Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal

v. 27 · 2026 · p. 16-21 · e-ISSN 3086-1438

Sonhos e Couraça

Uma leitura reichiana do inconsciente

Dreams and Armor

José Henrique Volpi (1)

(1) Centro Reichiano · Curitiba-PR · Brasil

Resumo

Este artigo propõe uma leitura dos sonhos a partir da psicologia corporal desenvolvida por Wilhelm Reich, articulando conceitos de couraça muscular, fluxo energético e fisiologia do sono. Parte-se da hipótese de que os sonhos não são apenas produções simbólicas do inconsciente, mas expressões diretas do estado energético do organismo, refletindo tanto o grau de mobilidade quanto os bloqueios corporais. Integram-se dados da neurofisiologia do sono REM com a teoria dos sete segmentos de couraça, propondo um modelo clínico de leitura do material onírico. Conclui-se que o sonho constitui simultaneamente instrumento diagnóstico e processo autorregulador do organismo, podendo revelar e promover a dissolução parcial de bloqueios energéticos.

Palavras-chave: Couraça do caráter; Economia sexual; Potência orgástica; Psicologia corporal; Wilhelm Reich.

Abstract

This article proposes an interpretation of dreams based on the body psychology developed by Wilhelm Reich, articulating concepts of muscular armor, energetic flow, and sleep physiology. The study is grounded on the hypothesis that dreams are not merely symbolic productions of the unconscious, but direct expressions of the organism's energetic state, reflecting both the degree of mobility and bodily blockages. Data from REM sleep neurophysiology are integrated with the theory of the seven armor segments, proposing a clinical model for interpreting dream material. It is concluded that dreams simultaneously constitute a diagnostic instrument and a self-regulatory process of the organism, capable of revealing and promoting the partial dissolution of energetic blockages.

Keywords: Character armor; Sexual economy; Orgastic potency; Body psychology; Wilhelm Reich.

Introdução

Os sonhos sempre ocuparam posição central na investigação da vida psíquica. Na tradição psicanalítica, foram compreendidos como manifestações do inconsciente, sendo

considerados por Freud como a “via régia” de acesso ao inconsciente (FREUD, 1900/2019). Posteriormente, Jung ampliou essa compreensão ao enfatizar o caráter simbólico e arquetípico das produções oníricas (JUNG, 2013).

Na perspectiva reichiana, entretanto, ocorre um deslocamento epistemológico fundamental: o inconsciente deixa de ser compreendido exclusivamente como conteúdo psíquico e passa a ser entendido como expressão simultaneamente psíquica e corporal. Reich (1995) propõe que experiências emocionais não elaboradas são inscritas no corpo sob a forma de tensões musculares crônicas, denominadas couraça muscular.

Nesse sentido, os sonhos passam a ser compreendidos como manifestações do estado energético do organismo, refletindo tanto seus fluxos quanto seus bloqueios somáticos. O presente artigo tem como objetivo aprofundar essa perspectiva, articulando a teoria reichiana com achados contemporâneos da fisiologia do sono.

Fundamentação teórica

Reich (2001) concebe o organismo como um sistema energético autorregulado cuja dinâmica fundamental se organiza segundo o princípio da pulsação biológica, caracterizada por movimentos rítmicos de expansão e contração. Essa pulsação manifesta-se concretamente em processos como respiração, circulação, motilidade visceral e atividade autonômica.

A saúde, nesse modelo, corresponde à capacidade de sustentar essa pulsação de forma livre e integrada. Já os estados patológicos emergem quando essa dinâmica é interrompida por contenções crônicas originadas de experiências emocionais precoces, que se fixam no corpo sob a forma de tensões musculares (REICH, 1995).

A energia orgânica, descrita por Reich como energia orgone, apresenta propriedades funcionais de carga, descarga e movimento, sendo particularmente evidente no reflexo do orgasmo, considerado expressão máxima da autorregulação biológica (REICH, 2001). A capacidade orgástica, nesse contexto, indica não apenas função sexual, mas o grau global de vitalidade do organismo.

A autorregulação refere-se à capacidade do organismo de manter equilíbrio interno sem controle consciente excessivo, antecipando conceitos da fisiologia moderna, como a homeostase (CANNON, 1932). Contudo, Reich amplia essa noção ao integrar dimensões emocionais e expressivas ao funcionamento biológico.

Quando o fluxo energético é interrompido, forma-se a couraça muscular, responsável por limitar tanto a expansão quanto a contração do organismo, reduzindo sua flexibilidade funcional (REICH, 1995). Essa rigidez compromete a autorregulação e estrutura padrões caracterológicos relativamente estáveis.

A couraça organiza-se em sete segmentos funcionais — ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático, abdominal e pélvico — que correspondem a diferentes níveis de expressão somática e emocional (REICH, 1995). Cada segmento está associado a funções específicas como percepção, comunicação, emoção, respiração, ação e sexualidade, compondo uma organização funcional integrada do corpo.

Do ponto de vista energético, a couraça atua como sistema de contenção que interrompe a pulsação orgânica. Sua dissolução, portanto, é condição fundamental para a restauração da mobilidade energética e da vitalidade global do organismo.

Fisiologia do sono e dos sonhos

O sono organiza-se em ciclos alternados entre fases NREM e REM, com funções fisiológicas distintas relacionadas à regulação cerebral e corporal (HOBSON, 2002). A fase NREM está associada à restauração metabólica e redução da atividade cortical.

A fase REM, por sua vez, caracteriza-se por intensa atividade cerebral, ativação límbica, redução do controle pré-frontal e atonia muscular generalizada. Esse estado paradoxal favorece a emergência de conteúdos oníricos emocionalmente intensos e simbolicamente estruturados.

Segundo Siegel (2005), trata-se de um estado de ativação interna com bloqueio motor periférico, no qual o sistema nervoso mantém alta excitação autonômica enquanto impede a execução motora dos conteúdos mentais.

Na perspectiva reichiana, o sono REM representa um estado de relaxamento parcial da couraça muscular, no qual há diminuição do tônus e aumento da mobilidade energética. Entretanto, esse fluxo continua condicionado pelos limites estruturais do organismo, o que se expressa simbolicamente nos sonhos.

O sonho como expressão do estado energético

O sonho pode ser compreendido como um processo funcional do organismo no qual se articulam dinâmica neurofisiológica e organização psicocorporal (HOBSON, 2002; REICH, 2001).

Durante o sono, o relaxamento muscular progressivo permite o afrouxamento parcial da couraça, favorecendo o aumento do fluxo energético. Esse movimento encontra, entretanto, áreas de resistência correspondentes a bloqueios somáticos.

Ao entrar em contato com essas resistências, o organismo produz imagens simbólicas que representam tentativas de elaboração dessas tensões. O sonho, nesse sentido, organiza-se como um processo de simbolização funcional da dinâmica energética.

Quando o fluxo se mantém relativamente livre, o sonho assume caráter integrador. Quando encontra resistência significativa, surgem manifestações de ansiedade ou interrupção do sono, como nos pesadelos (AZEVEDO, s.d.).

Sonhos e segmentos de couraça

Os conteúdos oníricos refletem diretamente a organização segmentar do corpo, permitindo a identificação de padrões de bloqueio energético.

O segmento ocular relaciona-se à percepção e ao contato com a realidade, aparecendo em sonhos como distorções ou confusão visual. O segmento oral associa-se ao desejo e à nutrição, emergindo em temas de carência ou perda.

O segmento cervical relaciona-se à integração entre pensamento e ação, manifestando-se como indecisão ou bloqueio de movimento. O segmento torácico refere-se às emoções e identidade, aparecendo em sonhos com medo de exposição ou inferioridade.

O segmento diafragmático relaciona-se à regulação emocional e à respiração, sendo associado a sensações de sufocamento. O segmento abdominal liga-se à ação e agressividade, enquanto o pélvico associa-se ao prazer e à sexualidade, frequentemente interrompidos nos sonhos.

O sonho como instrumento clínico

Na clínica reichiana, o sonho possui funções diagnósticas e terapêuticas, sendo expressão direta do estado energético do organismo (REICH, 1995; REICH, 2001).

Do ponto de vista diagnóstico, permite identificar níveis de bloqueio, áreas de vitalidade e padrões caracterológicos, uma vez que o conteúdo onírico reflete a organização da couraça muscular.

Do ponto de vista terapêutico, o sonho pode dar continuidade ao trabalho corporal, facilitando a elaboração emocional e promovendo desbloqueios parciais (AZEVEDO, s.d.). Atua, assim, como extensão espontânea do processo terapêutico.

Nesse sentido, o sonho é compreendido como um mecanismo de autorregulação do organismo, no qual a energia busca reorganizar-se em direção a maior integração funcional.

Considerações finais

A integração entre a teoria reichiana e a fisiologia do sono permite compreender os sonhos como expressões diretas da dinâmica energética do organismo. A abordagem de Boadella (1987) amplia essa compreensão ao propor a existência de múltiplos fluxos de desenvolvimento — motor, emocional e perceptivo — que se integram ao longo da vida.

O sonho, nesse contexto, não é apenas fenômeno psíquico, mas expressão somática do inconsciente, superando a dicotomia mente-corpo e afirmando o organismo como unidade funcional integrada.

A neurociência do sono fornece suporte empírico a essa leitura, especialmente ao demonstrar que o sono REM favorece relaxamento muscular e intensa atividade cerebral simultânea, criando condições para a emergência de conteúdos oníricos.

Os sonhos constituem, portanto, uma via privilegiada de acesso ao estado energético do organismo, revelando tanto fluxos quanto bloqueios. Mais do que representações simbólicas, são processos vivos de autorregulação, fundamentais para a compreensão clínica integrada do ser humano.

Referências

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, Maria de Melo. *O sonho reichiano: uma abordagem reichiana dos sonhos*. [s.l.: s.n.], s.d.

BOADELLA, David. *Lifestreams: an introduction to biosynthesis*. London: Routledge, 1987.

CANNON, Walter B. *The wisdom of the body*. New York: W. W. Norton & Company, 1932.

FREUD, Sigmund. *A interpretação dos sonhos*. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

HOBSON, J. Allan. *Dreaming: an introduction to the science of sleep*. Oxford: Oxford University Press, 2002.

JUNG, Carl Gustav. *O homem e seus símbolos*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2013.

REICH, Wilhelm. *Análise do caráter*. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

REICH, Wilhelm. *A função do orgasmo*. São Paulo: Brasiliense, 2001.

REICH, Wilhelm. *A bioeletricidade do orgasmo*. São Paulo: Martins Fontes, 1988.

REICH, Wilhelm. *Éter, Deus e Diabo*. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

SIEGEL, Jerome M. Clues to the functions of mammalian sleep. *Nature*, v. 437, p. 1264–1271,

2005.

Credenciais dos autores

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

Como citar este artigo

VOLPI, José Henrique. Sonhos e Couraça. Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal, Curitiba, v. 27, p. 16-21, 2026. e-ISSN 3086-1438. Disponível em: https://centroreichiano.com.br/artigos/sonhos-e-couraca/. Acesso em: 11/10/2026.