



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SILVEIRA, Iáscara F.; MACHADO, Tatiane M. P. Amores líquidos em tempos líquidos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 27º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN - 978-65-89012-03-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

AMORES LÍQUIDOS EM TEMPOS FLUÍDOS

Iáscara Fredrich da Silveira¹
Tatiane Marili Pereira Machado²

RESUMO

O presente artigo revisita as teorias de Lowen, abordando o tema de “Amores Líquidos”, um conceito cunhado pelo sociólogo Zygmunt Bauman, sobre o amor e a entrega afetiva, analisando os desafios presentes nas relações rasas contemporâneas. Ele explora os desafios das relações superficiais contemporâneas e destaca a importância de reconhecer bloqueios emocionais para construir vínculos profundos. O estudo sugere a importância do reconhecimento de bloqueios emocionais e como podemos diminuir o medo de viver a intimidade, sendo um elemento crucial para construir vínculos mais profundos e autênticos. Ao examinar as barreiras à entrega afetiva, como a prevalência da superficialidade nas interações atuais, o estudo propõe uma reflexão sobre como o amadurecimento emocional pode superar esses desafios.

Palavras-chave: Amor líquido. Bauman. Freud. Lowen. Relacionamentos.

Vivemos numa sociedade em que queremos que nossas relações sejam como nossas redes sociais: rápidas e cheias de aprovação momentânea, sem realmente entender o que as interações pessoais e o amor significam. Filmes e séries frequentemente retratam o amor como algo que vem de fora para nos salvar, mas isso nem sempre é verdade. Para falarmos sobre amores “líquidos”, precisamos entender o significado do amor. Sobre o amor, Freud comenta em seu livro “Totem e Tabu”: O amor e a fome regem o mundo. Amor e desejo não se limitam a ser forças motivadoras; eles são as forças formativas da civilização. (Freud, 1996, p. 90).

Esta citação ressalta a complexidade do amor, sua conexão com emoções primitivas e instintos humanos, além de destacar a perspectiva de Freud sobre a importância central do amor nas motivações humanas e na formação das estruturas sociais.

Ao estudarmos a psicologia infantil, percebemos que nossa infância molda nossos relacionamentos. As experiências positivas e negativas com nossos pais nos deixam marcas que influenciam como nos relacionamos quando adultos. Muitas vezes, projetamos nossas feridas emocionais em nossas relações, o que pode dificultar a conexão verdadeira. Lya Luft sintetiza isso ao dizer: “A infância é um chão que pisamos a vida inteira.”

Todo sentimento de amor adulto decorre dessa camada infantil da personalidade. O desejo de contato íntimo (como encontrado na amamentação, no beijo, no ato sexual com penetração etc.) determina todas as sensações de amor. Sobre isso:

“Somente as pessoas realizadas e satisfeitas em cada um dos estágios iniciais chegam na etapa adulta com personalidades integradas. Se um determinado estágio passado não tiver sido satisfeito, resultam em fixações que retêm partes da



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SILVEIRA, Iáscara F.; MACHADO, Tatiane M. P. Amores líquidos em tempos líquidos.. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 27º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 978-65-89012-03-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

personalidade enquanto o resto se adianta, diminuindo, em direção ao próximo estágio. A personalidade se divide: embora num nível a pessoa possa funcionar como adulta, noutra se comporta como um bebê ou criança.” (Lowen, 1990, p. 60).

Da mesma forma, quando nos relacionamos afetivamente com alguém, se nossas necessidades internas não foram adequadamente reconhecidas ou satisfeitas, podemos experimentar frustração e dificuldade em reconhecer o amor verdadeiro. Isso pode levar a uma busca constante por preencher essas necessidades, muitas vezes através de relacionamentos superficiais ou inadequados.

Segundo as teorias de Lowen e Bauman, a integração mente-corpo é fundamental para o desenvolvimento da intimidade. O reconhecimento de bloqueios emocionais e a diminuição do medo de viver a intimidade são elementos cruciais para construir vínculos mais profundos e autênticos. As barreiras à entrega afetiva, como a superficialidade das interações atuais, exigem uma reflexão sobre como podemos superar esses desafios através do amadurecimento emocional.

Mas será que para vivermos um amor, ele precisa se encaixar totalmente com nossas necessidades internas? A crença de que o amor precisa satisfazer nossas faltas e curar dores emocionais infantis pode ser muito rígida. Precisamos entender que o amadurecimento emocional envolve reconhecer e trabalhar nossas próprias carências, sem projetá-las totalmente no parceiro. Sobre isso, escreve Lowen:

[...] a rigidez é uma defesa contra a dor da primeira mágoa de coração partido e a possibilidade de que o coração possa ser partido de novo. Junto com essa defesa está o temor inconsciente do abandono que é o mesmo que o próprio medo do amor. Se não amamos, não corremos o risco de perder o amor, e não podemos ser abandonados. Mas ficamos aprisionados por nossas defesas que, pelo simples fato de existirem, asseguram que nossos piores receios são justificados (LOWEN, 1990, p. 91).

Nesse sentido, ao analisar amores rasos vemos uma real defesa por medo de recriar as mesmas situações. Se não me entrego afetivamente em uma relação, posso me sentir mais seguro e no controle dos meus medos internos, ao invés de sentir segurança ao me permitir reconstruir a minha história com amor. E, sobre isso, Lowen (1990, p.92) escreveu: “[...] a perspectiva de se apaixonar pode assustar algumas pessoas porque implica uma rendição do controle do ego.”

A superficialidade nas interações contemporâneas frequentemente encontra suas raízes no ego, moldada por nossas histórias pessoais e cicatrizes emocionais. Quando o amor é afetado por essa dinâmica, tende a se tornar raso, influenciado pelas experiências passadas e pela necessidade de proteger nossas vulnerabilidades. Essa defesa surge em função de todas as



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SILVEIRA, Iáscara F.; MACHADO, Tatiane M. P. Amores líquidos em tempos líquidos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 27º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN - 978-65-89012-03-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

experiências edipianas, como observa Lowen, encapsulando a infância e afastando-a da consciência.

[...] a infância se torna encapsulada, isto é, afastada da consciência em certa medida. Uma outra forma de descrever essa situação é perder o contato com a criança que foi. Ao mesmo tempo, seu coração se torna cercado por uma couraça protetora que literalmente tranca-o numa gaiola. (LOWEN, 1990, p. 72).

Em contrapartida, quando uma pessoa está saudável, Lowen afirma que não há conflito entre os sentimentos do coração e os motivos egóicos. Ou seja, a saúde emocional é alcançada quando esses aspectos estão alinhados e em harmonia. O verdadeiro amor reside na essência, na capacidade de sentir e receber amor de forma autêntica, sem ser obscurecido por traumas do passado.

Os amores líquidos, conceito delineado por Zygmunt Bauman, são reflexos da sociedade moderna, onde as relações se tornaram fluidas e efêmeras, desprovidas de solidez e estabilidade nos relacionamentos. Nessa era de rapidez e transitividade, influenciada pela tecnologia e pela cultura do consumo, os laços afetivos se tornam superficiais e descartáveis, aumentando a vulnerabilidade emocional das pessoas diante da solidão e da incerteza.

Bauman explora essa fragilidade dos laços humanos, destacando como a busca pela gratificação instantânea e a falta de comprometimento definem a sociedade contemporânea. Os amores líquidos, conforme sua análise, são fruto de diversos fatores, como a globalização e o individualismo, que contribuem para a dificuldade em estabelecer conexões duradouras e significativas.

Nesse contexto, é crucial resgatar a essência do amor verdadeiro, que transcende a superficialidade e a volatilidade das relações líquidas. O amadurecimento emocional e a autenticidade no sentir são fundamentais para construir vínculos profundos e autênticos, capazes de resistir às pressões da sociedade moderna.

Em *Amor Líquido: Sobre a Fragilidade dos Laços Humanos*, Bauman analisa como os amores líquidos afetam não apenas as relações românticas, mas também as amizades, as famílias e as comunidades. Ele questiona a superficialidade das conexões humanas na era contemporânea e os impactos emocionais e psicológicos dessa falta de estabilidade nos relacionamentos. Desta forma, a fugacidade nas relações também podem estar presentes naquelas de longos anos e a falta de compreensão e valorização pode transformá-las em algo superficial. Relacionamentos rasos não são exclusivos de solteiros; até mesmo cônjuges podem se sentir desconectados, se não houver empatia e comunicação eficaz.

Sobre essa dificuldade de se relacionar, Lowen argumenta:



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SILVEIRA, Iáscara F.; MACHADO, Tatiane M. P. Amores líquidos em tempos líquidos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 27º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN – 978-65-89012-03-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Uma vez que esse indivíduo precisa amar mas tem medo de se abrir completamente ao amor, faz arranjos com os parceiros de modo a que usem um ao outro. Podem até sentir uma certa afeição recíproca mas seu acordo de relação serve, essencialmente para mascarar seu temor de se entregarem. Esses acordos não são conscientes e replicam a relação que havia com a mãe ou com o pai. Enquanto essa situação funcionar, mantém dentro de certos limites o temor do abandono, mas em si não é satisfatória pois não pode substituir o amor. (LOWEN, 1990, p. 93).

Podemos viver um relacionamento de anos, sem que haja compreensão, valorização, reconhecimento ou cumplicidade, resultando em uma relação superficial pois ela não é fundamentada no sentimento, mas sim em necessidades: financeiras, emocionais, de poder, familiares etc. E sobre isso destaca-se:

Sentir que somos necessários numa relação pode nos dar a sensação de poder e de uma maior segurança, mas isso é uma ilusão pois amor e poder são valores opostos e antagônicos. (LOWEN, 1990, p. 95).

Uma correlação entre o amor líquido de Bauman e as ideias de Alexander Lowen, fundador da Bioenergética, pode ser observada na análise das dinâmicas dos relacionamentos e da importância do corpo nas interações humanas. O primeiro aborda a fluidez e a fragilidade dos laços afetivos na sociedade contemporânea, líquida, enquanto o segundo destaca a conexão entre emoções reprimidas e tensões corporais e a importância das relações interpessoais profundas e significativas. Ambos enfatizam a necessidade de uma abordagem integral, considerando tanto as dimensões emocionais quanto as corporais para maior compreensão das relações humanas e do amor.

Enquanto para Zygmunt, os relacionamentos contemporâneos fluidos refletem falta de compromisso e dificuldade em estabelecer vínculos duradouros, para Lowen enfatiza a necessidade humana intrínseca de estabelecer conexões profundas e significativas e destaca que, mesmo em uma sociedade marcada pela instabilidade, as pessoas continuam a buscar relacionamentos que proporcionem segurança emocional e apoio mútuo.

A falta de amor-próprio pode influenciar diretamente nossas relações pessoais, pois a forma como nos percebemos afeta a forma de nos relacionarmos com os outros. Quando não nos sentimos seguros e completos é mais difícil estabelecer conexões saudáveis e significativas com os outros.

Zygmunt Bauman, aborda a relação entre a autoimagem, o amor-próprio e as relações interpessoais em vários de seus trabalhos. Em seu livro *Amor Líquido: Sobre a Fragilidade dos Laços Humanos*, encontramos que a forma como você se percebe e valoriza não é apenas uma questão pessoal, mas exerce um impacto significativo nas suas relações interpessoais. Quando a autoestima é baixa, muitas vezes buscamos validação externa, o que pode resultar em relações de dependência e insegurança. Em contraste, um nível saudável de amor-próprio permite o



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SILVEIRA, Iáscara F.; MACHADO, Tatiane M. P. Amores líquidos em tempos líquidos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 27º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN - 978-65-89012-03-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

estabelecimento de relações mais equilibradas e satisfatórias, baseadas na reciprocidade e no respeito mútuo. Na modernidade líquida, as relações são caracterizadas pela transitoriedade e fragilidade, refletindo a instabilidade da autoimagem e do amor-próprio das pessoas envolvidas.

Ele ainda argumenta que priorizamos relacionamentos virtuais, mas perdemos a habilidade de manter laços duradouros. Além disso, ele examina como a política migratória e o medo crescente afetam nossa capacidade de tratar estranhos com humanidade. Em resumo, oferece uma visão crítica e provocativa sobre as relações humanas na sociedade contemporânea e aborda como as relações humanas, incluindo o amor, se tornaram mais frágeis e efêmeras. No contexto da liquidez das relações, ele vê a psicoterapia como uma prática que muitas vezes reflete e responde a essa fragilidade e sugere que a psicoterapia, na modernidade líquida, pode ser vista como uma tentativa de gerenciar as inseguranças e incertezas geradas pela fragilidade dos laços humanos.

As pessoas buscam terapia para lidar com a ansiedade, o medo e a incerteza que surgem das relações interpessoais instáveis e da falta de comprometimento a longo prazo. E, assim, a psicoterapia assume um papel crucial ao ajudar os indivíduos a navegarem pelas complexidades emocionais e os desafios das relações modernas.

No entanto, Bauman também critica a ideia de que a psicoterapia possa, por si só, resolver os problemas estruturais mais profundos que levam à fragilidade das relações. Ele vê a necessidade de uma reflexão mais ampla sobre como as condições sociais e culturais contemporâneas moldam e influenciam a forma como nos relacionamos uns com os outros.

Em resumo, Bauman encara a psicoterapia como um reflexo da busca dos indivíduos por estabilidade emocional em um mundo de relacionamentos líquidos e instáveis, mas também como uma prática limitada na sua capacidade de enfrentar as causas mais profundas dessa fragilidade.

Comparando Freud e Bauman observamos que, enquanto Freud foca nos aspectos psicológicos e inconscientes dos relacionamentos humanos, Bauman se concentra nas influências sociais e culturais da modernidade líquida. Ambos reconhecem a complexidade e os desafios dos relacionamentos, mas abordam esses problemas a partir de perspectivas diferentes. A seguir temos os principais pontos de convergência e de divergência entre os trabalhos de Freud e Bauman, explicitados por Márcio Lima do Nascimento.

Convergências entre Freud e Bauman		
	FREUD	BAUMAN
Complexidade dos relacionamentos	Considera que os relacionamentos humanos são complexos devido aos conflitos inconscientes, desejos reprimidos e mecanismos de defesa. Ele	Enxerga os relacionamentos na modernidade como complexos devido à natureza líquida e mutável da sociedade contemporânea. A



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SILVEIRA, Iáscara F.; MACHADO, Tatiane M. P. Amores líquidos em tempos líquidos.. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 27º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN - 978-65-89012-03-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

	acredita que as relações são influenciadas por processos psíquicos profundos e muitas vezes inconscientes	fluidez das relações, a busca por liberdade individual e a falta de compromissos duradouros contribuem para essa complexidade
Insegurança e ansiedade	Identifica que as relações humanas são frequentemente marcadas por insegurança e ansiedade, resultantes de conflitos internos não resolvidos e das dinâmicas de transferência e contratransferência	Observa que a modernidade líquida gera insegurança e ansiedade nos relacionamentos, pois a fragilidade dos laços humanos leva a uma constante incerteza e medo do abandono
Busca por satisfação	Acredita que os indivíduos buscam a satisfação de seus desejos e necessidades, muitas vezes projetando essas expectativas nos relacionamentos. A frustração dessas expectativas pode levar a conflitos e insatisfação	Argumenta que, na modernidade líquida, as pessoas procuram satisfação imediata e consumista nos relacionamentos, tratando-os muitas vezes como bens descartáveis quando não correspondem às suas expectativas
Divergências entre Freud e Bauman		
	FREUD	BAUMAN
Origens dos problemas	Foca nos aspectos intrapsíquicos e nos conflitos internos do indivíduo como origem dos problemas nos relacionamentos	Enfatiza as condições sociais e culturais da modernidade líquida como a principal causa da fragilidade e instabilidade das relações humanas
Soluções dos problemas	Propõe a psicanálise como uma ferramenta para explorar e resolver os conflitos inconscientes que impactam os relacionamentos	Critica a ideia de que terapias individuais possam resolver os problemas dos relacionamentos, sugerindo que mudanças mais amplas nas estruturas sociais e culturais são necessárias

Observemos, a seguir, convergências e divergências entre Lowen e Bauman, por Márcio Lima do Nascimento:

Convergências entre Lowen e Bauman		
	LOWEN	BAUMAN
Superficialidade dos Relacionamentos	Acredita que muitas pessoas mantêm uma conexão superficial com suas próprias emoções e corpos, o que se reflete em seus relacionamentos. A desconexão interna impede a formação de	Argumenta que, na modernidade líquida, os relacionamentos são frequentemente superficiais e efêmeros, marcados por uma falta de comprometimento e



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SILVEIRA, Iáscara F.; MACHADO, Tatiane M. P. Amores líquidos em tempos líquidos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 27º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN - 978-65-89012-03-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

	laços profundos e autênticos com os outros	profundidade. A ênfase na flexibilidade e na liberdade individual contribui para essa superficialidade
Dificuldade de Conexão Autêntica	Defende que a repressão emocional e a tensão corporal dificultam a capacidade de estabelecer conexões genuínas. Ele vê a necessidade de uma reconexão com o corpo e as emoções para que se possa experimentar intimidade verdadeira	Observa que as condições sociais e culturais contemporâneas dificultam a formação de conexões autênticas. A liquidez das relações leva a uma constante troca de parceiros e amizades, sem o desenvolvimento de vínculos duradouros
Impacto das Condições Sociais e Culturais	Reconhece que as pressões sociais e culturais podem levar à repressão emocional e a uma desconexão com o próprio corpo. A sociedade moderna muitas vezes promove valores que são contrários à expressão emocional autêntica	Enfatiza como a modernidade líquida, com sua valorização da flexibilidade e da autonomia individual, impacta negativamente os relacionamentos, tornando-os mais frágeis e menos confiáveis
Busca por Plenitude	Enfatiza a importância de integrar corpo e mente para alcançar uma sensação de plenitude e bem-estar, o que, por sua vez, fortalece os relacionamentos	Discute a busca por plenitude nos relacionamentos em um mundo marcado pela transitoriedade, onde a satisfação plena é difícil de alcançar devido à natureza efêmera das conexões
Divergências entre Lowen e Bauman		
	LOWEN	BAUMAN
Foco da Análise	Foca na conexão corpo-mente e nas dinâmicas individuais que impedem a formação de relacionamentos saudáveis. Acredita que a saúde emocional e física são fundamentais para relacionamentos satisfatórios	Concentra-se nas estruturas sociais e culturais que moldam os relacionamentos. Ele analisa como a modernidade líquida influencia as dinâmicas interpessoais e a capacidade de formar laços duradouros
Soluções Propostas	Propõe a terapia bioenergética como um meio de liberar a tensão corporal e emocional, promovendo uma maior autenticidade e profundidade nos relacionamentos	Sugere a necessidade de uma reflexão crítica sobre as condições sociais e culturais contemporâneas e a busca por mudanças estruturais para melhorar a qualidade dos relacionamentos



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SILVEIRA, Iáscara F.; MACHADO, Tatiane M. P. Amores líquidos em tempos líquidos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 27º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN - 978-65-89012-03-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

Alexander Lowen e Zygmunt Bauman, apesar de suas diferentes abordagens, a bioenergética e a sociológica, respectivamente, apresentam algumas convergências em suas avaliações sobre os relacionamentos humanos, especialmente no que tange à superficialidade e à dificuldade de estabelecer conexões profundas e autênticas. Em resumo, Lowen e Bauman convergem na avaliação de que os relacionamentos contemporâneos são frequentemente superficiais e marcados por uma dificuldade de conexão autêntica. No entanto, divergem nas causas identificadas e nas soluções propostas para esses problemas, refletindo suas distintas abordagens teóricas e práticas.

Percebemos, portanto, que no processo terapêutico é fundamental reconhecer que o outro não deve ser encarado como um salvador de nossas necessidades emocionais, mas sim como um parceiro que caminha ao nosso lado na jornada. A terapia oferece ferramentas para explorarmos nossos próprios desejos, feridas e padrões emocionais. Isso nos capacita a estabelecer relacionamentos mais conscientes e autênticos, onde não depositamos no outro a responsabilidade exclusiva pela nossa felicidade ou cura emocional.

Entender que somos coautores de nossa própria história nos liberta das expectativas irreais e das projeções emocionais que podem surgir nos relacionamentos. Em vez de buscar no outro uma solução para nossas carências, aprendemos a compartilhar a vida com alguém que enriquece nossa jornada pessoal, respeitando as individualidades e promovendo um espaço de crescimento mútuo. Assim, a terapia não apenas nos prepara para reconhecer e lidar com nossas vulnerabilidades, mas também nos possibilita cultivar relações baseadas na compreensão, na aceitação e no apoio recíprocos.

A comunicação profunda e significativa é essencial para estabelecer relações satisfatórias, pois permite a compreensão das necessidades internas de ambos os parceiros e uma visão compartilhada dos objetivos de vida. Isso inclui a capacidade de reconhecer e discutir questões internas sem projetá-las nas relações. O respeito e a empatia pelas diferenças são fundamentais para evitar conflitos e promover uma convivência harmoniosa e saudável.

Portanto, para construir relacionamentos mais profundos e autênticos em uma sociedade líquida, é essencial desenvolver um senso de segurança interna e amor-próprio. Isso nos capacita a enfrentar as instabilidades dos relacionamentos modernos e a buscar conexões que sejam verdadeiras e enriquecedoras.

A correlação entre amor líquido de Bauman e a psicologia corporal de Reich pode ser vista na análise das relações interpessoais e na forma como ambos abordam a influência do corpo nas interações humanas. Enquanto Bauman explora a fluidez e a fragilidade dos relacionamentos modernos, Reich, com sua psicologia corporal, enfatiza a importância da energia corporal e da



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SILVEIRA, Iáscara F.; MACHADO, Tatiane M. P. Amores líquidos em tempos líquidos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 27º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN - 978-65-89012-03-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

expressão emocional na saúde mental e nas relações interpessoais. Ambos destacam a necessidade de uma compreensão mais profunda das emoções e da conexão entre corpo e mente para uma vivência mais plena e saudável das relações humanas.

Quando nos dedicamos a resolver nossas questões internas e identificamos as projeções que fazemos nos outros, como carências, lacunas e necessidades, começamos a compreender que para evitar relacionamentos superficiais, é fundamental entender o verdadeiro significado do amor para nós mesmos.

Os relacionamentos rasos surgem do receio de reconhecer e explorar nossos próprios sentimentos e de compreender verdadeiramente o outro. Assim, ao optarmos por não nos aprofundarmos emocionalmente, contribuímos para a existência dessas interações superficiais. Portanto, é imprescindível passar por um processo de amadurecimento emocional, para enfrentarmos nossas próprias limitações e vulnerabilidades. Somente assim estaremos preparados para vivenciar relações mais autênticas, satisfatórias e significativas.

Entre as relações mais amplas de acordo com Baumann e o amor entre pessoas, consideremos os seguintes pontos:

A natureza das Relações Modernas: Zygmunt Bauman, argumenta que as relações na sociedade contemporânea são fluidas e temporárias, muitas vezes referindo-se a elas como “relações líquidas”. Ele sugere que a modernidade líquida é caracterizada por um estado de constante mudança, onde os vínculos são mais fracos e menos permanentes.

O amor líquido: Bauman aplica esse conceito ao amor, descrevendo-o dessa forma e afirmando que as relações amorosas hoje são frequentemente marcadas por uma falta de compromisso a longo prazo e uma tendência de buscar satisfação imediata. Isso resulta em conexões que podem ser rapidamente formadas e desfeitas, refletindo a volatilidade da vida moderna.

O impacto da Modernidade: A modernidade líquida promove a individualidade e a autonomia, mas também pode levar a sentimento de insegurança e solidão. As relações são vistas mais como contratos temporários que podem ser rompidos quando deixam de ser convenientes.

Os desafios para o Amor: O amor entre pessoas enfrenta desafios significativos nesta era de modernidade líquida. A necessidade de flexibilidade e a aversão ao comprometimento podem dificultar a formação de laços profundos e duradouros. A busca constante por novas experiências e a cultura do descarte afetam a estabilidade das relações amorosas.

Conclui-se, portanto, que a análise de Bauman sobre as relações mais amplas e o amor entre pessoas revela um quadro de incerteza e volatilidade. Enquanto a modernidade líquida oferece liberdade e opções, ela também impõe desafios ao estabelecimento de conexões profundas



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SILVEIRA, Iáscara F.; MACHADO, Tatiane M. P. Amores líquidos em tempos líquidos. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) 27º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2023. [ISBN - 978-65-89012-03-0]. Disponível em: <https://www.centroreichiano.com.br/anais-dos-congressos-de-psicologia/> Acesso em: ____/____/____.

e estáveis. O amor, nesse contexto, precisa ser entendido não apenas como um sentimento, mas como um ato de construção e manutenção constante, requerendo esforço, comprometimento e resiliência contra a maré de mudanças rápidas e superficiais que caracterizam a sociedade contemporânea.

REFERÊNCIAS

BAUMAN, Zygmunt.; **Amor Líquido: Sobre a Fragilidade dos Laços Humanos**. Rio de Janeiro: Zahar, 2021.

BAUMAN, Z.; **Modernidade Líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

BAUMAN, Z.; **Vida Líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2007.

FREUD, S.; **Totem e Tabu**. Trad. Renato Zwick. 14ª ed. São Paulo: Imago, 1996.

LOWEN, A.; **Bioenergética**. São Paulo: Summus, 1994.

LOWEN, A.; **Amor, Sexo e seu coração**. São Paulo: Summus, 1990.

LUFT, L.; **Perdas e Ganhos**. Rio de Janeiro: Record, 2003.

NASCIMENTO, Márcio Lima do; **Do mal-estar em Freud ao mal-estar em Bauman**. João Pessoa: Dissertação (Mestrado em Filosofia), Universidade Federal da Paraíba, Centro de Ciências Humanas, Programa de Pós-Graduação em Filosofia, 85 f., 2014. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/tede/5673/1/arquivototal.pdf> Acesso em: 25/06/2024.

¹ **Iáscara Fredrich da Silveira / Joinville / SC / Brasil**

Licenciada em Ciências Biológicas (PUC/RS) e em Letras Inglês (UNIJUI/RS), Especialista em Ciências Aeronáuticas (CESUMAR/PR). Especialização em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Terapeuta Corporal, pelo Centro Reichiano, Curitiba/PR. Thetahealer, Reikiana, Alinhamento Energético, Terapeuta Floral (IBRATE).

E-mail: iascara.silveira@gmail.com

² **Tatiane Marili Pereira Machado / Curitiba/ PR/ Brasil**

Psicóloga formada pela PUC-PR em 2010. Psicóloga Clínica e Sexóloga. Especialista em produtos íntimos femininos. Empresária da Loja online: Vem Bem, do Espaço Terapêutico Ser e Florescer, Curitiba/PR. Especialização em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Psicoterapeuta Corporal, pelo Centro Reichiano, Curitiba/PR.

E-mail: tati87psico@gmail.com