



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

TOSTA, Francisco. **O tempo presente na psicoterapia corporal: uma análise do sujeito a partir do aqui e agora**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos.htm). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

1

## **O TEMPO PRESENTE NA PSICOTERAPIA CORPORAL: UMA ANÁLISE DO SUJEITO A PARTIR DO AQUI E AGORA**

**Francisco Tosta**

### **RESUMO**

Este artigo trata-se de uma revisão teórica que discute a idéia do trabalho psicoterapêutico corporal, englobado em uma análise do sujeito a partir do seu presente. Discute-se a possibilidade, através da análise caracterial e somática, de se compreender o funcionamento atual do paciente, buscando nas suas relações sociais as respostas para a flexibilização das couraças, facilitando ao sujeito, um entendimento do seu comportamento e a influência da caracterialidade em seu cotidiano.

**Palavras-chave:** Caráter. Comportamento. Couraça. Ideologia. Psico-corporal.

É importante salientar que as abordagens psico-corporais, como a Análise Reichiana e a Análise Bioenergética, tiveram suas bases teóricas iniciais influenciadas pela psicanálise, mas que aos poucos foram tomando rumos completamente diferentes. Elas têm como direcionamento natural, o desvendar do passado do paciente para a solução das psiconeuroses que se apresentam na vida do sujeito, se tornando dificultadores de suas relações sociais. A checagem de um passado distante que foi determinantemente responsável por um trauma infantil, nos primeiros anos de vida, acarretam o que a Psicologia Corporal chamamos de couraças, ou seja, um enrijecimento que pode ser tanto psíquico (caracterial), como somático (tensões musculares), contribuindo para que estases energéticas se fixem no sujeito e determinem que comportamentos neuróticos se manifestem das mais variadas formas e expressões. Segundo afirma Reich (2004, p. 18):

Todas as neuroses podem ser remontadas ao conflito entre exigências pulsionais recalçadas – entre as quais as sexuais da primeira infância estão sempre presentes – e as forças do ego que as repelem. O resultado do fracasso na solução desse conflito é o sintoma neurótico ou traço de caráter neurótico. Em termos de técnica, portanto, a solução do conflito requer a “eliminação do recalque”; em outras palavras, tornar consciente o conflito inconsciente.



A busca por esse passado traumático e supostamente a sua descoberta, traz para o consciente o que estava recalcado, emergindo desse inconsciente o que Navarro (1996) ressaltava como ab-reações emocionais: choro, raiva e ódio. Facilitavam que este conteúdo recalcado pudesse ser percebido pelo sujeito, e a partir disso, compreendido e supostamente contornado ou diluído, corroborando numa melhor interação sujeito-ambiente. Sendo assim, os traumas individuais só serão aliviados se houver a ligação entre o pensamento do sujeito e a interpretação que se faz de suas sensações e do seu passado, recriando e revivendo a história biopsicossocial do paciente. Entretanto pode-se perguntar em que âmbito na terapia corporal é válido se trabalhar o presente, ou seja, tentar entender a importância do aqui e agora do paciente, isso não somente ao nível psíquico, ou seja, na análise do caráter, mas também ao nível corporal, com utilização de seus *actings* ou exercícios.

A definição do presente vem para explicar o tempo, ou seja, o presente é tudo aquilo que não é passado e não é futuro. O homem é único ser na terra que detém uma noção das diferenças temporais, pois ao contrário de outros animais, o homem desenvolveu algo diferenciado e especial, ou seja, a capacidade de possuir uma consciência. A consciência, como diz Chauí (1999), é um conhecimento das coisas e de si próprio, é saber que tem essa consciência e capacidade de reflexão. A consciência transfere ao homem uma sensação de identidade e essa identidade se cria no Eu. Segundo a mesma autora (1999, p. 117): “é o eu, um fluxo temporal de estados corporais e mentais, que retém o passado na memória, percebe o presente pela atenção e espera o futuro pela imaginação e pelo pensamento”. A sensação de tempo dá-se pela interação do eu, da consciência e do próprio tempo, podendo ser o presente, o passado ou o futuro.

O que acontece com o presente não é determinado, é dinâmico, cabível de consciência e de realidade. Se analisar a concepção do passado, este se mostrará determinado, não dinâmico, consciente/inconsciente. Já o futuro tende a ser indeterminado, não dinâmico, consciente/inconsciente e idealista. Sendo assim, ao contrário do passado ou do futuro, o presente não consegue determinar nada antes de uma ação, isso o faz dinâmico a partir da percepção, e essa percepção vem da consciência, que mostra que determinada ação é



### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

TOSTA, Francisco. **O tempo presente na psicoterapia corporal: uma análise do sujeito a partir do aqui e agora**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos.htm). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

3

real, que existe e que pode-se manipulá-la a partir do Eu. Nos casos do passado e do futuro serem conscientes/inconscientes, variam em ações, pois o sujeito pode lembrar-se de um passado ou almejar um futuro de maneira consciente. Por outro lado, o sujeito pode ser influenciado por ações inconscientes, não controláveis, podendo estar recalcada na memória como um trauma infantil ou simplesmente não ser possível de prever no futuro, como a morte, por exemplo. Sobre a dinâmica temporal comenta Stevens (1988, p. 21):

Nossa idéia do futuro, tal como nossa concepção do passado, é baseada na nossa compreensão do presente. Passado e futuro são nossos palpites sobre o que precede o momento presente e o que se seguirá a ele. E estes palpites ocorrem no presente.

É importante perceber que a elaboração de traumas passados é essencial para o aprofundamento psicoterápico, como direciona a própria teoria psico-corporal. Sem esse aprofundamento, não se consegue uma visualização geral do problema do paciente, atrapalhando a criação de um projeto terapêutico. Porém, estar preso somente as concepções passadas e não visualizar e trabalhar o presente pode, com o tempo, acarretar numa dificuldade no processo de flexibilização caracterial. Sendo assim, não há problemas em trazer o conteúdo inconsciente para o consciente, mas o que se fazer com esses conteúdos no presente.

É certo considerar que simplesmente interpretar um conteúdo pode não surtir o efeito esperado no paciente, quando este conteúdo não é compreendido, sentido e elaborado como um comportamento não adequado em um dado momento. Não basta que o paciente compreenda que a sua oralidade reprimida lhe provoca reações de agressividade e raiva, e que isto lhe foi proporcionado por uma mãe não suficientemente boa, mas como, e em quais circunstâncias, essa agressividade reprimida o prejudica nas relações do presente, na manifestação de comportamentos que lhe traz prejuízos na atualidade. Sobre o homem neurótico e a criação de seus fantasmas dizia Reich (1927), o interesse que o neurótico criou pelo seu mundo imaginário, o impede de agir na realidade. O fato é, depois de compreendida, qual é a dinâmica atual da neurose do paciente?



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

TOSTA, Francisco. **O tempo presente na psicoterapia corporal: uma análise do sujeito a partir do aqui e agora.** Curitiba: Centro Reichiano, 2009. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos.htm). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

4

Compreender e identificar a dinâmica atual da neurose do paciente, o direciona a visualizar os comportamentos manifestos. Trazer o sujeito para o concreto, para a realidade, saindo do hábito somente subjetivo, o proporciona a possibilidade de manipular a sua realidade e entender que um dia, o trauma se instalou, percebendo que no presente, o trauma pode ser elaborado. Comportamentos repetitivos, de fixação infantil, se manifestam na atualidade de determinadas formas, conforme a caracterialidade do paciente, que com o direcionamento do psicoterapeuta, e por responsabilidade própria do paciente (pois ele se auto-regula), possíveis traumas não mais o governarão. Sobre a terapêutica usada por Reich comenta Dadoun (1991) que o mesmo se utilizava como um espelho do próprio comportamento do paciente, trazendo-o com mais assertividade a reflexão da atitude manifesta, e supostamente a análise da situação.

O trabalho corporal com o aqui e agora pode ser utilizado como uma via de acesso as questões e traumas passados do paciente, proporcionando-o um maior contato consigo mesmo, e reconhecendo formas estereotipadas da manifestação de sua caracterialidade. Os próprios *actings* da vegetoterapia ou exercícios da bioenergética facilitam que o paciente discrimine suas dificuldades, sinta as suas limitações e indague sobre os comportamentos manifestos no movimento corporal. Um exemplo dessa manifestação pode ser descrito no *acting* de dizer não, movendo a cabeça de um lado para o outro. Esse movimento facilita que o paciente sinta, escute e perceba a sua dificuldade de dizer “não”, podendo discriminar todos os momentos do cotidiano que precisa dizer um “não”, entretanto fracassa. Sendo assim, o *acting* pode ser utilizado como um instrumento para conscientizar o paciente da sua dificuldade que se manifesta no presente, porém a questão do fracasso pode ser analisada caracterialmente, buscando a história no passado e juntando com situações atuais na investigação caracterial. Sobre a dinâmica atual no trabalho corporal complementam Tosta e Volpi (2007) afirmando que o corpo humano armazena sensações e sentimentos ligados a sua vivência, podendo ser negativas ou positivas, e que reagem a situações que se vive no cotidiano.



É nas ações cotidianas que o sujeito se percebe, seja por si mesmo ou pelo seu meio social/cultural, o grau e a qualidade da suas inter-relações. E são essas inter-relações que balizam o sujeito na consciência e julgamento das suas ações, sejam elas positivas ou negativas. Olhar o cotidiano, o presente, como um dos determinantes que influenciam o sujeito na busca por uma solução psicoterápica, mostra que a via de acesso, a saúde e aos desbloqueios caracteriais e somáticos, podem ser facilitados pela mesma via, ou seja, da realidade atual. Discutindo sobre o problema neurótico, ressalta Reich (1927), o simples fato de, no neurótico, uma grande parte ou até a quase totalidade dos interesses libidinais se retirar dos objetos reais e se deslocar para representações imaginárias, implica já uma menor aptidão para se adaptar a realidade”.

A adaptação da realidade é o que geralmente se almeja alcançar, mesmo que uma determinada realidade seja dolorosa ou não. Um exemplo pode ser retirado de instituições psiquiátricas, onde o foco principal para a saúde de todos os pacientes é a busca pela adaptação a realidade social. Viver no real é baixar a guarda do ideal e trazer o sujeito para o contato com seu presente. O ideal é constituído como algo pronto, que já possui todas as respostas e é capaz de mudar o ambiente sem vivenciá-lo cotidianamente. Sendo assim, quando se busca viver na realidade, é preciso viver passo – a – passo em contato com a respiração e observando o mundo em volta, tendo com este, uma relação dual de aprendizado e ação. No que concerne a ideologia, ressalta Reich (2001), a ideologia social, na medida em que altera a estrutura psíquica do homem, não só se reproduz nele, mas também, se transforma em uma força ativa, num poder material que age de modo diferente e contraditório. Em complemento a essa citação, Chauí (1999, p. 175): “A ideologia assegura, a todos, modos de entender a realidade e de se comportar nela ou diante dela, eliminando dúvidas, ansiedades, angústias, admirações, ocultando as contradições da vida social”. Portanto, o objetivo deste trabalho afirma a tentativa de levantar o pensamento nas abordagens psico-corporais, da importância em abranger o trabalho terapêutico para uma via de mão dupla, ou seja, não olhar a história e a vivência do paciente somente por um viés psicológico, e sim, por uma forma mais completa na análise tanto caracterial,



#### **COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO**

TOSTA, Francisco. **O tempo presente na psicoterapia corporal: uma análise do sujeito a partir do aqui e agora**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos.htm). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

6

quanto somática. O intuito desse artigo, não é desconsiderar a busca ao passado do paciente, mas de complementá-lo e compreendê-lo como um todo, ou seja, tanto como um sujeito histórico-social como um agente potencializador de mudança da sua realidade presente. Desta forma finalizamos com a afirmação de Watzlawick (1984, p. 13): “um outra vantagem de se agarrar ao passado é que não sobra tempo para se dedicar ao presente”.

#### **REFERÊNCIAS**

CHAUÍ, M. **Convite a filosofia**. 12 ed. São Paulo: Editora Ática, 1999.

DADOUN, R. **Cem flores para Wilhelm Reich**. São Paulo: Editora Moraes, 1991.

NAVARRO, F. **Metodologia da vegetoterapia caracterológico-analítica: sistemática, semiótica, semiologia, semântica**. São Paulo: Summus, 1996.

REICH, W. **Análise do Caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

REICH, W. **Psicologia de massas do fascismo**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

REICH, W. **Psicopatologia e sociologia da vida sexual**. São Paulo: Global, 1927.

STEVENS, J. O. **Tornar-se presente: experimentos de crescimento em gestalt-terapia**. 12 ed. São Paulo: Summus, 1988.

TOSTA, F.; VOLPI, J. H. Um retrato da obra “Divina Comédia” de Dante Alighieri e a vegetoterapia de Wilhelm Reich. **Rev. Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, 2007, vol 8.

WATZLAWICK, P. **Sempre pode piorar ou a arte de ser (in)feliz: uma abordagem psicológica**. São Paulo: EPU, 1984.