



MARTYNETZ, Daniel; VOLPI, José Henrique. A flexibilização das couraças e o amadurecimento do caráter através da reatualização hipnótica. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (org.). **Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, v. 21, p. 9-14, 2022. ISSN 3086-1438. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/revista-cientifica-eletronica-de-psicologia-corporal-vol-2-2-ano-2021/>. Acesso em: ____.

A FLEXIBILIZAÇÃO DAS COURAÇAS E O AMADURECIMENTO DO CARÁTER ATRAVÉS DA REATUALIZAÇÃO HIPNÓTICA

Daniel Martynetz¹
José Henrique Volpi²

RESUMO

A Psicologia Corporal é pioneira no reconhecimento e no trabalho das profundas inter relações entre soma e psiquê, percebendo o ser humano como uma unidade energética sintetizada no conceito de couraça muscular. Sendo a couraça muscular o bloqueio energético a nível físico e psicológico, a Psicologia Corporal tem como meta o amadurecimento caracterológico do indivíduo através de trabalhos corporais que flexibilizam e dissolvem essas couraças. A proposta do presente trabalho é mostrar como as técnicas hipnóticas têm a possibilidade de flexibilizar e dissolver as couraças, gerando, como os actings da vegetoterapia, uma reatualização e transformação do tempo interno do indivíduo e um consequente amadurecimento dos seus traços de caráter.

Palavras-chave: Psicologia Corporal. Couraça. Hipnose. Flecha do Tempo. Reatualização.

A Psicologia, nascida no final do século XIX, é considerada uma ciência bastante nova, multifacetada, complexa e longe de atingir o seu objetivo por completo: entender o ser humano. Como este seu objeto de estudo é extremamente complexo e com uma miríade de fenômenos humanos igualmente complexos, esta ciência acabou se dividindo em várias escolas psicológicas com visões de homem e de mundo bastante diferentes e divergentes entre si.

Uma das correntes psicológicas significativas é a Psicologia Corporal, que ancora a sua teoria e práxis em um elemento indissociável ao ser humano: o seu corpo. Segundo Volpi & Volpi (2022, p. 113),

A Psicologia Corporal dedica-se a estudar as manifestações da mente sobre o corpo e do corpo sobre a mente, partindo do pressuposto de que ambos, mente e corpo, fazem parte de um único movimento energético, manifestando-se no comportamento. Em outras palavras, é uma abordagem humana que busca

¹ **Daniel Martynetz** - Bacharel em Psicologia pela UFPR. Terapeuta Holístico. Especialista em Psicologia Transpessoal, Hipnose, Terapia de Vidas Passadas e Constelação Familiar. Cursando Especialização em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Terapeuta Corporal Reichiano //ou// Bioenergético, pelo Centro Reichiano, Curitiba/PR. daniel.olorum@gmail.com

² **José Henrique Volpi** - Psicólogo (CRP-08-3685), Especialista em Psicologia Clínica, Anátomo-Fisiologia, Hipnose Ericksoniana, Psicodrama e Brainspotting. Psicoterapeuta Corporal Reichiano, Analista psico-corporal Reichiano formado com o Dr. Federico Navarro (Vegetoterapia e Orgonoterapia). Especialista em Acupuntura clássica e Método Ryodoraku (eletrodiagnóstico computadorizado de medição da energia dos meridianos do corpo). Mestre em Psicologia da Saúde. Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento. volpi@centroreichiano.com.br



MARTYNETZ, Daniel; VOLPI, José Henrique. A flexibilização das coraças e o amadurecimento do caráter através da reatualização hipnótica. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (org.). **Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, v. 21, p. 9-14, 2022. ISSN 3086-1438. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/revista-cientifica-eletronica-de-psicologia-corporal-vol-2-2-ano-2021/>. Acesso em: ____.

compreender todo ser vivo como uma unidade de energia que contém em si dois processos paralelos: o psiquismo (mente) e o soma (corpo), regidos por uma mesma energia: o orgônio. Tem por objetivo reencontrar a capacidade do ser humano de regular a sua própria energia e, por consequência, seus pensamentos e emoções, oferecendo a ele a oportunidade de alcançar uma vida mais saudável.

Apesar de qualquer ser humano minimamente capaz de refletir provavelmente concordar sobre a importância do corpo na existência de toda pessoa, coube a Reich, o pai das psicoterapias corporais, o pioneirismo na consideração da inter relação profunda entre os processos psíquicos e somáticos (VOLPI & VOLPI, 2022).

Tendo iniciado o seu trabalho terapêutico na psicanálise, ao lidar com as resistências dos seus pacientes, Reich observou a interconexão entre os conteúdos verbais trazidos por eles e suas manifestações não-verbais, como postura corporal, gestos, tom de voz, vestimentas. Com isso, ele tirou seu paciente do divã e passou a tratá-lo de uma forma mais ativa, conversando frente a frente. Além disso, apontava a forma como o corpo do seu paciente se expressava e como isso estava relacionado ao conteúdo verbal trazido por ele.

Com o desenvolvimento da sua prática clínica e pesquisas, Reich descobriu que, paralelamente à manifestação das defesas psíquicas – a chamada “couraça do caráter” –, o indivíduo também possui a “couraça muscular”: a manifestação somática a nível muscular da couraça psíquica. De acordo com Baker (1980, p. 36), “*couraça* é a resultante da energia contida por uma contração muscular, que não flui pelo corpo”. Para a constituição da teoria e da prática da Psicologia Corporal, foi fundamental a

descoberta da couraça muscular, que é o equivalente corporal dos bloqueios emocionais, evidenciando que tudo o que está na mente, também encontra-se registrado no corpo, por meio de tensões crônicas físicas formadas ao longo da vida, cuja função é proteger o indivíduo e seu Ego de experiências dolorosas e ameaçadoras. Assim, para se defender, o corpo adota novas posturas, retraindo emoções específicas como o medo, demonstrado pelos olhos arregalados, a raiva pela tensão no maxilar, etc. Embora a função da couraça seja a de proteger, também restringe a vitalidade do indivíduo (VOLPI & VOLPI, 2022, p. 116).

Paralelamente à descoberta da couraça muscular, também podemos falar de um processo de encorajamento, que ocorre através das sucessivas etapas do desenvolvimento emocional e que “seguem uma sequência lógica, uma organização e um calendário maturativo. [...] é durante essas etapas que irão se organizar o temperamento, a personalidade e o caráter” (VOLPI & VOLPI, 2022, p. 122).

De acordo com Volpi & Volpi (2022, p. 127),

Todos os seres humanos passam pelas mesmas etapas, independentemente de tempo e lugar em que se encontrem. Tais etapas foram delimitadas com base no corpo, apoiando-se no desenvolvimento físico e nas funções vitais do organismo. Isso faz sentido se lembrarmos novamente que na base de tudo está a energia.



MARTYNETZ, Daniel; VOLPI, José Henrique. A flexibilização das couraças e o amadurecimento do caráter através da reatualização hipnótica. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (org.). **Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, v. 21, p. 9-14, 2022. ISSN 3086-1438. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/revista-cientifica-eletronica-de-psicologia-corporal-vol-2-2-ano-2021/>. Acesso em: ____.

Nosso corpo registra todos os acontecimentos vividos durante a nossa vida, principalmente aqueles ocorridos na primeira infância, quando as formas que encontramos para nos defender ainda são precárias. Esses acontecimentos muitas vezes deixam no corpo marcas profundas e irreversíveis.

Vale ressaltar que, para a Psicologia Corporal – ao contrário da Psicanálise freudiana –, a época da gestação e nascimento é considerada como a primeira etapa da vida humana, cuja vivência pode impactar profundamente na constituição psico-corporal do indivíduo. Assim, temos 4 etapas do desenvolvimento emocional: etapa de sustentação, etapa de incorporação, etapa de produção e etapa de identificação (VOLPI & VOLPI, 2022).

No decorrer dessas etapas, segundo Volpi & Volpi (2022, p. 125-126),

Conforme a criança vai crescendo, desenvolvendo-se, vai apreendendo novas experiências que ficam registradas na memória celular em forma de *imprintings*, marcas, registros. [...] Cada etapa é caracterizada por fenômenos específicos que desde o início trazem consigo, na bagagem genética da célula, valores biofisiológicos, emocionais-afetivos e intelectivos. [...] Ao se completarem as etapas do desenvolvimento emocional, que vai dos seis anos até o início da adolescência, o que sucede é o estabelecimento definitivo do caráter, que é a forma do indivíduo agir e reagir perante todas as situações que o mundo lhe impõe (Reich, 1933). Portanto, “o caráter específico de cada indivíduo é a resultante de todas as experiências ocorridas desde a concepção até a maturidade” (LOWEN, 1958 *apud* VOLPI & VOLPI, 2022, p. 126).

Através da compreensão das etapas do desenvolvimento emocional e da investigação dos bloqueios energéticos e emocionais consolidados no corpo e na psiquê do paciente – com o entendimento de que esses bloqueios foram formados como defesas do ego com a finalidade de sobrevivência –, a análise reichiana visa a realização de um diagnóstico caracterológico (com diferenciação entre o traço caracterológico de base e a cobertura caracterológica) e de um projeto terapêutico, para nortear a condução do tratamento psicoterapêutico corporal e auxiliar o paciente no seu crescimento e maturação caracterológica de maneira mais efetiva.

O amadurecimento caracterológico é viabilizado mediante análise verbal e trabalho psico-corporal, de forma que gradativamente vai sendo realizada a flexibilização e dissolução das couraças musculares presentes no corpo do paciente.

A situação pode ser aliviada através de uma inversão do processo de encorçamento obtida pela dissolução da couraça, pela liberação e esvaziamento das emoções reprimidas uma camada depois da outra, desde o último até o primeiro dos bloqueios, até ser restabelecida uma função integrada a nível orgânico para se atingir a sexualidade natural (BAKER, 1980, p. 42).

Tradicionalmente, o trabalho psico-corporal fazendo uso das técnicas da Vegetoterapia Caracteroanalítica formulada por Reich e sistematizada por Federico Navarro é realizado através



MARTYNETZ, Daniel; VOLPI, José Henrique. A flexibilização das couraças e o amadurecimento do caráter através da reatualização hipnótica. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (org.). **Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, v. 21, p. 9-14, 2022. ISSN 3086-1438. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/revista-cientifica-eletronica-de-psicologia-corporal-vol-2-2-ano-2021/>. Acesso em: ____.

dos actings, movimentos corporais específicos que visam a liberação da energia contida em cada segmento de couraça.

É interessante notar que, por vezes, o trabalho psico-corporal pode gerar a alteração qualitativa do funcionamento mental do paciente, levando este a um estado alterado de consciência. Lowen relata uma experiência muito impactante que teve em uma das sessões que fez com Reich, tendo ingressado em um estado alterado de consciência típico de uma regressão, em que reviveu uma memória com todos os seus matizes emocionais e somáticos.

Levei mais ou menos nove meses de terapia para descobrir o que havia causado o grito da primeira sessão. Desde aquele dia eu não havia gritado mais. Com o passar do tempo, pensei ter a clara impressão de que existia uma imagem que eu teria medo de fitar. Contemplando o teto na minha posição deitada, sentia que a imagem um dia me surgiria. Foi o que aconteceu, e era a minha mãe olhando-me de cima para baixo com uma expressão de intensa raiva em seus olhos. Eu soube de imediato que esse era o rosto que me tinha amedrontado. Revivi a experiência como se estivesse acontecendo no presente. Eu era um bebê de mais ou menos nove meses de idade, deitado no berço do lado de fora da minha casa. Eu estivera chorando muito alto, querendo minha mãe. Obviamente, ela estava ocupada com a casa, e meu choro persistente a enervou. Ela veio para fora, furiosa comigo. Deitado ali, na cama de Reich, com a idade de trinta e três anos, olhei para sua imagem, e usando palavras que não poderia ter conhecido quando criança, disse: “Por que você está tão zangada comigo? Eu só estou chorando porque quero você” (LOWEN, 1982, p. 19).

Entretanto, a liberação da energia da couraça muscular não ocorre somente através de trabalhos psico-corporais, os quais podem fazer emergir estados incomuns de consciência. É possível também induzir o paciente a um estado alterado de consciência para que, em um trabalho que envolve liberação de energias emocionais e somáticas, haja flexibilização e dissolução de couraças. Roger Woolger relata um caso muito interessante de dissolução de couraça através do uso da hipnoterapia.

O analista em questão era o australiano Dr. Carol Kent, que em seu livro sobre tratamento reichiano – *Man's Puzzled Body*, conta o caso de uma jovem que o consultara com uma grave curvatura da espinha. Ela já havia procurado diversos especialistas e estes lhe diziam que a degenerescência de sua espinha estava muito avançada para poder ser corrigida cirurgicamente, declarando-lhe, em suma, que seu problema era incurável. O Dr. Kent descobriu que a curvatura surgiu durante a infância e que a moça não havia nascido com ela. Como não havia história infantil de infecção, lesão ou doença, Kent perguntou-se o que poderia ter provocado sintomas tão pronunciados.

Na tentativa de descobrir a origem do mal que atacara a espinha da jovem, ele fez com que ela regredisse hipnoticamente ao momento da infância em que, ao que parecia, tivera problemas pela primeira vez. [...] Kent fez a mulher reviver uma cena traumática. Quando era uma menina de seis anos, o pai se embriagava muito e esbravejava violentamente pela casa, ameaçando a mulher e os filhos. Numa ocasião horrível ele realmente perseguiu todos eles com um machado. Em sua regressão, a mulher viu-se como uma menina de seis anos escondendo-se em absoluto estado de terror atrás da porta de madeira de um banheiro externo,



MARTYNETZ, Daniel; VOLPI, José Henrique. A flexibilização das coraças e o amadurecimento do caráter através da reatualização hipnótica. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (org.). **Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, v. 21, p. 9-14, 2022. ISSN 3086-1438. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/revista-cientifica-eletronica-de-psicologia-corporal-vol-2-2-ano-2021/>. Acesso em: ____.

enquanto o pai entrava à sua procura. Ao reviver a cena, ela ficou agachada no sofá, curvada sobre um lado – presumivelmente para apertar-se mais ainda atrás da porta. Para não revelar sua presença, também prendeu a respiração. Embora o pai não tenha conseguido encontrá-la ou machucá-la, ela nunca soltou completamente a respiração nem se livrou do terror absoluto daqueles momentos pavorosos em que ficou agachada atrás da porta esperando que o pai a arrancasse dali e a retalhasse até a morte. Kent encorajou uma catarse completa do terror e do choque da mulher ao reviver esta cena inteiramente esquecida. Ao fazê-lo, aconteceu a coisa mais surpreendente do mundo. Segundo Kent, *a espinha da mulher endireitou-se*. Parece que o trauma emocional deixara a menininha fisicamente congelada na postura que adotara para fugir do pai, um evento depois esquecido pela mente consciente. Mais tarde, Kent pediu-lhe que voltasse aos especialistas que havia consultado e todos eles se prontificaram a dar testemunho dessa recuperação extraordinária (WOOLGER, 2015, p. 109).

A validade do uso da regressão hipnótica na flexibilização e dissolução de coraças ganha uma dimensão maior ainda quando introduzimos na terapia reichiana o conceito de flecha do tempo. De acordo com Melo (2022), Reich revolucionou a análise ao introduzir o corpo através da análise do caráter e do trabalho psico-corporal, Navarro contemplou as etapas do desenvolvimento emocional para fazer a leitura corporal e análise caracterológica do paciente e Genovino Ferri acrescenta algo fundamental na análise reichiana: a flecha do tempo.

O tempo indica a passagem da flecha do tempo no movimento vital dentro da forma vivente. Ele define a história de uma forma em suas relações com o mundo e traz vivências que vão deixando suas “marcas” (traços de caráter) e caracterizando a estrutura e o caráter daquela pessoa.

A flecha do tempo traz para o setting a dimensão do tempo interno da pessoa. O tempo vivido nas diferentes fases evolutivas têm ritmos diferentes. E a forma como a pessoa viveu uma determinada fase também influencia em como sentiu ou experienciou o tempo internamente, isto é, na vivência do seu tempo interno.

É evolução na continuidade, de Navarro a Ferri. Neste processo, ganhamos precisão de focar cada fase na sua flecha do tempo, com sua vivência específica, seu ritmo específico, o objeto relacional específico e a forma como a relação foi vivida naquele “lá e então” daquela pessoa; O “lá e então” permanece no “aqui e agora” da pessoa, através do traço de caráter formado naquele momento passado (MELO, 2022, p. 34).

Porém, nessa perspectiva de Ferri, ao contrário do que se afirma na psicanálise e na hipnose, não há uma regressão, mas sim uma reatualização. “Não voltamos no tempo, não regredimos. O que acontece é que o tempo passado fica aprisionado no traço de caráter e é reatualizado no aqui e agora. Na vida, circunstâncias externas ou internas podem trazer de volta aquele tempo vivido no passado, e de repente, a condição passada está presente, energeticamente” (MELO, 2022, p. 35).

Da mesma forma que as circunstâncias podem reatualizar uma situação emocional vivenciada no passado e trazê-la à tona psicológica e corporalmente, “o acting reatualiza aquela



MARTYNETZ, Daniel; VOLPI, José Henrique. A flexibilização das couraças e o amadurecimento do caráter através da reatualização hipnótica. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (org.). **Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, v. 21, p. 9-14, 2022. ISSN 3086-1438. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/revista-cientifica-eletronica-de-psicologia-corporal-vol-2-2-ano-2021/>. Acesso em: ____.

condição energética gravada no nível envolvido e no traço de caráter envolvido e permite que esta condição seja transformada, equilibrada” (MELO, 2022, p. 34).

Assim, podemos pensar na utilização da hipnose não para uma mera regressão ao passado, mas, da mesma forma que o acting da vegetoterapia caracteroanalítica, para uma reatualização do passado que se torna presente e, desse modo, transformar e harmonizar as couraças musculares e os traços de caráter correspondentes.

O projeto terapêutico de amadurecimento do caráter do paciente pode contar dessa forma com a técnica de reatualização hipnótica, plenamente efetiva e capaz na flexibilização e dissolução das couraças. Com mais energia disponível fluindo e circulando pela sua estrutura somatopsicológica, o ser humano aprimora sua capacidade de autorregulação e de contato com o seu cerne biológico, usufruindo de uma vida mais saudável e resgatando a sua sexualidade natural.

REFERÊNCIAS

BAKER, E. **O labirinto humano**. São Paulo: Summus, 1980.

LOWEN, A. **Bioenergética**. São Paulo: Summus, 1982.

MELO, M. **Leitura corporal x gramática corporal – um salto evolutivo**. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.) Apostila do curso de Especialização em Psicologia Corporal. Módulo 1, Unidade 4. Curitiba: Centro Reichiano, 2022. Acesso em: 10/09/2022.

VOLPI, J. H; VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. 3ª ed., Curitiba: Centro Reichiano, 2022.

WOOLGER, R. **As Várias Vidas da Alma**. 14ª ed., São Paulo: Ed. Cultrix, 2015.