



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

OS BIOTIPOS DO AYURVEDA E SUA INFLUÊNCIA SOBRE OS TRAÇOS DE CARÁTER

Marcos Teixeira Elias

RESUMO

Ayurveda é uma ciência milenar de cura e longevidade nascida no oriente. Sua leitura da natureza se baseia no conceito dos 5 elementos (terra, água, fogo, ar, espaço) a partir dos quais se formam diferentes biotipos humanos. Estes biotipos são determinados geneticamente conforme a concentração desses elementos em cada indivíduo, gerando características físicas e psicológicas bem definidas. A teoria dos traços de caráter foi desenvolvida pelos psiquiatras Wilhelm Reich e Federico Navarro, nela o indivíduo é compreendido a partir das características que adquiriu devido às experiências emocionais vividas na gestação e infância. Faremos um diálogo dessas duas teorias mostrando como podem ser complementares para um entendimento mais completo do ser humano.

Palavras-chave: Ayurveda, Biotipos, Reich, Caráter, Temperamento

INTRODUÇÃO

Vivemos em um período marcado pelo diálogo entre as culturas. Nunca durante toda a história do planeta se teve indícios de uma troca tão intensa entre os povos, entre seus saberes e ciências, como vemos acontecer hoje em dia. Diante desta fusão de conhecimentos, o cientista de hoje se vê na missão de conciliar os saberes, criando o diálogo entre as ciências que, desenvolvidas no presente ou no passado, no ocidente ou oriente, dizem respeito à vastidão de alcance da inteligência humana como um todo.

É deste modo que me proponho a descrever, neste presente artigo, dois sistemas de compreensão dos tipos humanos. Estes sistemas são a Psicologia Corporal Reichiana e Pós-reichiana, desenvolvidas na Europa e Estados Unidos a partir do século passado, bem como o antigo sistema vedico de medicina e psicologia conhecido por Ayurveda, o qual se presume que tenha se desenvolvido há pelo menos cinco mil anos atrás na Índia Antiga.

No que tange a Psicologia Corporal, daremos atenção ao campo da caracterologia, ou seja, o sistema mediante o qual os tipos de caráter humanos são distinguidos. Já no que compete ao Ayurveda, vamos discorrer sobre os diferentes biotipos formados a partir da combinação dos cinco elementos (terra, água, fogo, ar e espaço) no organismo. Estes dois



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

sistemas tipológicos serão aqui estudados e relacionados justamente por sua afinidade em expressar as variáveis que explicam as diferenças humanas, sendo que o primeiro se atém mais às diferenças surgidas a partir da história de vida (campo da psicologia), enquanto o segundo dá maior atenção às diferenças constitucionais (campo da fisiologia). Como se verá adiante, cada qual destes sistemas têm muito a acrescentar um ao outro.

Nas palavras de Frawley, uma das maiores autoridades do Ayurveda no mundo hoje:

Precisamos compreender a nossa natureza para ter felicidade e bem-estar na vida. De modo semelhante, devemos compreender a natureza dos outros, que pode ser diferente da nossa, para uma interação social harmoniosa. A alimentação adequada a uma pessoa talvez não seja boa para outra. (...) De modo parecido, as condições psicológicas favoráveis para uma pessoa podem não ser convenientes a uma outra. (Frawley, 1996, p. 23)

Buscando aproximar a Psicologia Corporal e o Ayurveda, o objetivo último deste trabalho é o de levantar dados que possam, quando juntos dispostos, enriquecer a nossa compreensão das variáveis que influenciam o caráter e o comportamento humano, e que regem assim os processos de equilíbrio ou desequilíbrio tanto físicos quanto psicológicos.

Parte 1: A Psicologia Corporal e os Tipos de Caráter

Wilhelm Reich foi o precursor do que chamamos hoje de psicologia corporal. Cientista visionário, Reich nos deixou um vasto legado de obras que abrangem o campo da psicologia, da fisiologia, da física e até mesmo da metafísica. Seu destaque enquanto pesquisador teve início com a publicação de “Análise do Caráter”, no ano de 1933. Neste livro Reich descreve o que chamou de tipos de caráter humanos, lançando as bases para o conhecimento ao qual chamamos hoje de caracterologia ou traços de caráter (Navarro, 1995).

Após a publicação de Análise do Caráter, Reich não mais se ateu a esta temática, uma vez que seus esforços passaram a se concentrar nas pesquisas sobre a couraça muscular, o que posteriormente o levou a descoberta da energia Orgone, fundando assim a ciência à qual chamou de Orgonomia. Porém, reconhecendo a importância de se desenvolver um método terapêutico para se trabalhar com os tipos de caráter, Reich atribuiu ao seu discípulo Ola Raknes a missão de sistematizar tal método. Impossibilitado de fazê-lo, Raknes concedeu esta missão ao italiano Federico Navarro, o qual finalmente vem a sistematizar o método terapêutico preconizado por Reich sob o nome de Vegetoterapia Caracteroanalítica.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Em seu trabalho, Navarro diferencia o conceito de temperamento do de caráter, tema fundamental para este artigo, explicando que o primeiro provém de uma base biológica inata, enquanto o segundo é desenvolvido a partir das experiências de vida e das memórias afetivas.

Segundo Navarro:

O conceito de temperamento, entretanto, deve estar ligado ao de constituição, isto é, às bases congênitas do indivíduo. Trata-se das particularidades fisiológicas e morfológicas que diferenciam os indivíduos e, precisamente, como diz Mac Dougall, da soma de seus efeitos sobre a vida mental (e afetiva) do metabolismo, das trocas químicas que se efetuam sobre o organismo. (Navarro, 1995, p. 11)

Navarro faz ainda a observação de que é do temperamento que provêm nossas necessidades, enquanto do caráter provêm nossos desejos. O temperamento é sempre reativo, impulsivo, enquanto o caráter é mais intencional. Desta forma, como veremos mais adiante, é pelo desenvolvimento do caráter que as nossas tendências temperamentais podem ser administradas ou controladas.

Desde a concepção à fase de vida adulta, o desenvolvimento de nosso caráter se dá através de etapas. Cada uma destas etapas traz consigo valores, desafios, descobertas, e formas específicas de se relacionar com o mundo, experimentar a satisfação e se afirmar enquanto indivíduo. Cada uma destas etapas deixa suas marcas, boas ou traumáticas, que se incorporarão à estrutura do nosso corpo e da nossa mente formando os nossos traços de caráter.

A vida de um indivíduo inicia-se no período gestacional, momento em que o feto está em fase de formação e diferenciação do organismo da mãe. Este é um período em que as experiências vividas pela criança irão determinar muito mais o seu temperamento do que o seu caráter, uma vez que esta é uma fase onde o comportamento intencional está pouco manifesto, enquanto as reações instintivas e temperamentais prevalecem.

Lembramos as palavras de Navarro (1995, p.11), que diz que é apenas “a funcionalidade neuromuscular que provoca a formação da caracterialidade e, depois, do caráter.” Isto quer dizer que o caráter começa a ser formado a partir do comportamento intencional da criança, isto é, da ação neuromuscular. Antes disso, predomina a reatividade que é típica do temperamento.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

O temperamento será determinado pelas bases genéticas herdadas dos pais, bem como pelas circunstâncias químicas, endócrinas, energéticas e emocionais vigentes no corpo dos pais no momento da concepção, e no corpo da mãe durante todo o período gestacional.

Segundo Navarro:

Na formação do temperamento, o mais indicado é haver um equilíbrio harmonioso, decorrente de uma homeostase fisiológica e dos componentes endócrinos e neurovegetativos determinantes nos períodos embrionário e fetal. Portanto, uma concepção desejada e amorosa, uma gravidez a mais saudável possível em um clima sereno, com um teor de vida gratificante e uma alimentação equilibrada, propiciarão um desenvolvimento e funcionamento das células e dos órgãos possivelmente mais saudáveis. (Navarro, 1995, p.12)

Para o ayurveda, estas são as mesmas variáveis que influenciarão a constituição do organismo da criança, e a prevalência de um ou outro entre os diferentes elementos que constituem o seu biotipo, como se verá mais adiante.

Assim, do momento da concepção até o término do período de gestação, prevalece o processo de formação do temperamento, o qual será definitivo para o resto da vida. Neste período pré-natal, situações de stress poderão gerar traumas na criança, os quais incidirão sobre seu temperamento deixando fixações embrionárias ou fetais, podendo acarretar formas de psicoses severas tais como o autismo, ou apenas traços psicóticos, caracterizando o que Navarro chama de núcleo psicótico, como veremos adiante. (Volpi e Volpi, 2003)

Durante a gestação e ainda nos primeiros meses após o nascimento, a interação predominante entre o bebê e o ambiente se dá através do que Reich chamou de primeiro nível de desenvolvimento, ou seja, as funções dos olhos, ouvidos, nariz, boca e pele. Esta etapa foi chamada de Etapa de Sustentação por Volpi (Volpi e Volpi, 2002) e corresponde aos períodos embrionário e fetal descritos por Navarro (1995). Este período se refere às primeiras interações da criança com o meio através dos seus sentidos. A passagem saudável por essa etapa estabelecerá uma boa integração da criança com o mundo, proporcionando segurança, um sentido natural de expansão e de busca. Novamente situações traumáticas ocorridas neste período podem ocasionar rupturas no contato com o mundo, formando o núcleo psicótico, caracterizado pelo retraimento, pela esquiva e isolamento. (Volpi e Volpi, 2003a, p.112)

Na seqüência de seu desenvolvimento, a criança entra na fase chamada oral, período descrito por (Volpi e Volpi, 2002) como Etapa de Incorporação, e por Navarro por período neo-



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

natal. Nesta fase o contato com o mundo e a experiência de satisfação se dá predominantemente através da boca. Este é o período da amamentação, em que todo prazer e gratificação provêm através da experiência de ser amamentado. Este é ainda um período mais temperamental do que intencional, uma vez que a criança simplesmente reage aos impulsos de fome e saciedade, e encontra-se na situação passiva de ser provida e suprida. A passagem sadia por esta fase proporcionará um senso de satisfação, abrindo as portas para uma atitude de independência e futura responsabilidade por si mesmo. Uma amamentação deficitária ou o desmame precoce são os traumas típicos desta fase, os quais acarretarão uma vulnerabilidade ligada à emoção de perda, resultando em tendências à depressão, ao sentimento de carência e dependência do outro.

A partir do desmame, que ocorre idealmente por volta do nono mês de vida, inicia-se uma fase em que a mobilidade neuromuscular se fortalece, esta é a chamada Etapa de produção (Volpi e Volpi, 2002), período pós-natal. É nesta fase que tem início a formação do caráter propriamente dito. Esta equivale à fase anal, período em que a criança começa a dominar o controle dos esfíncteres. As experiências desta fase irão determinar o grau de rigidez ou flexibilidade que a criança adotará como forma de comportamento futuro. Estão em jogo neste período características tais como o excesso de controle ou a espontaneidade, a avareza ou a capacidade de entrega.

Após a passagem pela fase anal, ou de produção, que tende a se concluir por volta do terceiro ano de vida, tem início a fase fálica, etapa chamada de Identificação (Volpi e Volpi, 2002). Este é um período em que a descoberta e manipulação dos genitais se tornam a fonte máxima de prazer e o foco do investimento afetivo. Neste momento, a formação da identidade da criança se fortalece através da identificação com o genitor do mesmo sexo, ou no caso do homossexualismo, da identificação com o sexo oposto. Em todos os casos, o que está em jogo nesta fase é a auto-afirmação da identidade sexual, expressa através de atitudes de “exibicionismo fálico”, o que significa que a criança sente prazer em mostrar os seus genitais. Novamente uma educação repressiva poderá ser a fonte de profundos problemas ou ansiedade em relação à vivência da própria sexualidade. Já a supervalorização do exibicionismo infantil tende a criar o excesso de autoconfiança típico dos comportamentos narcisistas.

A entrada na adolescência, a partir dos onze ou doze anos de idade marca o estágio final da formação do caráter e da identidade, período designado por Reich (1995) de



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

fase genital ou estruturação do caráter (Volpi e Volpi, 2002). Neste período teremos a repercussão da passagem por todas as fases anteriores sobre a “formação final” do caráter. Devemos considerar, contudo, que o caráter continua a se formar e se modificar ao longo da vida, e que a importância destas etapas que vão da gestação à adolescência se devem ao fato de serem as experiências mais marcantes e determinantes, em termos de traços de caráter que, uma vez desenvolvidos, tenderão a se perpetuar por toda a vida enquanto um “modus operandi”, um jeito de ser no mundo. Quaisquer modificações futuras dos traços de caráter se darão mediante um sério trabalho de “reprogramação” das fortes marcas deixadas pelas experiências mais primitivas.

Como se pôde perceber, os traços de caráter de um sujeito são decorrentes das experiências vividas nas diferentes etapas do desenvolvimento, desde a gestação até a maturidade. Listamos anteriormente as diferentes etapas ou períodos do desenvolvimento, e agora explicaremos os traços e estruturas caracteriais, de acordo com o que foi sistematizado por Navarro.

Eis a descrição das estruturas caracteriais:

O Núcleo Psicótico

Resultado da fixação da libido no período fetal (da gestação até os dez primeiros dias de nascimento), o núcleo psicótico, segundo Navarro (1995), é um traço de caráter que se expressa mediante comportamentos de esquivas, tendência ao isolamento e dificuldade em sentir, expressar ou receber afeto. Outras características psicológicas são a racionalização, a falta de foco, a confusão e, em casos mais graves, a ausência de identidade biológica e da distinção entre o “eu” e o “outro”. Neste último caso, temos as psicoses propriamente ditas, caracterizadas por uma verdadeira ruptura com a realidade.

Estes traços são decorrentes de experiências como a rejeição intra-uterina provinda da mãe, traumas provindos do parto, carência de contato com a mãe logo após o nascimento, carência de afeto, de calor, de acolhimento e de amamentação. Isto produz marcas na criança que a condicionam à situação de frieza, de isolamento, que é uma reação instintiva e uma tentativa de adaptar-se à situação de não ser querida, de não ser amada. Não encontrando o acolhimento do mundo, representado pela mãe, a criança se recolhe e se fecha dentro de seu próprio mundo.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

A condição energética do indivíduo portador de um núcleo psicótico é sempre de baixa energia, situação que Navarro (1995) descreve como hipoorgonótica. O corpo tende a ser mais frio e a pele pálida, pois a energia está recolhida, voltada para dentro, concentrada no interior do organismo.

A nível corporal, encontraremos comprometimentos no primeiro nível reichiano, que envolve os olhos, ouvidos, nariz, pele e sistema nervoso, os quais são os órgãos que vinculam o recém nascido ao mundo. Assim, são patologias típicas desta estrutura o astigmatismo, a miopia e a hipermetropia, as quais representam uma distorção da percepção da realidade. São comuns as alergias e os problemas de pele (aversão ao contato), rinites e labirintites, bem como as patologias do sistema nervoso (doenças degenerativas, epilepsia, dores de cabeça). Em casos mais graves (psicose), estão presentes as alucinações visuais, auditivas, táteis e olfativas.

O Borderline

Resultado de fixações da libido no período neo-natal (fase oral), os traços borderline se expressam em formas imaturas de se vincular afetivamente. A relação do sujeito oral com o outro é sempre pautado na dependência ou na agressividade.

Navarro (1995) explica que existem dois tipos marcantes de traço oral ou borderline. O primeiro tipo, chamado de oral insatisfeito, se trata de traços desenvolvidos no sujeito por ter recebido uma amamentação escassa ou deficiente, durante todo o período de amamentação. Isto formará marcas de vulnerabilidade ao sentimento de carência, levando provavelmente à tendência depressiva e à dependência.

Já o segundo tipo, chamado de oral reprimido, se trata de casos em que uma amamentação satisfatória foi substituída pela experiência de desmame brusco. Isto formará marcas cujo traço decorrente será a predominante tendência à raiva e à agressividade, pois o outro é sempre visto como aquele que deveria prover satisfação, mas não o fazendo, é digno de receber injúrias.

No primeiro caso, o do oral insatisfeito por amamentação escassa, temos aqueles indivíduos sempre dependentes, os quais buscam mascarar ou superar sua depressividade através da comida, do álcool, do cigarro ou de qualquer outro objeto que possa lhe propiciar uma compensação ao nível oral. Estes são os indivíduos propensos à adicção, pois são motivados pelo sentimento de falta e pela tentativa de obter algo que possa supri-los. Por isso



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

comem loucamente, bebem ou fumam em excesso. Quando não encontram a satisfação oral, caem vítima da depressão.

Já no segundo caso, o do oral frustrado pelo desmame brusco, temos aqueles indivíduos que se vinculam sempre de forma raivosa, sentem raiva do outro por ele não ser capaz de satisfazê-los completamente. Diferente do primeiro caso, ao invés de buscar compensação na comida, bebida ou cigarro, estes indivíduos mascaram ou compensam sua tendência à depressão explodindo e brigando.

A condição energética do sujeito oral é de boa carga de energia, porém mal distribuída, situação que Navarro descreve como desorgonótico. A nível corporal, encontraremos comprometimentos no segundo nível reichiano, que envolve a boca, maxilares e base do crânio. São patologias típicas o bruxismo, a obesidade, a bulimia, o tabagismo e alcoolismo, bem como a depressão e a irritabilidade.

O Psiconeurótico

Resultado da fixação da libido no período pós-natal (após o desmame), especificamente na fase anal, os traços característicos deste tipo são o masoquismo, bem como a obsessão e a compulsão.

A fase anal é o período caracterizado pelo advento da intencionalidade neuromuscular, a qual se carrega de importância afetiva no que concerne ao controle dos esfíncteres. As experiências desta fase variam entre a possibilidade da criança lidar espontaneamente com o ato de defecar, ou em caso de rigidez e metodicidade por parte dos pais, no excesso de controle e esquematismo que a criança irá assumir e carregar como tendência de comportamento.

O traço masoquista é decorrente da repressão do instinto básico de sentir prazer, da ausência de liberdade em experimentar o prazer. Esta liberdade é impossível para o masoquista porque dela adviria a culpa. O masoquista é aquele que sempre suporta, tolera, se chateia e se reprime, sendo uma atitude típica adquirida quando a criança interpreta que deve conter suas fezes, que deve “segurar e reter até o último momento”. Esta contenção é sentida como auto-agressão, e o masoquista é aquele que se auto-agride, que odeia a si mesmo e sempre sente culpa de sua satisfação. Isto é decorrente da impossibilidade tanto de sentir prazer, o que representaria amor por si mesmo e senso de liberdade, quanto da impossibilidade de se expressar, e principalmente de expressar sua raiva, sua discordância em



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

relação ao outro. Para não discordar do outro, o masoquista sempre aceita, se submete, e isto é o que acontece com a criança que retém as fezes. Para não chatear os pais (por exemplo, quando faz cocô nas calças), ela se submete, se contém e se reprime, chateando a si mesma.

Muito típico em pessoas com esse traço são as doenças psicossomáticas decorrentes da repressão de emoções. As emoções, quando represadas no corpo, formam uma espécie de acúmulo tóxico de energia, gerando disfunções de variados tipos, entre os quais se inclui o câncer. A este típico enrijecimento e contenção das pulsões naturais, Reich chamava de Peste Emocional.

Segundo Volpi e Volpi:

O masoquismo é um comum denominador da humanidade e a ansiedade é sempre uma ansiedade de espera que nasce da culpabilidade incutida na pessoa, conscientemente ou inconscientemente, por uma educação moralista e repressora que faz com que a criança sempre se sinta culpada pelos seus atos. (Volpi e Volpi, 2003b, p. 32)

Já o traço obsessivo-compulsivo se manifesta por meio do excesso de controle, dos esquematismos, da obsessão pela ordem. Estes traços são advindos da necessidade de se manter a ordem para impedir a manifestação do prazer, que uma vez entendido como proibição e digno de culpa, seria motivo para sentir angústia. Assim, a obsessão pela ordem é uma forma de defesa e ao mesmo tempo de segurança.

O obsessivo é sempre rígido, intransigente, e tende a ter tudo programado e a querer que tudo seja previsível. Assim, são pouco criativos e espontâneos, pois qualquer coisa que se desvie do programado causa extremo incômodo e angústia. São extremamente detalhistas e perfeccionistas, e são incapazes de tolerar seus próprios erros. Tendem a ser muito críticos e estão sempre prontos para apontar as falhas alheias. Uma vez que não podem relaxar e aceitar a si mesmos, são incapazes de aceitar o outro. Uma vez que não se permitem entregar-se ao prazer, não podem aceitar o prazer do outro.

Tanto o traço masoquista quanto o obsessivo-compulsivo são decorrentes de uma educação severa e proibitiva, ligada a uma conduta ansiosa e rígida dos pais em relação ao controle dos esfíncteres da criança. Isto leva à perda da naturalidade e à contenção do prazer (que no caso da fase anal está vinculado à liberdade de defecar), o qual passa a ser visto como algo sujo, proibido.

A condição energética do indivíduo psiconeurótico é de alta carga energética (energia acumulada pela repressão), porém mal distribuída, condição à qual Navarro chamou de



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

hiperorgonótico-desorgonótico. Esta energia acumulada pode ser a fonte de uma série de biopatias, pois a energia bloqueada e estagnada tende a se tornar tóxica. A nível corporal, teremos comprometimentos principalmente no terceiro e quinto níveis Reichianos, que compreendem o pescoço e a região diafragmática. A região do diafragma é tensa devido à constante sensação de angústia, traço masoquista ligado à culpa e ansiedade. O pescoço é rígido como mecanismo de controle e defesa contra a ansiedade.

São patologias típicas desta estrutura caracterial a rigidez do pescoço, acarretando em dores, torcicolos ou artrose cervical, bem como hiper ou hipo-tireoidismo. A tensão ao nível diafragmático é freqüente causa de lordose lombar.

O Neurótico

O caráter neurótico é aquele que mais se aproxima de um caráter maduro. Em termos de fixação da libido, os traços de caráter são decorrentes da passagem pela fase fálica, período em que a criança investe seus órgãos genitais de valor afetivo, e suas características dizem respeito à elaboração da própria sexualidade. São produtos deste período os traços histérico e fálico-narcisista.

A partir da fase fálica, o narcisismo se fortalece enquanto traço de caráter se houver uma supervalorização, por parte dos adultos, da sexualidade e exibicionismo da criança. A criança passa a investir-se de super-poderes, afirmados pela sua genitalidade, o que recebe apoio e incentivo por parte dos adultos. O narcisista é assim um encantado pelo poder, busca ser e poder sempre mais do que os outros, e seu comportamento é sempre sedutor, de querer mostrar-se.

O indivíduo narcisista tende a se vincular apenas para receber elogios e honrarias, e é incapaz de se doar ou de reconhecer a grandeza do outro. Pelo contrário, ostenta sempre superioridade e é sádico para com os outros. Na verdade, está sempre enamorado apenas de si mesmo. Segundo Navarro, sua energia é investida e reinvestida em si próprio, numa espécie de “solilóquio autocelebrativo”. (Navarro, 1995, p. 66) Sua necessidade é sempre de se auto-afirmar, tendência que oculta por detrás de si o medo da castração, e muitas vezes o sentimento de impotência ou inferioridade.

Os traços histéricos se assemelham ao narcisismo, porém numa versão mais feminina. São em geral mulheres sedutoras, que fazem de tudo para ser o centro das atenções. São bastante sexualizadas, mas na eminência de concretizar a sua sexualidade, se retraem. Seu



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

prazer e gratificação residem em incitar o desejo do outro, porém são incapazes de se entregar verdadeiramente.

Em geral, os traços neuróticos narcísicos e histéricos se manifestam fisicamente no encorajamento dos segmentos torácico e pélvico (4º e 7º níveis reichianos). O tórax (peito) é tenso e hiper-extendido, manifestação somática da necessidade de manter a ostentação e a aparência de superioridade. No que diz respeito à tensão pélvica, é a expressão da incapacidade de entregar-se ou doar-se à própria sexualidade.

A condição energética do indivíduo neurótico é de um excesso de energia, condição descrita por Navarro de hiperorgonóticos. O excesso é um sintoma da impossibilidade de descarregar, de relaxar e se entregar, pois assim como o psiconeurótico, o neurótico também experimenta a angústia em relação à própria sexualidade.

O Caráter Genital

Se a criança passar por todas as etapas do desenvolvimento sem sofrer comprometimentos entre seus impulsos naturais e as frustrações impostas a ela por uma educação moralista e repressiva, será capaz de chegar ao que Reich (1933) denominou de caráter genital, auto-regulado, sem bloqueios. No entanto, se os impulsos dessa criança forem frustrados, reprimidos de forma severa, bloqueios se constituirão, e como resultado, ocorrerão as fixações da energia na fase do desenvolvimento em que a criança se encontra, deixando, por sua vez, registros que mais tarde serão incorporados ao caráter da criança, que passará a ser neurótico e não mais genital. (Volpi e Volpi, 2002, p. 129)

O caráter genital tem a liberdade como sua principal conquista, ele não está preso a marcas do passado que o condicionam, é livre para pensar, sentir e expressar-se, e possui uma plena capacidade de auto-regulação e senso de responsabilidade por si próprio. É capaz de aceitar a si mesmo e ao outro de forma realista, sem necessidade de críticas, julgamentos e distorções. Por isso, é também capaz de amar verdadeiramente, tanto a si mesmo quanto aos outros. Este é de fato um verdadeiro colaborador da vida, e sua presença é sempre uma luz para a humanidade.

2ª. Parte: O Ayurveda e os Tipos Constitucionais



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Ayurveda significa, literalmente, ciência da vida, e seu pressuposto é o de que é apenas através do conhecimento e do respeito pela sua constituição inata que um indivíduo pode manter-se saudável, alcançar seus objetivos na vida e ter consciência de sua missão no mundo.

Segundo Lad:

Ayurveda é um sistema holístico de medicina surgido na Índia e largamente praticado naquele país. A palavra Ayurveda é um termo sânscrito que significa “ciência da vida”. *Ayu* significa “vida” ou “modo diário de vida”, e *Veda* “conhecimento”. Ayurveda foi primeiramente registrada nos *Vedas*, a mais antiga literatura existente no mundo. Na Índia, esse sistema de cura vem sendo praticado na vida diária por mais de cinco mil anos. (Lad, 1997, p. 19)

Importante, contudo, entender que esta ciência do Ayurveda, embora desenvolvida e praticada por um povo em especial, os indianos, não restringe o seu saber às questões culturais particulares destes. Como veremos adiante, o Ayurveda parte de pressupostos universais, porquanto os fundamentos da vida humana são os mesmos, independentes de região, raça ou tradição.

Os sábios do passado que desenvolveram o Ayurveda percebiam que tudo é composto pela combinação de qualidades da natureza, as quais se apresentam na forma de pares de opostos. Elas são o quente e o frio, o claro e o escuro, o móvel e o imóvel, o seco e o úmido, o masculino e o feminino, o positivo e o negativo, etc. O agrupamento destas qualidades formam “estados” da matéria que podem ser divididos num modelo chamado de Pancha Mahabhutas, os cinco elementos, a saber terra, água, fogo, ar e espaço.

Elemento Terra

O elemento terra representa a energia (ou matéria) no seu estado sólido. Manifesta as qualidades da firmeza, inércia, sustentação e estabilidade. Terra é tudo aquilo que dá base, e a nível psicológico, é o elemento que provê segurança, autoconfiança, produz calma, centramento e integridade. No dito popular, dizemos que uma pessoa centrada é uma pessoa “pé no chão”, no sentido de estar enraizada, ser coerente e prudente. O elemento terra em excesso produz todos os males que envolvem torpor ou inércia, tais como depressão, excesso de preguiça, falta de motivação, apegos excessivos e resistência a mudanças. Pessoas com este elemento em predominância tendem a priorizar a segurança e o conforto acima de qualquer outra aspiração.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Elemento Água

O elemento água representa a energia (ou matéria) em seu estado líquido. Manifesta as qualidades da volatilidade, maleabilidade, adaptação e fertilidade, pois a água é sempre o elemento a partir do qual a vida é gerada. Tanto a nível físico quanto psicológico, o elemento água se vincula à experiência do prazer, à sensualidade e à sexualidade. Pessoas que possuem este elemento em predominância são mais “libidinosas”, tendem a realmente priorizar as experiências de prazer acima de qualquer outra coisa.

Elemento Fogo

O elemento fogo representa a energia de calor e luz. Manifesta as qualidades do movimento, da ignição, da capacidade de mover-se em busca de algo, da potência para queimar e consumir. Uma característica marcante da luz e do calor é a de irradiação, a tendência a se projetar. A nível psicológico, atua como obstinação, gosto pelos desafios e empreendimentos, sede de conquistas e de poder. Pessoas dominadas por este elemento tendem a ser mais competitivas, gostam de esportes radicais, tendem a ser muito empreendedoras e ocupar cargos de liderança, são muito disciplinadas e organizadas, e possuem hábitos bastante regulares. O elemento em excesso pode gerar males como obsessões e compulsões, impulsividade, ira, explosões de raiva, excesso de cobiça e manias de controle. Pessoas com este elemento predominante tendem a valorizar o poder acima de qualquer outra aspiração.

Elemento Ar

O elemento ar representa a energia (ou matéria) em seu estado gasoso. Manifesta as qualidades da instabilidade, inquietude, do movimento brusco, da leveza, sutileza, adaptação, da tendência a subir e flutuar. Pessoas dominadas por este elemento são aquelas a quem chamamos “cabeça de vento”. Tendem a ser distraídas, muito ativas e envolvidas com dezenas de atividades ao mesmo tempo. São muito inquietas e curiosas, e têm muita sensibilidade artística. Geralmente mais desleixadas e pouco atenciosas para com o próprio corpo, por vezes se esquecem de comer e têm hábitos totalmente irregulares. O excesso do elemento ar leva para o alto, para a perda de contato com a terra. Os sintomas deste excesso são males como o medo, o pânico (carência da segurança provinda do elemento terra), a ansiedade e outros



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

males decorrentes da instabilidade e inquietude, tais como insônias, tremores, agitação e confusão mental (mania). Pessoas em que este elemento predomina tendem a priorizar as transformações e a liberdade acima de qualquer outra aspiração.

Elemento Éter

O elemento éter é o que chamamos de espaço. Consiste no “campo” onde repousam todos os outros elementos e possui os atributos da vastidão, do ilimitado, do amorfo e imperceptível. A nível psicológico, este elemento manifesta as aspirações espirituais e a capacidade intuitiva de perceber e sentir aquilo que está para além dos sentidos. Pessoas que possuem este elemento predominante são sensitivas e desapegadas, valorizam as experiências espirituais e transcendentais acima de quaisquer outras.

A visão do corpo humano segundo o Ayurveda

Segundo o Ayurveda, todo organismo humano é composto dos elementos terra, água, fogo, ar e éter, porém cada corpo é único no que se refere à combinação e proporção destes cinco elementos. Em sentido fisiológico, dividimos os cinco elementos no corpo da seguinte maneira:

Éter: no corpo humano há muitos espaços, tais como as cavidades da boca, nariz, trato gastrointestinal, trato respiratório, abdome, tórax, vasos capilares, linfáticos, tecidos e células. Estes espaços presentificam o elemento éter do corpo.

Ar: o espaço em movimento é o que chamamos de ar. No corpo humano, está presente no movimento dos músculos, nas batidas do coração, na expansão e contração dos pulmões, no peristaltismo dos órgãos em geral e em todos os impulsos nervosos.

Fogo: se faz presente no metabolismo do corpo, que é a fonte de todo o calor. Concentra-se no sistema digestivo, ativa o funcionamento das retinas e também a inteligência (luz) proveniente das células nervosas. Todo o metabolismo e sistema de enzimas são controlados por este elemento.

Água: presentifica-se nas secreções, sucos digestivos, glândulas salivares, membranas mucosas, plasma (parte líquida do sangue) e citoplasma, além de ser a base dos fluídos sexuais.

Terra: presentifica-se nas estruturas sólidas do corpo como os ossos, músculos, tendões, cartilagens, unhas, pele, cabelos e tecidos. (Lad, 1997, p. 24-25)



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Da observação de como estes cinco elementos (mahabhutas) se combinam em diferentes proporções no corpo físico, surgiu a tipologia ayurvédica do *tridosha*, a partir da qual são enumerados três biotipos fundamentais:

1- Biotipo Kapha: caracterizado pelos elementos terra e água predominantes.

2- Biotipo Pitta: caracterizado pelos elementos fogo e água predominantes.

3- Biotipo Vata: caracterizado pelos elementos ar e éter predominantes.

Assim, baseado neste princípio da predominância dos elementos na constituição corpórea, teremos o que chamamos de indivíduos de constituição kapha, pitta ou vata puros, ou ainda indivíduos que apresentam constituição mista tal como kapha-pitta, pitta-vata, vata-kapha ou kapha-pitta-vata.

A importância de compreendermos estas diferentes constituições é porque a partir delas podemos compreender qual a condição específica de equilíbrio ou homeostase para cada biotipo. A proporção inata dos elementos definem o biotipo e a constituição normal sadia do corpo, porém, quando um destes elementos se acentua ou se reduz em relação à esta constituição e equilíbrio inatos, então verificamos uma condição patológica.

Segundo o Ayurveda, a constituição individual é determinada no momento da concepção, quando as características e condições energéticas dos pais se unem para formar as características do embrião. Assim, não só a constituição genética dos pais são determinantes, mas também as condições fisiológicas e energéticas presentes no momento da concepção.

A constituição básica de cada indivíduo é determinada no momento da concepção. Na fertilização, a unidade individual masculina, o espermatozóide, une-se ao elemento individual feminino, o óvulo. No momento dessa união, a constituição do indivíduo é determinada pelas permutações e combinações do ar, fogo e água corporais que se manifestam nos corpos do pai e da mãe. (Lad, 1997, p. 30)

Esta constituição básica permanecerá a mesma durante toda a vida do organismo. Isto condiz com a noção da psicologia corporal, que diz que o temperamento não pode ser modificado, apenas prevenido. Assim, a condição de saúde e equilíbrio de um indivíduo será a manutenção da combinação inata dos elementos em seu organismo.

Compreensão do três Biotipos (tridosha)



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Segue-se aqui uma descrição das características de cada um destes biotipos em sua condição pura:

O biotipo Kapha

Kapha é o resultado da predominância dos elementos terra e água no organismo. Segundo o Ayurveda as pessoas kapha apresentam constituição física de grande porte, com ossos e músculos fortes e tendência a serem mais resistentes e pesadas. Geralmente possuem bastante acúmulo de líquido no corpo, bem como têm a tendência a acumular gorduras e mucosidade. Possuem digestão e metabolismo lentos, mas um forte sistema imunológico.

O indivíduo kapha tende a um temperamento mais pacífico e calmo, são pessoas muito ligadas às emoções e dispostas a se afeiçoarem e se apegarem às pessoas facilmente. Têm tendência a fazer as coisas de forma devagar e possuem muita dificuldade em lidar com mudanças ou períodos de instabilidade. De um modo geral são pessoas mais voltadas para o repouso, não gostam muito de atividade física. Conseguem relaxar e descansar facilmente e tendem a ser mais acomodadas.

Os males que afligem o indivíduo kapha são decorrentes da tendência ao torpor e inércia, bem como aos apegos e indisposição para as mudanças. Ao nível físico, os males giram em torno da tendência a acumular e reter. São males do tipo kapha a depressão, a falta de ânimo e motivação, a obesidade, os níveis altos de gorduras, doenças por acúmulo de muco tais como rinites, sinusites, bronquites e asma.

Psicologicamente, kapha em equilíbrio proporciona tolerância, calma, compreensão, amorosidade e boa memória. Em excesso, pode levar à cobiça, possessividade, apegos e inveja. (Lad, 1997 / Frawley, 1996)

O biotipo Pitta

Pitta é o resultado da predominância dos elementos fogo e água no organismo. São pessoas de estrutura mediana, com metabolismo ágil e o corpo mais quente do que os demais doshas, por isso tendem a ter excessiva transpiração. Costumam ter a pele e unhas mais rosadas, sentem muita sede e têm grande apetite.

O indivíduo Pitta tende a um temperamento mais explosivo, é bastante ativo e obstinado, ao mesmo tempo muito inteligente e perspicaz. Estas pessoas tendem a ser mais



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

controladoras e têm sede por liderança, geralmente sendo bons oradores. Gostam de atividades físicas, de movimento e de desafios. São mais propensos à raiva, ira, ciúme, obsessão e compulsão, bem como à impulsividade. Tendem a valorizar muito o poder acima dos próprios sentimentos e emoções. Têm mais dificuldade em experimentar a calma e o relaxamento do que os indivíduos kapha.

Os males que afligem o indivíduo Pitta são geralmente aqueles decorrentes do excesso de calor no corpo, tais como inflamações, problemas de pele, problemas gástricos, dores de cabeça e hiper-acidez. Os males psicológicos são a obsessão, compulsão, impulsividade, raiva, agressividade, excesso de controle. Psicologicamente, Pitta em equilíbrio proporciona coragem, motivação para enfrentar os desafios da vida, inteligência aguçada, foco, senso de justiça e ética. (Lad, 1997 / Frawley, 1996)

O biotipo Vata

Vata é o resultado da predominância dos elementos ar e éter no organismo. São pessoas de estrutura magra, costumam ser leves e bastante ativas, muito propensas ao emagrecimento. Têm o sistema imunológico mais frágil que os demais doshas. Possuem a pele mais seca, as articulações menos lubrificadas e pouco calor e reservas de gorduras. Sua sede e apetite são bastante instáveis. São mentalmente bastante estimuláveis, e frequentemente gastam muito mais energia do que possuem, ficando rapidamente cansadas.

O indivíduo vata tende a um temperamento mais ativo e dinâmico, muito comunicativo, curioso e criativo, geralmente são grandes artistas, reformadores e revolucionários. Estão sempre ansiando por inovações, mudanças, gostam do movimento e da transformação. Costumam envolver-se com muitas atividades ao mesmo tempo, porém carecem de determinação e constância para manter estas atividades por longo tempo. A compreensão mental é ágil, porém a memória é curta. Aprendem e esquecem facilmente.

As pessoas vata, embora muito dinâmicas, tendem a ser muito inquietas, agitadas e instáveis. Têm pouca confiança, paciência e tolerância e frequentemente se debelam com os sentimentos de medo, ansiedade e nervosismo. São mais propensas a preocupações e têm muita dificuldade em alcançar relaxamento, paz e estabilidade. Por outro lado, são muito desapegadas, têm pouca preguiça e muita pró-atividade.

Os males que afligem o indivíduo vata são geralmente devido ao excesso de estímulo e movimento. São comuns o stress, a fadiga, a falta de apetite, a preocupação, problemas de



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

tonturas, tremores, hipertensão, mania, síndrome de pânico, medos e insônia. (Lad, 1997 / Frawley, 1996)

Parte 3 – Psicologia Corporal e Ayurveda: Conciliando os Saberes

Quando nos propomos a realizar um trabalho terapêutico, seja no âmbito da medicina, da psicologia ou de outras terapias, sempre nos defrontamos com a tarefa de estabelecer um diagnóstico. Isto quer dizer que devemos buscar referências que nos dêem uma compreensão de qual a natureza particular da pessoa com quem estamos lidando, quais são suas características essenciais e qual é a natureza do distúrbio sobre o qual pretendemos intervir.

Assim, no que compete às duas ciências neste trabalho descritas, ressaltamos que elas podem ser utilizadas de forma complementar uma a outra. Do ponto de vista clínico, podemos conciliá-las estruturando um método de diagnóstico que inclua e delimite uma análise temperamental e constitucional paralelamente à análise dos traços de caráter.

Neste ponto de vista, a análise da constituição pode ser sempre o ponto de partida, uma vez que, partindo da compreensão ayurvédica, podemos analisá-la a partir das características físicas que são diretamente observáveis. Para isso, o uso de um teste de avaliação ayurvédico pode ser muito útil. A partir da definição da constituição do biotipo (vata, pitta ou kapha), poderemos prever quais são as tendências de temperamento a influenciar o comportamento e o caráter.

A constituição e a base temperamental são sempre muito determinantes para o desenrolar da formação do caráter de um indivíduo. Isto porque uma mesma experiência afetará de maneiras diferentes os indivíduos que possuem constituições diferentes. Tomemos um exemplo: se observarmos um indivíduo de constituição Pitta, poderemos perceber que seu corpo é sempre mais quente, sua pele mais avermelhada, suas unhas são rosadas, seu apetite e sua sede são bastante acentuados. Pensemos neste indivíduo quando criança, com um forte apetite e o sangue quente em suas veias, com uma natureza muito propensa às explosões e à raiva. Se nos remetermos à sua fase de amamentação, iremos encontrar grande chance de que sua reação à falta do seio tenha se traduzido em traços orais agressivos. Esta situação é muito diferente da de um indivíduo de constituição Kapha, que mais calmo e pacato, ao passar pela mesma experiência de amamentação deficiente, tenderá a reagir com a depressão.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Desta forma, percebemos como a análise da constituição está sempre na base, dando apoio à análise do caráter. Tomemos um outro exemplo: se pegarmos um indivíduo Vata, o qual tem por constituição inata uma tendência à dispersão mental, à insegurança e instabilidade. Certamente este indivíduo será muito mais propenso a manifestar as marcas de um trauma no período fetal, o qual caracterizaria traços do núcleo psicótico, do que um indivíduo de constituição kapha, o qual traz em si grande predisposição para os vínculos e para a busca do prazer. Isto quer dizer que um indivíduo kapha resistiria muito melhor aos traumas do período fetal do que um indivíduo vata.

Em geral, podemos perceber que os indivíduos vata coincidem em muito sua descrição com a que se faz de um núcleo psicótico: corpo magro e frio, mente dispersa e inquieta, instabilidade nos vínculos e dificuldade em sentir segurança. Já os indivíduos kapha, por sua vez, coincidem em muito com a descrição que se faz dos traços orais: corpo robusto, forte vínculo com os prazeres da língua, tendência ao apego e à dependência afetiva. Por sua vez, indivíduos pitta coincidem em muito com a descrição dos traços psiconeuróticos e neuróticos: corpo atlético, tendência ao controle e obstinação, comportamento narcísico e anseio de poder e liderança. Isto parece comprovar a idéia de que a tendência temperamental deverá sempre influenciar a formação do caráter, ou seja, os indivíduos de diferentes temperamentos tendem a reagir de formas diferentes às mesmas experiências infantis, fixando-se ora mais em umas do que em outras, de acordo com sua predisposição constitucional.

Assim, a análise do caráter e a análise do temperamento e da constituição devem e podem se complementar. Isso trará uma compreensão mais realista de que aspectos do comportamento podem efetivamente ser modificados (traços de caráter), e que aspectos, por sua vez, não podem ser mudados, senão que administrados pelo caráter (traços constitucionais de temperamento). Esta distinção é importante no contexto terapêutico, pois também nos dá a dimensão de como conduzir um indivíduo particular ao que seria o seu estado de maior equilíbrio psíquico e homeostase física, respeitando a sua constituição inata. Assim por exemplo, não podemos eliminar a propensão à raiva presente em um indivíduo pitta, porém podemos transformar esta qualidade na forma de coragem, bravura e senso de justiça. Da mesma forma, seria inútil tentar transformar um indivíduo kapha, com tendências a ser mais lento e sentimental, em um indivíduo desapegado e super-dinâmico. Porém, podemos transformar esta tendência sentimental que no caso do oral, se expressa na forma do apego, da dependência e lamentação, em uma tendência mais leve de expressar o amor, a confiança



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

e a capacidade de formar bons vínculos. Em suma, as transformações que buscamos no caráter devem respeitar as tendências constitucionais inatas, buscando explorar as boas qualidades que se encontram em potencial em cada tipo constitucional. Isto faz com que o processo terapêutico produza não apenas a cura, mas o desenvolvimento do potencial particular de cada indivíduo.

Para concluir, gostaria apenas de frisar que cada ser humano é sempre único em sua história de vida e em sua constituição inata. Os sistemas tipológicos nos ajudam, como uma lente, a aproximar o nosso olhar míope para perceber em detalhes a riqueza de cada pessoa. Sem estes sistemas, nossa visão seria vaga e sem profundidade. Porém, quando se trata de verdadeiramente conhecer um ser humano, devemos lembrar que os métodos são relativos, e que em algum momento teremos de ir além de qualquer conceito ou preconceito, de qualquer regra ou lei, pois o fenômeno humano é sempre uma caixa de surpresas, uma divina manifestação do poder criativo e transformador da natureza.

REFERÊNCIAS

- FRAWLEY, D. **Uma visão ayurvédica da mente**. São Paulo: Pensamento, 1996.
- FRAWLEY, D. **Yoga for your type**. Nova Delhi: New Age Books, 2003
- LAD, V. **Ayurveda, ciência da autocura**. São Paulo: editora Ground, 1997.
- NAVARRO, F. **Characterologia pós-reichiana**. São Paulo: Summus, 1995.
- REICH, W. **Análise do Caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.
- VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2002.
- VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Reich: da psicanálise à análise do caráter**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003a
- VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Reich: da vegetoterapia à descoberta da energia orgone**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003b



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ELIAS, Marcos Teixeira. Os biotipos do Ayurveda e sua influência sobre os traços de caráter. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 24º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2019. [ISBN – 978-85-69218-04-3]. Disponível em: <http://centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

AUTOR E APRESENTADOR

Marcos Teixeira Elias / Curitiba - PR

Psicólogo formado pela UFPR (2003), especialista em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano (2006), professor de yoga pela Krishnamacharya healing and yoga Foundation e terapeuta ayurvedico pela Yoga Brahma Vidya Laya e International Academy of Ayurveda de Pune. Atua como psicoterapeuta, terapeuta ayurvedico e professor, sendo também diretor do centro de yoga e terapias integradas Gandiva em Curitiba

E-mail: mahamuni_das@hotmail.com

Este artigo veio acompanhado da DECLARAÇÃO DE CIÊNCIA DA NÃO VIOLAÇÃO DE DIREITOS AUTORAIS DE TERCEIROS, de posse do Centro Reichiano.