RAMOS, Mariane Sobrosa; VOLPI, José Henrique. Mapeamento emocional e massagem reichiana. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (orgs.). **Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal.** Curitiba: Centro Reichiano, v. 19, p. 3-9, 2018. ISSN 3086-1438. Disponível em: https://centroreichiano.com.br/revista-cientifica-eletronica-de-psicologia-corporal-vol-19-ano-2018/. Acesso em: _____.

MAPEAMENTO EMOCIONAL E MASSAGEM REICHIANA

Mariane Sobrosa Ramos[1]
José Henrique Volpi[2]

RESUMO

A prática terapêutica em Psicologia Corporal evidencia a relação do trabalho corporal, tanto quanto o trabalho analítico, e busca a relação entre ambos, tendo como objetivo o desenvolvimento psicoemocional dos pacientes. Alguns pressupostos são fundamentais para a compreensão do processo terapêutico em psicologia corporal: a formação das couraças musculares, o mapeamento emocional, a compreensão do método através da massagem reichiana.

Palavras-chave: Couraça. Desenvolvimento. Energia. Psicologia. Reich.

Foi através do trabalho com análise do caráter que W. Reich constatou que o corpo dos pacientes "guardava" uma referência à memória corporal das situações vividas nas etapas de desenvolvimento infantil. Esta "memória" mostrava-se como uma tensão corporal crônica que ele nomeou de couraça muscular. Reich percebeu que as neuroses tinham uma equivalência no corpo dos pacientes e que "moldaram" o caráter dos mesmos.

Assim, Reich constatou a necessidade de trabalhar também no corpo dos pacientes e passou a denominar sua técnica de vegetoterapia caracteroanalitica, pois seu foco estava no sistema neurovegetativo. Ampliaram-se assim as possibilidades de compreensão, análise e desenvolvimento do ser humano partindo da constatação de que a relação entre corpo e mente é muito mais estreita do que se pensava até então.

O desenvolvimento da vegetoterapia só foi possível porque Reich pesquisou atentamente as emoções básicas do prazer e da angústia. Verificando que as emoções mostravam-se como movimentos plasmáticos, ou seja, tanto nos seres humanos, como nos animais, quando há uma

[1] **Mariane Sobrosa Ramos -** Licenciada em Teatro pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Terapeuta Corporal e Holística pelo Centro de Treinamento Holístico de Porto Alegre / RS. Cursando Especialização em Psicologia Corporal no Centro Reichiano - Curitiba/PR. marianesobrosaramos@hotmail.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

emoção genuína, há um movimento no protoplasma do corpo, ou seja, na energia vital como um todo.

> A observação microscópica de amebas vivas, submetidas a pequenos estímulos elétricos, revela, de modo inequívoco, o significado do conceito "emoção". Fundamentalmente, a emoção não é mais que um movimento plasmático. Estímulos agradáveis provocam uma emoção no protoplasma, do centro para a periferia. Por outro lado, estímulos desagradáveis provocam uma "emoção" ou, mais corretamente, "remoção" do protoplasma da periferia para o centro do organismo. Essas duas direções fundamentais da corrente plasmática biofísica correspondem aos afetos básicos do aparelho psíquico – prazer e angústia. (REICH, 1995, pp. 329-366. p.6)

Podemos deduzir, desta forma, que as emoções genuínas estão intimamente relacionadas às sensações físicas. O que possibilita a sistematização de uma referência de trabalho sobre as sensações e emoções compreendendo o corpo e as correntes neurovegetativas. Rompeu-se assim a dicotomia mente x corpo nos processos terapêuticos de Reich.

> Em termos de sua função, o movimento físico do plasma e sensação que o correspondem são, como descobrimos por experiências no oscilógrafo, completamente idênticos. Não podem ser separados; na verdade, são inconcebíveis um sem o outro. Porém, como sabemos, não são apenas funcionalmente idênticos como também, e ao mesmo tempo, antitéticos: uma excitação biofísica no plasma produz uma sensação, e uma excitação se expressa num movimento do plasma. Hoje, esses fatos constituem um alicerce bem-estabelecido da biofísica orgônica. (REICH, 1995, pp. 329-366. p.6)

Importante conceito incorporado por W. Reich é o conceito de couraça muscular. Encontrando a relação intrínseca entre mente e corpo, através do movimento do protoplasma, entende-se que as situações vivenciadas no desenvolvimento humano, desde a gestação até a adolescência, "moldam" a energia de cada indivíduo. Fica então evidente que se os impulsos de um bebê ou de uma criança forem frustrados constantemente, reprimidos de forma severa, ou simplesmente não satisfeitos, sua energia permanecerá fixada, propiciando o aparecimento de um caráter neurótico. Isto se evidenciará pela forma como ele irá se defender, agindo e reagindo de forma peculiar, em conformidade com a etapa em que o bloqueio ocorreu. Então, ao perceber a expressão dos pacientes, a forma como se defendem em determinadas situações, estaremos observando quando, em qual momento de suas vidas, ocorreram situações traumáticas.

Alterações do movimento energético, nas fases evolutivas do desenvolvimento psicoemocional estabelecem fixações emocionais, temperamentais e/ou caracteriais. Mas é preciso compreender que estas alterações ou fixações da energia variam de indivíduo para indivíduo. Assim, o que produziu em um bebê, por exemplo, um bloqueio severo na couraça ocular, pode não ocorrer com outro mesmo se este passou por situação semelhante. Variam as

condições, quantidade e qualidade de exposição às situações frustrantes ou ameaçadoras.

> No decorrer de toda a nossa vida, nosso corpo armazena sensações que estão ligadas a sentimentos e vivências afetivas, de cunho positivo e negativo. Algumas dessas sensações irão desaparecer com o passar dos tempos; outras, irão se sedimentar, deixando uma impressão gravada em nosso corpo e em nossa mente, de forma consciente ou inconsciente. Essa memória irá reagir frente a ações e impactos sofridos no dia a dia, principalmente ao estresse e por consequência, irá despertar em forma de sensações e/ou lembranças, ou, o que é comum acontecer, em forma de doença. Portanto, constantemente somos confrontados com dois caminhos: ouvir nosso corpo e deixá-lo falar em seus desejos e expressar suas angústias ou submetê-lo aos estresses físicos e psicológicos diários que a vida nos traz, formando assim as couraças. O corpo não esquece. Tudo o que foi vivido durante a infância, através de sensações, permanece registrado. A somatização é uma forma de comunicação desses registros ancorados no corpo. (VOLPI, 2017. p 52)

Podemos dizer então que a forma, quantidade e qualidade, de como acontecem estas “fixações da energia” variam consideravelmente, porém, através do processo clínico evidenciou-se que toda neurose tem seu correspondente no corpo, ou seja, na couraça muscular. Ainda é possível relacionar, por exemplo, que na etapa de desenvolvimento embrionário ou fetal, uma forte emoção relacionada ao medo, altera a carga energética do organismo. Já no período neonatal, após o décimo primeiro dia de nascimento, ocorrendo um comprometimento relacionado a frustração dos impulsos biopsicológicos, a quantidade de carga energética não se altera mas a qualidade sim. Esta alteração é a origem de quase todas as doenças. Em outras palavras, podemos dizer que os distúrbios psicoemocionais estão sempre associados a disfunções anátomo-fisiológicas.

Então, fica evidente que as couraças musculares não são tensões corporais momentâneas, mas sim um conjunto de disfunções corporais caracterizadas por tensões crônicas que se formam no corpo ao longo da vida. Psicologicamente falando elas têm como função proteger o indivíduo de experiências dolorosas ou ameaçadoras. Foram produzidas no corpo para que este indivíduo sobrevivesse a frustração ou a ameaça à vida. O problema está no modo de operar “encouraçado”. Porque este modo de operar se repetirá mesmo quando o indivíduo não estiver passando pela frustração ou ameaça. Porque o corpo reagirá energeticamente de modo neurótico no seu sistema de “proteção”. Mas também e não menos importante, este corpo sofrerá com o tempo doenças decorrentes desta mesma forma neurótica de agir. Segundo VOLPI (2003), “a couraça não é apenas muscular”. Podemos encontrá-la nos tecidos (tissular), envolvendo-se na dinâmica intersticial, e nas vísceras (visceral), como resultado de alterações crônicas no funcionamento do sistema nervoso autônomo, causando assim disfunções nas secreções e na musculatura lisa dos órgãos.”

As couraças musculares têm como característica geral o desequilíbrio tanto apresentando-se como excesso ou falta de energia, ou seja, apresentando no paciente um tônus muscular hipotônico (flacidez, fraqueza, falta de carga energética), ou hipertônico (sobrecarga, tensão, contração). Pois as mesmas estão relacionadas a irrigação sanguínea e distribuição dos fluidos corporais e consequente oxigenação dos tecidos. A carga emocional altera este movimento. Segundo VOLPI (2017), "experimentos fisiológicos revelaram que o músculo é capaz de fixar e metabolizar lentamente uma carga emocional ou catabolizá-la instantaneamente. Caso ocorra a fixação, haverá uma hipertonia, uma couraça; se a metabolização for rápida, haverá um movimento."

Temos então que as emoções são expressões que correspondem a diferentes ritmos e intensidades de carga energética. Desta forma, os conflitos emocionais gerados pela inibição dos impulsos estão ancorados nas couraças musculares e protegem o caráter do indivíduo. A couraça tem então dupla função: proteger o ego e inibir o impulso de satisfação. É como se o indivíduo inconscientemente investisse na sua própria impotência.

> O organismo encouraçado é incapaz de quebrar sua própria couraça, e é igualmente incapaz de expressar suas emoções biológicas elementares. Está habituado à sensação de cócegas, mas nunca sentiu o prazer orgonótico. O indivíduo encouraçado não consegue expressar um suspiro de prazer ou imitá-lo conscientemente. Quando tenta fazê-lo, o resultado é um gemido, um urro reprimido, abafado, ou mesmo um impulso para vomitar. Não consegue dar livre curso à raiva ou bater com o punho numa imitação de raiva. Não consegue expirar totalmente. Seu diafragma apresenta movimentos muito limitados (isso pode ser verificado facilmente pelos raios X). Não é capaz de mover a pelve para frente. Quando lhe pedem para fazê-lo, frequentemente não compreende o pedido ou faz o movimento errado, isto é, um movimento indicativo de retenção. As tensões excessivas nos músculos periféricos e no sistema nervoso tornam o organismo encouraçado bastante sensível à pressão. É impossível tocá-lo em certas partes sem provocar manifestações de forte angústia ou nervosismo. (REICH, 1995, pp-12- 13)

Reich compreendeu então a importância de um mapeamento corporal que favorece o processo terapêutico, visto que as couraças musculares não estão relacionadas apenas a um músculo, mas sim há um conjunto de músculos e órgão que se relacionam diretamente a funções corporais.

Este mapeamento emocional Reich denominou sete níveis ou segmentos de couraça onde é possível "ler" a história de vida dos pacientes. Estes segmentos de couraças tem como característica uma disposição horizontal no corpo (perpendiculares à coluna vertebral), tendo em vista que a energia vital circula verticalmente, estes segmentos "cortam" a energia vital. Funcionalmente eles se relacionam uns com os outros e acabam por "estrangular" a energia, não permitindo que a mesma flua de forma equilibrada.

Estes segmentos são: o ocular, o oral, o cervical, o torácico, o diafragmático, o abdominal e o pélvico. A couraça se mostra como uma contração muscular, ou também como uma perturbação energética, que altera o funcionamento do organismo como um todo podendo acarretar problemas de ordem física e/ou psíquica. Cabe dizermos então que cada segmento de couraça funciona como um "anel" que circula o corpo horizontalmente e que tende a reter o fluxo energético do corpo que está constantemente movendo-se verticalmente (direção céfalo-caudal).

Estes segmentos foram mapeados por Reich e esclarecem que o desenvolvimento do ser humano, desde a gestação até a maturidade psicoemocional, estão relacionados ao corpo. Comprometimento na gestação e até os primeiros 10 dias de vida afetarão a região do segmento ocular e tratam ao indivíduo possíveis problemas relacionados aos ouvidos, olhos, nariz, pele e nível de interpretação. Na realidade o que está em questão é a integração sensorial. O indivíduo com grande comprometimento no segmento ocular terá uma condição energética baixa (hipoorgonia) e emocionalmente veremos uma condição de melancolia, esta pessoa irá se queixar de um vazio podendo apresentar pulsões suicidas. Podemos dizer que esse tipo de paciente apresenta uma melancolia associada a uma sociopatia.

O segmento ocular está associado ao sentimento básico de medo e a dificuldade de contato. Podemos observar a expressão de olhos arregalados, bem como as alergias relacionadas ao contato como, por exemplo, a urticária associada a manifestação psicossomática de medo extremo. Temos então que o indivíduo nesta condição tem uma sobrecarga no primeiro segmento porque o cérebro reptiliano (primitivo) precisa de muita energia para sobreviver. Reich falava que a base do cérebro está sobrecarregada na condição psicótica. Ocorrendo a necessidade então de descarregar o primeiro nível para permitir que o paciente entre em contato com a realidade. Ter um bloqueio neste nível não significa ser psicótico, mas sim que, se o indivíduo encontrar, ao longo de sua vida, um estresse muito forte, equivalente ao período uterino ou que tenha ocorrido nos 10 primeiros dias de vida, o núcleo psicótico pode se manifestar.

O segundo segmento de couraça é chamado de oral e está associado à região da boca. Como etapa do desenvolvimento temos que, houve comprometimento no período entre os 10 primeiros dias de vida até o desmame, ou seja, toda fase oral ou de incorporação. Como sentimento básico temos a raiva característica do bruxismo. A condição psicopatológica é denominada de borderline onde vemos um indivíduo com bom nível energético, porém sem equilíbrio energético (hiperorgonótica desorgonótica). Psicologicamente veremos uma condição depressiva muitas vezes associada a agressividade (raiva). A raiva encobre a condição depressiva. Junto a isso vemos uma constante condição de defesa (pescoço rígido) para poder

manter a energia e não deprimir. Vemos ainda um forte narcisismo relacionado ao egoísmo, por ter medo de não conseguir sobreviver. Temos então que o indivíduo com essas características deve encontrar o próprio limite e o terapeuta deve ser a boa mãe, capaz de dar limites amorosamente. Vemos na condição do indivíduo oral dois aspectos: o primeiro diz respeito a uma oralidade insatisfeita, quando a amamentação foi inadequada; o segundo aspecto diz respeito a uma oralidade reprimida quando o desmame foi precoce ou brusco.

O terceiro segmento é o da região do pescoço, onde está a sede do controle e do narcisismo, podemos dizer que é onde se localiza a arrogância. O quarto segmento, engloba o peitoral, os órgãos vitais como pulmão e coração. Região do afeto onde podemos observar a característica de ambivalência, os conflitos relacionados ao amor e ao ódio. O quinto segmento é o diafragmático e envolve vários órgãos e vísceras como fígado e vesícula, pâncreas, baço, estômago, rins, plexo solar. É onde encontramos a ansiedade e vemos como manifestações somáticas as gastrites. O sexto segmento é o abdominal e está relacionado a impulsividade, tem como órgãos o intestino delgado e grosso e como manifestação somática os problemas intestinais. O sétimo e último segmento é a região do prazer, cujo bloqueio responde pela impotência, frigidez, vaginismo.

Os bloqueios estão presentes nos diferentes tipos de caráter, combinados de diferentes formas, mas como característica comum: estes atuam impedindo o fluxo de energia vital de manifestar-se de forma harmônica pelo corpo e ancoram diferentes memórias relativas à vida do indivíduo. Assim reconhecemos a importância da massagem e dos trabalhos corporais na terapia, pois o ancoramento destes diferentes bloqueios podem ser liberados ou flexibilizados, trazendo saúde integral ao paciente.

Vemos então que cada segmento retém uma história particular decorrente de estresses sofridos durante as etapas do desenvolvimento. A massagem é o trabalho de manipulação das couraças buscando a expressão das emoções. Ela serve tanto para o diagnóstico energético, como para o desenvolvimento do tratamento em si. Também para o estabelecimento da “ponte radiante”, relação entre paciente e terapeuta que desenvolve a sensação de órgãos. E finalmente, para o desenvolvimento do tratamento, ou seja, flexibilização e eliminação da couraça muscular. Possibilitando assim o restabelecimento da circulação da energia e funcionalidade do corpo, liberando o impulso básico reprimido e proporcionando a total capacidade de pulsação do organismo como um todo.

O objetivo da massagem reichiana é retomar o livre fluxo energético pelo corpo, permitindo ao organismo que pulse, expandindo-se e contraindo-se livre das couraças. E devemos também

considerar que ao fazermos esse tipo de trabalho, emoções pode surgir visto que, conforme indica Reich (1979), "a dissolução de um espasmo muscular não só libera a energia vegetativa mas, além disso e principalmente, reproduz a lembrança da situação de infância na qual ocorreu a repressão do instinto. Pode dizer-se que toda rigidez muscular contém a história e o significado da sua origem."

Desta forma, não se trata de uma massagem puramente mecânica, mas sim de um trabalho em sincronia com o trabalho analítico que possibilite o avanço nos aspectos emocionais, desenvolva a autoconsciência e fortaleça o indivíduo tanto nos aspectos de sua condição de saúde física como no amadurecimento emocional. O trabalho de mapeamento fundamenta o trabalho com a massagem reichiana, trazendo consistência para este processo. É importante ressaltar que não se trata de uma massagem apenas para relaxamento, mesmo que isso também traga enormes benefícios. O foco da "massagem" é a dissolução e flexibilização da couraça muscular e a liberação do impulso original, ou seja, sentimentos e emoções incontroláveis, do qual o paciente se defende para não "sucumbir" em termos de "personalidade". Trata-se então de acessar em um "espaço seguro" aquilo que de fato impede o paciente de estar plenamente realizado. Colocar estas emoções em evidência para que o paciente perceba que já não precisa se defender, pois as situações que lhe causaram tanto medo ou frustração estão relacionadas a outras etapas. Liberar a emoção é também aliviar a neurose e abrir caminho para uma nova forma de ser e estar no mundo.

REFERÊNCIAS

REICH, W. **Análise do Caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

REICH, W. **A linguagem expressiva da vida**. In: REICH, Wilhelm. **Análise do Caráter.** São Paulo: Martins Fontes, 1995.

VOLPI, J. H. A memória emocional ancorada no corpo. **Apostila do curso de Especialização em Psicologia Corporal.** Curitiba: Centro Reichiano, 2017.

VOLPI, J.H. A prática da vegetoterapia. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Revista Psicologia Corporal.** Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

VOLPI, J.H. Massagem reichiana. **Apostila do curso de Massagem Reichiana.** Curitiba: Centro Reichiano, 2017. p. 114.