é Prana?* Em: Canal Consciência Próspera. Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=Iju9IFknV8g>

SANA (2013). *Século XIX: a moda na Era Vitoriana*. Em: História da Moda. Disponível em:

<http://modahistorica.blogspot.com.br/2013/05/seculo-xix-parte-2-moda-na-era-vitoriana.html>

e <http://modahistorica.blogspot.com.br/2013/05/a-moda-e-o-tempo-mulheres-vitorianas.html>

WEXLER, Tanya. *Histeria*. São Paulo: Imagem Filmes, 2012, 95 min.

YAMRAM. (2015). *Nádis, os meridianos da energia do corpo*. Em: O Grande Jardim.

Disponível em: <https://ograndejardim.com/2015/04/29/nadis-os-meridianos-da-energia-do-corpo/>