



Anais do Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais

27º Congresso · 2024 · ISBN 978-65-89012-04-7

Autorregulação

Da prática à entrega potência orgástica

Self-regulation

Alessandra da Silva Eisenreich Henriques (1); Antonio Roberto de Sousa Henriques (2)

(1) Centro Reichiano · Porto Alegre-RS · Brasil

(2) Centro Reichiano · Porto Alegre-RS · Brasil

Resumo

Segundo Reich, a autorregulação do organismo seria o caminho para a genitalidade, uma forma de diminuir os processos neuróticos na transformação do indivíduo. Seu trabalho clínico visava alcançar o Reflexo do Orgasmo e a Potência Orgástica em seus pacientes. Atingido este objetivo (potência orgástica), o indivíduo já teria condições de se manter em um nível menos neurótico. Através dessa perspectiva teórico-clínica ele passa a aprofundar suas pesquisas no campo da relação entre o psiquismo e as correntes vegetativas biológicas.

Palavras-chave: Autorregulação; Potência orgástica; Reflexo do orgasmo; Psicologia; Reich.

Abstract

According to Reich, the self-regulation of the organism would be the path toward genitality, a way to reduce neurotic processes in the transformation of the individual. His clinical work aimed to achieve the Orgasm Reflex and Orgastic Potency in his patients. Once this objective (orgastic potency) was achieved, the individual would be able to maintain a less neurotic level of functioning. Through this theoretical-clinical perspective, Reich deepened his research in the field of the relationship between the psyche and biological vegetative currents.

Keywords: Self-regulation; Orgastic potency; Orgasm reflex; Psychology; Reich.

Autorregulação

Segundo Boadella (1985), a primeira vez que foram formulados os conceitos sobre a autorregulação foi na década de 40, por Tage Philipson, um colaborador de Reich que destacou a importância de considerar uma criança como um indivíduo com direitos iguais aos nossos e da necessidade de os pais manterem o contato com seus sentimentos e permitirem sua expressão. Através desse conceito, com a liberdade e aceitação dos ritmos biológicos, a criança se moldaria naturalmente à estrutura que existe à sua volta, sem ser

forçada a se habituar, muitas vezes contra sua natureza, evitando assim a criação e reforço de suas neuroses. Quando questionado sobre se essa forma não produziria crianças “mimadas”, ele argumentou que:

A essência da situação que produz a criança mimada é o esbanjamento de prazeres substitutos numa tentativa de compensar uma deficiência básica da responder às necessidades reais de uma criança. Se as necessidades fundamentais da criança são gratificadas, ela aceitará as frustrações e acomodações inevitáveis, implícitas no processo da vida, muito mais rapidamente do que a criança que perdeu seu ritmo básico e aprendeu a reprimir seus sentimentos naturais. (BOADELLA, 1985, p. 215).

Na prática de consultório, utilizando a massagem terapêutica, a Bioenergética, técnicas respiratórias e outras técnicas que fomos aprendendo, observamos que toda a pessoa que chega até a terapia tem basicamente duas histórias: a que ela conhece e explicita através de suas queixas e aquela que está escrita em seu corpo e que por vezes ela nem percebe.

Através dos estudos sobre a psicoterapia corporal, aprendi a interpretar os gestos e captar o que está implícito e pronto para vir à tona para poder ser transformado. Segundo Reich, quando se torna possível, através da análise do caráter, ler as expressões emocionais, o paciente não necessita falar. (VOLPI, 2000, p. 16).

Nosso corpo revela a nossa história psicológica, a cultura, a educação recebida e o modo que a pessoa utiliza para ter um espaço, para ser nesse universo. A partir dessa premissa, colocando o corpo como um referencial onde tudo o que vivenciamos está impresso, percebemos que ao trabalhar o corpo, proporcionamos que a pessoa entre em contato com o que está registrado, se envolva com isso e processe isso de modo a transformar o material que está de certa forma bloqueando seu desenvolvimento e ir em direção à compreensão, à aceitação e integração.

Com a interpretação do modo de agir desse indivíduo, como ele satisfaz seus anseios, como lida com suas necessidades, suas frustrações e privações tanto interior quanto exteriormente e o quanto isso pode ser mudado no caso de estar prejudicando-o, ao mudar seu padrão de atitude — e isso é possível quando já se tem um nível de autoconhecimento — haverá necessariamente um crescimento e mudança. Nisso reside o objetivo do trabalho terapêutico: o papel do terapeuta é auxiliar, através de técnicas, que o indivíduo se transforme e, em consequência disso, altere seu estilo de vida, seu meio ambiente e estado psicológico, tendo uma vida mais prazerosa e gratificante.

Reich define saúde com base na capacidade do indivíduo oscilar ritmicamente entre o sistema nervoso simpático e o parassimpático. Quando há expansão em um, há contração

no outro. Esse é o ritmo devido ao qual o indivíduo vive e a inaptidão de manter esse balanceamento é que gera as patologias. Através da fórmula do orgasmo, que é por definição um sistema de quatro estágios: tensão mecânica - carga bioelétrica - descarga bioelétrica e relaxamento, quando completado este ciclo com sucesso o organismo se autorregula indo em direção a este equilíbrio homeostático.

O contínuo estado de expansão é sinônimo de parassimpaticomia e o contínuo estado de contração é sinônimo de uma simpaticotomia. O equilíbrio entre os dois sistemas é chamado por Reich de homeostase e a ausência de pulsação representa a couraça. (VOLPI; VOLPI 2003, p. 18).

Caráter

Freud, em 1908, foi quem primeiramente discutiu o conceito de caráter, depois disso Reich aprimorou-o e introduziu a ideia de tratar os pacientes não pelos seus sintomas, mas pela interpretação da natureza e função de seu caráter.

Segundo Reich, o que forma o caráter são os hábitos e as reações frente às mais diversas situações, seu comportamento (timidez, agressividade etc.) e suas atitudes físicas (postura, hábitos de contenção e movimentação do corpo).

O caráter consiste numa mudança crônica do ego que se poderia descrever como um enrijecimento. Esse enrijecimento é a base real para que o modo de reação característico se torne crônico; sua finalidade é proteger o ego dos perigos internos e externos. Como uma formação protetora que se tornou crônica, merece a designação de “encouraçamento”, pois constitui claramente uma restrição à mobilidade psíquica da personalidade como um todo.

O grau de flexibilidade do caráter, a capacidade de se abrir ou de se fechar ao mundo exterior, dependendo da situação, constitui a diferença entre uma estrutura orientada para a realidade e uma estrutura de caráter neurótico.

A couraça de caráter forma-se como resultado crônico de choque entre exigências pulsionais e um mundo externo que frustra essas exigências. É em torno precisamente daquela parte da personalidade que se situa na fronteira entre a vida pulsional biofisiológica e o mundo exterior.

Condições da Diferenciação do Caráter

De acordo com Reich (1995, p. 156), o resumo do esquema abaixo revela as seguintes possibilidades das quais depende a formação do caráter:

- a fase na qual a pulsão é frustrada;
- a frequência e intensidade das frustrações;
- as pulsões contra as quais a frustração é principalmente dirigida;
- a correlação entre indulgência e frustração;
- as contradições nas próprias frustrações.

Todas essas condições são determinadas pela ordem social dominante no que diz respeito à educação, moralidade e satisfação das necessidades, em última análise, pela estrutura econômica vigente da sociedade. (Reich, 1995, p. 156)

Tipos Básicos de Caráter

Reich chamou de caráter genital ao indivíduo dotado de flexibilidade e espontaneidade orgânica, capaz de se entregar totalmente ao fluxo de suas sensações prazerosas e descarregar completamente seu nível de excitação em movimentos involuntários no orgasmo sexual. Essa capacidade, denominada “potência orgástica”, regula o fluxo energético do organismo e é índice de saúde física e mental.

O caráter neurótico seria o indivíduo incapaz de se entregar ao fluxo de sensações e de descarregar por completo o nível de excitação do organismo. Essa incapacidade, chamada “impotência orgástica”, impede que o organismo regule o fluxo de sua energia, mantendo sempre níveis de tensão, de insatisfação, de conflito, fonte geradora de sintomas e distúrbios somáticos e psíquicos.

A couraça do caráter forma-se como resultado crônico de choque entre exigências pulsionais e um mundo externo que frustra essas exigências. A primeira defesa é a repressão, que restringe temporariamente os impulsos sexuais. À medida que as defesas do ego se tornam cronicamente ativas e automáticas, elas se transformam em traços estáveis de caráter que se combinam para formar o sistema individual de couraça do caráter.

A couraça do caráter inclui todas as forças defensivas repressoras, que formam um padrão coerente do ego.

O comportamento do paciente (modo, olhar, linguagem, fisionomia, vestimenta, aperto de mão etc.) não é apenas imensamente subestimado em termos de sua importância

analítica; ele normalmente é totalmente ignorado. (REICH, 1976, p. 34).

Traços de caráter não são sintomas neuróticos. A diferença, segundo Reich, está no fato de que os sintomas neuróticos são experimentados como alheios ao indivíduo, enquanto os traços neuróticos de caráter são sentidos como partes integrantes da personalidade.

O objetivo da análise de caráter consistia na liberação da “energia psíquica” da couraça do caráter e da couraça muscular, e no estabelecimento da potência orgástica.

Reich, ao observar as tensões corporais, percebeu que elas se estabeleciam em formas de anéis de couraças. As emoções estavam guardadas nos músculos, nas vísceras, e o trabalho terapêutico não poderia se restringir apenas ao que Freud propunha, mas também propiciar uma revivência desse material.

O mecanismo modelador da couraça é a repressão, que atua como meio de evitar a dor, atenuar a angústia e proteger o organismo.

Com o tempo, esses mecanismos de defesa se cronificam, integrando-se ao ego.

A tensão muscular crônica bloqueia excitações biológicas básicas: ansiedade, cólera ou excitação sexual. Couraças físicas e psíquicas são essencialmente as mesmas.

A couraça muscular está constituída pela soma das contrações musculares e por uma limitação funcional do processo respiratório.

O espasmo da musculatura é o aspecto somático do processo de repressão, e a base de sua contínua preservação. (REICH, 1973, p. 302).

Segundo Reich, três ferramentas principais são empregadas para dissolver a couraça:

1. aumentar a energia no corpo através de respiração profunda;
2. atacar diretamente os músculos cronicamente tensos para afrouxá-los;
3. manter a cooperação do paciente lidando com resistências emocionais.

Reich utilizava essas ferramentas em cada um dos sete segmentos de couraça.

A Linguagem do Corpo

Segundo Boadella (1985, p. 113) o artigo de Reich apresentado no congresso de Lucerna introduziu a ideia de que a expressão corporal de uma pessoa correspondia à sua atitude mental. Quanto mais Reich avançava na análise das defesas do caráter, mais descobria que toda a pessoa neurótica que tratava se achava perturbada enquanto um organismo total. As observações clínicas revelavam que a inibição da agressão, da angústia, do

prazer, ou de qualquer outra emoção forte, estava regularmente associada a um distúrbio da musculatura corporal, ou na direção do aumento do tônus: espasmo; ou na direção da redução do tônus: flacidez. No seu tratamento gradualmente dirigiu cada vez mais atenção ao estado de tensão da musculatura do corpo.

A ideia de que a relaxação muscular ajudaria na libertação da emoção reprimida não era, naturalmente, nova. O fato importante de que no tratamento psicanalítico o paciente se deita de costas num divã revelou o reconhecimento deste fato. Sandor Ferenczi, em especial, havia salientado de forma positiva a necessidade de ser levada em conta a atitude corporal dos pacientes ao escrever:

Tenho assim aprendido que às vezes é útil recomendar exercícios de relaxamento, e que com esse tipo de relaxamento poderemos superar as inibições físicas e as resistências pela associação. (BOADELLA, 1985, p.113)

Reich foi o primeiro analista, contudo, a introduzir um estudo exaustivo de justamente quais mecanismos corporais estavam envolvidos na dinâmica da repressão, da dissociação ou outras defesas contra as emoções.

Quando a atenção foi focalizada diretamente no corpo desta forma, descobriu que isso acelerava em grande parte o processo de liberação dos conteúdos reprimidos. Os pacientes tratados por ele em Copenhague apresentaram liberação da energia vegetativa como resultado do trabalho persistente sobre as defesas do caráter. Quando o trabalho contínuo sobre as defesas musculares foi introduzido, ele descobriu que obtinha tais reações vegetativas regularmente e de uma forma mais intensa.

Durante os cinco anos seguintes, seu trabalho psiquiátrico modificou-se progressivamente na direção de liberar emoções de prazer, raiva, angústia e tristeza em suas formas primárias como reações vegetativas, envolvendo o organismo todo. Após seu rompimento com a Sociedade Psicanalítica, passou a chamar eventualmente suas novas técnicas de dissolução da couraça muscular pelo nome de vegetoterapia, mas insistia que isso não substituíria o trabalho analítico do caráter. Ao contrário, a vegetoterapia era a “análise do caráter na área do corpo” e, segundo Lowen (1985):

Refere-se à mobilização dos sentimentos e sensações através da respiração e de outras técnicas corporais que ativam os centros vegetativos (os gânglios do sistema nervoso autônomo) e liberam energias “vegetativas”. (LOWEN, 1985, p. 17).

Quando Reich começou a influenciar as tensões corporais, continuou usando simplesmente métodos de análise do caráter, isto é, descrevia cuidadosamente ao paciente sua expressão corporal, ou ele mesmo a imitava, a fim de que o paciente se

tornasse cada vez mais consciente da maneira detalhada como usava partes diferentes de seu corpo para suprimir sentimentos vitais. Primeiro encorajava seus pacientes a intensificarem uma tensão particular de forma deliberada, para auxiliá-los na conscientização dela. Com a intensificação, em geral, era capaz de liberar uma forma aguda de emoção que havia sido reprimida pela tensão crônica. Somente então a tensão poderia ser adequadamente abandonada. Cada vez mais, contudo Reich começou a empregar suas mãos diretamente sobre os corpos dos pacientes para trabalhar de forma incisiva sobre os nódulos de tensão muscular. Fazia grande esforço para salientar que isso era bastante diferente de uma massagem fisiológica ou manipulação do paciente. Na vegetoterapia foi sempre guiado pela função emocional das tensões. Se isso não fosse compreendido, a pressão mecânica sobre um determinado grupo de músculos tinha apenas efeitos muito superficiais. Por esta razão, nenhuma tentativa será feita aqui de descrever técnicas vegetoterapêuticas em maiores detalhes. O pré-requisito indispensável para qualquer método que o terapeuta use para liberar as emoções encorajadas na musculatura é que esteja em contato com suas próprias sensações e capaz de empatia total com o paciente e sentir em seu próprio corpo o efeito de contrações particulares sobre as energias do paciente. (BOADELLA, 1985, p. 116).

O objetivo da técnica da análise do caráter era restaurar a potência orgástica e o estabelecimento de uma capacidade autorregulatória no amor e no trabalho. O objetivo terapêutico da vegetoterapia complementava isso num nível mais orgânico. Viria a estabelecer o que Reich chamou de “vida vegetativa”. Uma das expressões mais claras disso era o restabelecimento do “fluxo” de sensações causado pela liberação da energia das tensões musculares. À medida que os pacientes renunciavam cada vez mais à blindagem corporal e sua respiração se tornava mais livre, a capacidade de se entregarem a movimentos espontâneos e involuntários aumentava muitíssimo. Pouco a pouco, as várias sensações de calor, de formigamento na pele e de movimentos trêmulos nos membros e tronco começam a se integrar num movimento reflexo convulsivo do corpo no qual havia uma flexão espasmódica involuntária e extensão da coluna dorsal. Olhando como um todo o corpo parecia estar expandindo e contraindo de modo pulsátil. Devido à semelhança próxima com os movimentos espasmódicos do orgasmo, Reich denominou-o de “reflexo de orgasmo”. Os movimentos involuntários do corpo no orgasmo eram, entretanto, apenas uma expressão desta capacidade fundamental do corpo de pulsação biológica. Outros exemplos de padrões de movimentos completamente involuntários desse gênero são os movimentos convulsivos do feto ou os movimentos espasmódicos do corpo que podem ser observados na criança de peito. (BOADELLA, 1985, p. 118).

Segundo ele, um excelente sumário de algumas das outras características da vida vegetativa foi feito por Ola Raknes (1970), que trabalhou de perto com Reich nesse período. Ele menciona de modo especial os itens:

- I. "O corpo inteiro apresenta um bom tônus; a estatura do corpo é elasticamente ereta; não há câimbra ou espasmo.
- II. A pele é quente, com abundante suprimento sanguíneo, de coloração avermelhada ou levemente bronzeada; a transpiração pode ser quente.
- III. Os músculos podem se alterar da tensão para a relaxação, sendo, contudo, nem cronicamente contraídos, nem flácidos; a peristalse é fácil; ausência de constipação ou hemorroidas. Os traços faciais são vivos e variáveis, nunca rígidos ou semelhantes a uma máscara. Os olhos são claros com reações pupilares rápidas e os globos não são nem proeminentes, nem fundos.
- IV. Há expiração completa e profunda com pausa antes da nova inspiração; movimentos do peito livres e fáceis.
- V. O pulso é usualmente regular, calmo e forte; pressão sanguínea normal, nem muito alta, nem muito baixa".

Reich descobriu que este tipo de saúde era o melhor pré-requisito para o contato psíquico, para a capacidade de se relacionar com outras pessoas. Por esta razão, é interessante relacionar as qualidades orgânicas que Raknes sumarizou com os seus critérios de contato psíquico. Citando-o novamente:

1. Capacidade para concentração total, apresentá-la numa fração de trabalho, de uma tarefa, de uma conversa, ou de um abraço genital, e um sentimento de unidade entre o que a pessoa faz e o que ela é.
2. Capacidade para e sentimento de contato quer consigo mesmo ou com as outras pessoas, com naturalidade e arte e, por exemplo, com os instrumentos utilizados no seu próprio trabalho; deve também ser mencionados aqui a habilidade de captar impressões, de ter coragem e o desejo de permitir que as coisas e os eventos se estruturarem.
3. Ausência de angústia onde não há nenhum perigo e capacidade de reagir racionalmente mesmo em situações perigosas - e coragem para entrar voluntariamente em situações perigosas onde vê uma finalidade racional e importante para fazê-lo.
4. Um sentimento profundo e duradouro de bem-estar e vigor, sentimento do qual a pessoa pode se tornar consciente cada vez que dirige sua atenção a ele, mesmo

quando lutando contra dificuldades ou quando sentindo dor corporal, que não deve ser, entretanto, forte demais, parte desse sentimento pode ser ligado a sentimentos de prazer nos genitais durante a respiração. (BOADELLA, 1985, p. 119).

Segundo Fadiman e Frager (2004), três ferramentas principais são empregadas para dissolver a couraça:

- a. Através da respiração profunda aumentar a energia no corpo;
- b. Pela pressão e compressão, atacar diretamente os músculos cronicamente tensos para afrouxá-los; e
- c. Manter a cooperação do paciente para que lidasse com as resistências ou restrições emocionais que surgirem.

Para cada segmento eram utilizadas estas ferramentas.

É uma serpente e, portanto, um símbolo do falo e ao mesmo tempo do movimento original biológico, que persuade Eva a seduzir Adão (...). Somos advertidos de que “Aquele que se alimenta da árvore do conhecimento conhece Deus e a vida, e por isso será castigado”. O conhecimento da lei do amor conduz ao conhecimento da lei da vida, e este conduz ao conhecimento de Deus. (REICH, 1961, p. 273)

Reich descobriu que quando os pacientes desenvolviam a capacidade de “plena entrega genital”, toda a sua existência e estilo de vida mudavam.

Estas pessoas começavam a sentir que as rígidas normas da sociedade, que anteriormente tomavam por certas, eram estranhas e antinaturais. As atitudes em relação ao trabalho também mudavam visivelmente. Muitas pessoas que trabalhavam mecanicamente por necessidade econômica abandonavam seus empregos para ir em busca de um trabalho novo e vital que preenchesse suas necessidades interiores. Com frequência aquelas que estavam interessadas em sua vocação floresciam com nova energia e capacidade. (FADIMAN; FRAGER, 2004).

Segundo Lowen, Reich havia chegado à conclusão de que a saúde emocional estava relacionada com a capacidade de se entregar inteiramente no ato sexual, ou o que ele chamava de potência orgástica.

Reich descobriu que não existe um indivíduo neurótico que possua tal capacidade. A neurose não só bloqueia essa entrega, como também, ao reter a energia em tensões musculares crônicas, evita que esta esteja disponível para descarga sexual. Reich também descobriu que os pacientes que chegaram à capacidade de alcançar a plena satisfação orgástica no ato sexual, libertaram-se de qualquer compromisso ou atitude neurótica,

mantendo-se livres dela continuamente. O orgasmo pleno, segundo Reich, descarrega todo o excesso de energia do organismo, não restando, portanto, nenhuma energia para suportar ou manter um sintoma ou comportamento neurótico. (LOWEN, 1985, p. 20)

Reich questionou a “vida genital saudável” dos pacientes neuróticos, pois, em sua opinião, nenhuma pessoa “neurótica” poderia ser orgasticamente potente, sendo que a neurose aprisiona as pessoas em suas tensões não deixando fluir a energia biológica. Poderiam ser potentes ereticamente, mas não orgasticamente, não havia uma entrega num organismo preso, teriam orgasmos, porém, vazios ou com descarga insuficiente.

Em um artigo apresentado em 1924, Reich enfatizou que:

A neurose é a manifestação de uma perturbação genital e não apenas sexual em geral, e ainda, que uma recaída em uma neurose após o tratamento analítico pode evitar-se na medida em que a satisfação orgástica no ato sexual houver sido assegurada. (REICH, 1975, p.117, original em itálico).

No ano de 1925, Reich observou que o meio sociocultural era um fator preponderante na formação das neuroses. Segundo ele, o trabalho analítico tornava-se mais completo quando o caráter do paciente era analisado como um todo e não apenas a análise do sintoma isolado, como era proposto pela psicanálise.

De acordo com Volpi (2000), Reich dizia que a angústia era uma excitação sexual não descarregada e que sua localização se dava na região cardíaca, que pode em determinado momento, quando essa excitação é bloqueada, se manifestar em forma de angústia. [...] Nessa época ainda não se tinha conhecimentos profundos sobre as reações neurovegetativas simpáticas e parassimpáticas. (VOLPI, 2000, p. 35).

Para Reich a psicanálise encontrava dificuldades em obter melhora em alguns tratamentos por erros de interpretação. Em 1927 ele falou sobre a “Couraça Muscular do Caráter”, definindo-a como uma “armadura” que envolve o paciente como um todo e o impede de progredir analiticamente. Nessa época passou a ter um papel mais ativo na análise dos processos patológicos de seus pacientes. Distanciou-se da análise dos sintomas e começou a análise do caráter e suas expressões psíquicas e corporais. Publicou, neste ano, “A Função da Genitalidade na Terapia das Neuroses” demarcando uma nova fronteira radical no pensamento psicanalítico, valorizando ainda mais o conceito de genitalidade.

A proposta da análise do caráter inclui a noção do desenvolvimento da couraça caracterológica. Quando surge uma pulsão e esta é reprimida pelo Ego, vai criando uma tensão e a repressão. Logo, onde houver uma brecha, esta pulsão volta a se expor e,

novamente é gerada mais energia no sentido de contê-la, formando um círculo vicioso: pulsão - repressão - tensão - escape - pulsão - repressão - tensão - escape, indefinidamente. Desta maneira, o indivíduo encouraçado tem pouco contato e este é fixo ou restrito, sem a mobilidade necessária para a real adaptação às exigências internas e externas. Com a liberação da libido, a energia presa nas couraças aumenta, gerando assim a cronicidade e rigidez da couraça, comprometendo a capacidade de descarga de excitação e a diminuição do prazer sexual. Esta ausência de prazer gera mais angústia e em contraponto cria frustração dos desejos que leva a uma reação agressiva, como esta também tem que ser reprimida, aumenta ainda mais a angústia. Logo, apesar do indivíduo se conter para ser socialmente aceito em suas atitudes, internamente ele está explodindo.

Partindo dessas conclusões, Reich começou a trabalhar clinicamente com o objetivo de dissolver estas couraças, desenvolvendo assim, o conceito de Potência Orgástica:

Potência orgástica é a capacidade de abandonar-se, livre de quaisquer inibições, ao fluxo de energia biológica; a capacidade de descarregar completamente a excitação sexual reprimida, por meio de involuntárias e agradáveis convulsões do corpo. (REICH, 1975, p.94).

A autorregulação é o processo de transformação do indivíduo para restabelecer a potência orgástica e o reflexo do orgasmo. É o movimento espontâneo e natural de todo o organismo que, quando é interrompido, dá origem à couraça muscular.

Segundo Reis (1984), Reich chamou este sistema de tensões de “couraça muscular”, que funciona em unidade, portanto, com a couraça caracterológica (caráter). O espasmo muscular, ao mesmo tempo, é o correspondente do processo de repressão e concorre para sua manutenção. Desta forma, um processo terapêutico terá êxito se:

- a) Possibilitar a conscientização do conflito inconsciente (Freud);
- b) Concorrer para uma dissolução dos extratos sucessivos dos traços reativos do caráter (couraça caracterológica);
- c) Liberar, assim, os afetos reprimidos, através da eliminação da energia concentrada nas tensões musculares (dissolução da couraça muscular);
- d) Eliminar a fonte de energia estática, ou seja, restabelecer a primazia genital e a plena descarga da potência orgástica.

O restabelecimento do caráter genital não significa a dissolução de toda a couraça, mas, sim, da cronicidade e rigidez dela. A adaptação ao meio exige a inibição de impulsos e sua sublimação, em determinados contextos, e a realização, em outros pontos. Assim, é necessária uma mobilidade da couraça, o que é possível pela eliminação das repressões e das formações reativas crônicas. (REIS, 1984, p. 97).

Com a inclusão do biológico, Reich separava-se gradativamente da psicanálise, o que chama de “vegetoterapia caracterológico-analítica” dentro da Economia Sexual, com alterações técnicas visando à inclusão da análise do caráter e dissolução da couraça muscular na terapia. Através da vegetoterapia Reich define um postulado que se torna central na evolução posterior da Economia Sexual: a energia biológica flui, no organismo, durante o orgasmo, do centro vegetativo para a periferia; na angústia, pelo contrário, flui desta para o cerne biológico. A sexualidade nada mais é do que a função biológica de expansão, antitética à angústia. A energia bioelétrica flui através do sistema vaso-vegetativo “para fora” e “para dentro”, em direções opostas dentro de um mesmo processo de excitação somática. O processo psíquico seria o correspondente funcional qualitativo desse processo quantitativo biológico de excitação.

A hipertensão muscular crônica, ou couraça muscular – e sua correspondente funcional que é a couraça caracterológica – nada mais é, portanto, senão um obstáculo ao fluxo e refluxo da energia: constitui uma inibição biológica do movimento para a periferia (excitação: sexualidade, agressividade) e de movimento em direção ao centro (retração: angústia). (REIS, 1984, p. 97).

Para Reich (1975), a vegetoterapia tinha como objetivo restabelecer no decorrer do seu processo o Reflexo do Orgasmo. Os princípios básicos da libertação do reflexo do orgasmo são:

1. Descobrir as inibições e os pontos onde a fragmentação obstrui a unificação do reflexo do orgasmo;
2. Intensificar os mecanismos e os impulsos inibidores involuntários, por exemplo, o movimento para frente da pélvis, capazes de liberar completamente o impulso vegetativo (REICH, 1975, p. 277).

Segundo Lowen (1982), Reich empregava o termo “orgasmo” em sentido muito especial, para fazer referência à entrega completa à excitação sexual, com o desenvolvimento completo do corpo nos movimentos convulsivos da descarga. O orgasmo, conforme a descrição reichiana, acontece às vezes e é uma experiência de êxtase. Mas isto também é outra raridade, como o próprio Reich reconhecia. Uma resposta total a uma situação qualquer é incomum na nossa sociedade, pois estamos envolvidos em uma carga muito grande de conflitos para nos entregar de modo completo a qualquer sentimento que seja.

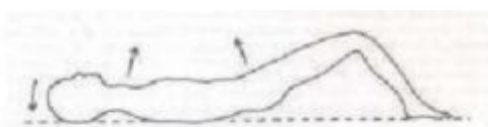
O problema enfrentado pela maioria das pessoas é que as tensões em seu corpo estão tão profundamente estruturadas que é raro acontecer a liberação orgástica. Os movimentos convulsivos de prazer são muito ameaçadores e a rendição é por demais assustadora.

Independentemente do que diz, a maioria das pessoas tem medo e é incapaz de dar-se aos poderosos sentimentos sexuais. E, contudo, muitos pacientes afirmam, no início de sua terapia, que a sua vida sexual é satisfatória e que não têm problemas de ordem sexual. Em alguns casos, esses indivíduos não conhecem nada melhor e o pouco prazer de que desfrutam é o que assumem ser atividade sexual. Em outros casos, funciona o autoengano. O ego do homem, em particular, erigirá defesas contra quaisquer sentimentos de inadequação sexual. À medida que a terapia avança, os dois tipos de pessoas tomam consciência da inadequação de seu funcionamento sexual. Esta percepção vem à tona quando tais pessoas experimentam uma descarga sexual mais completa e satisfatória.

Em todos os casos, o corpo da pessoa demonstra o verdadeiro estado de seu funcionamento sexual. A pessoa cujo corpo é relativamente livre de grandes tensões manifestará o reflexo do orgasmo enquanto está deitada na cama respirando. Descrevi esta resposta corporal, enquanto discutia minha terapia pessoal com Reich.

A pessoa está deitada, com os joelhos fletidos, de modo que os pés estão em contato com a cama. A cabeça está jogada para trás, para tirá-la do caminho, por assim dizer. Os braços repousam ao lado do corpo. Quando a respiração é fácil e profunda, sem tensões musculares bloqueando as ondas respiratórias que atravessam o corpo, a pelve se move espontaneamente com cada respiração. O corpo subirá com a expiração e cairá na inspiração. A cabeça move-se em sentido oposto, para cima na inspiração e, para trás, na expiração. No entanto, a garganta se movimenta para frente com a expiração. Isto é mostrado nas figuras seguintes.

Reich descrevia o reflexo do orgasmo como um movimento no qual as duas extremidades do corpo se aproximam. A cabeça, contudo, não toma parte nesse movimento de aproximação, pendendo para trás.



Expiração – movimento da pelve para frente

Fonte: Lowen, 1982, p 217.



Inspiração – movimento da pelve para trás

Fonte: Lowen, 1982, p 217.

Olhando-se a figura e imaginando-se que os braços também se estendem à frente e para o alto, o movimento poderia ser descrito como uma ação de fechamento num círculo. Lembra a ação de uma ameba que flui ao redor de uma partícula de alimento para englobá-la. O movimento é muito mais primitivo do que o da sucção, no qual a cabeça desempenha o papel principal. A sucção está relacionada à inspiração. Quando ocorre a inalação, a cabeça se adianta à frente e a garganta e a pelve movem-se para trás.

Este movimento é chamado de reflexo do orgasmo porque ocorre sempre que o orgasmo é completo. Num orgasmo parcial, também se verificam alguns movimentos involuntários da pelve, mas o corpo como um todo não cede completamente a estes movimentos. Uma coisa tem de ficar clara: o reflexo do orgasmo não é um orgasmo. O reflexo do orgasmo ocorre num nível de excitação baixo e é um movimento de pequena amplitude. Experimenta-se o reflexo do orgasmo como um sentimento de prazer com liberdade interna e leveza e denota a ausência de tensão no corpo.

O desenvolvimento do reflexo do orgasmo na situação terapêutica não é garantia de que o paciente terá um orgasmo completo durante a atividade sexual. As duas situações são radicalmente diferentes. Na atividade sexual, o nível de excitação é muito alto e isso dificulta o ato de ceder. Tem-se que conquistar a capacidade de tolerar este alto nível de excitação sem tornar-se tenso ou ansioso. Outra diferença é que a situação terapêutica é engendrada para fornecer apoio ao paciente, e o terapeuta está lá à sua disposição. No relacionamento sexual é diferente, pois o parceiro tem um interesse pessoal na relação e faz exigências. Não obstante, é verdade que se a pessoa não consegue entregar-se ao reflexo na atmosfera de apoio da situação terapêutica, é pouco provável que o consiga na atmosfera muito mais carregada do encontro sexual. (LOWEN, 1982, p. 218).

A compreensão do extenso trabalho de Reich, para nós da psicologia corporal é uma necessidade, pois sem esse conhecimento estaríamos andando às cegas no trabalho terapêutico.

As abordagens corporais cada vez mais desenvolvem métodos e técnicas para dissolução dos bloqueios das couraças corporais e psíquicas buscando o fluir livre da energia vital (orgone). O principal objetivo do trabalho terapêutico de Reich foi que o paciente alcançasse a genitalidade ou o mais próximo do caráter genital através da potência orgástica e então se autorregulasse de acordo com suas necessidades.

Através da terapia corporal a pessoa aprende a conhecer sobre seu corpo, tomando consciência de seus bloqueios e suas resistências de caráter. Buscar o reflexo do orgasmo ou movimentos mais livres de seu corpo nas sessões para nós é um dos passos a serem

alcançados em terapia. Ao fluir livre das correntes vegetativas o paciente experimenta uma nova fase em sua vida, alcançando assim a potência orgástica e a possibilidade de então o organismo se autorregular. Nesta busca o indivíduo consegue encontrar o equilíbrio, que é a chave para uma vida mais saudável.

Reencontrar a nossa essência, saber conviver com toda a loucura da nossa sociedade e ainda assim ser uma pessoa saudável, foi o que lemos, ouvimos e observamos nestes anos todos como terapeutas. E percebemos hoje que a felicidade tão almejada pelas pessoas se encontra justamente em um estado de espírito, onde o amor é uma condição inata da nossa essência.

O amor, o trabalho e o conhecimento são as fontes de nossa vida. Devem também governá-la. (REICH, 1975).

Referências

- BOADELLA D. Nos caminhos de Reich. São Paulo. Summus, 1985.
- FADIMAN, J.; FRAGER, R. Personalidade e crescimento pessoal, Porto Alegre, Artmed, 2004.
- LOWEN, A. Bioenergética. São Paulo: Summus, 1975.
- REICH, W. A função do orgasmo. São Paulo, Ed. Brasiliense, 1975.
- REICH, W. Análise do caráter. São Paulo. Martins Fontes, 1995.
- REIS, A. O. A. Teorias da personalidade em Freud, Reich e Jung. São Paulo: EPU, 1984.
- VOLPI, J. H. Psicoterapia corporal um trajeto histórico de Wilhelm Reich. Curitiba: Centro Reichiano, 2000.
- VOLPI, J. H. e VOLPI, S. M. Reich: da vegetoterapia à descoberta da energia orgone. Curitiba. Centro Reichiano, 2003.

Credenciais dos autores

Alessandra da Silva Eisenreich Henriques

Psicóloga (CRP 07/37672) pela Faculdade de Desenvolvimento do RS FADERGS. Especialista em Psicologia Corporal, Categoria Clínica, no Centro Reichiano - Curitiba/PR. Professora de Terapias Holísticas. Training em Bioenergética. Diretora do Centro de Treinamento Holístico em Porto Alegre/RS. E-mail: nani0212@gmail.com

Antonio Roberto de Sousa Henriques

CRT 38833 – Orgonoterapeuta. Especialista em Psicologia Corporal Reichiana pelo Centro Reichiano – Curitiba/PR. Terapeuta de Vidas Passadas, Terapeuta Xamânico, Acupunturista, Professor de Terapias Alternativas. Formação em Psicoterapia Somática. Diretor do Centro de Treinamento Holístico em Porto Alegre/RS. E-mail: antonioterapeuta@hotmail.com

Como citar este trabalho

HENRIQUES, Alessandra da Silva Eisenreich; HENRIQUES, Antonio Roberto de Sousa. Autorregulação. In: Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais, 27, 2024. Curitiba: Centro Reichiano. ISBN 978-65-89012-04-7. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/anais/autorregulacao/>. Acesso em: 06/06/2026.