



Anais do Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais

29º Congresso · 2026 · ISBN 978-65-89012-07-8

Persona e Couraça

Contribuições da psicologia analítica à compreensão da couraça e da peste emocional

Persona and character armor

Renato Nascimento de Miranda (1)

(1) Centro Reichiano · Brasília-DF · Brasil

Resumo

A partir da concepção da couraça, Reich enfatizou seu papel na formação do caráter e das manifestações sintomáticas e patológicas do indivíduo. Posteriormente, ao falar da peste emocional, ele atrela sua existência diretamente ao encouraçamento biológico, tanto no nível individual, quanto coletivo. Já Jung, a partir de uma perspectiva dialética e dinâmica de pares de opostos psíquicos, desenvolveu o conceito de relação Persona-Sombra ao investigar alguns destes processos. O objetivo do presente trabalho será apontar algumas contribuições da perspectiva junguiana na ampliação da compreensão reichiana sobre o encouraçamento e a peste emocional.

Palavras-chave: Couraça. Jung. Persona-Sombra. Peste Emocional. Reich.

Abstract

Based on the concept of character armor, Reich emphasized its role in the formation of character and in the symptomatic and pathological manifestations of the individual. Later, when addressing the emotional plague, he directly linked its existence to biological armoring, both at the individual and collective levels. Jung, in turn, from a dialectical and dynamic perspective of pairs of psychic opposites, developed the concept of the Persona-Shadow relationship when investigating some of these processes. The aim of this paper is to point out some contributions of the Jungian perspective toward expanding the Reichian understanding of armoring and the emotional plague.

Keywords: Character Armor. Jung. Persona-Shadow. Emotional Plague. Reich.

Conceito de couraça em Reich

Ao incorporar, ou melhor, ao não ignorar o corpo em seu trabalho de análise da psique, Reich começou a perceber a correlação dos mecanismos de defesa e resistências psicológicas espelhados em tensões e enervações musculares, posturas corporais, maneirismos, tiques e variações padronizadas de respiração, comportamentos etc. Essa

manifestação corporal foi chamada de couraça (REICH, 1975), devido tanto à própria descrição das sensações corporais descritas por seus clientes, quanto pela função que tais bloqueios exerciam: uma couraça, ou armadura que protege, mas cerceia a livre movimentação, pesando e sobrecarregando o corpo.

A couraça é a cronificação das tensões cuja função é a contenção das expressões emocionais percebidas como danosas ou perigosas ao ser. À medida que uma pessoa vivencia diversas vezes a mesma experiência, é normal que, pelo processo de aprendizagem, ela sedimente um determinado padrão de comportamento cognitivo, ou neuromotor, e não seria diferente com comportamentos de repressão emocional, assim o organismo padroniza e automatiza a seus bloqueios.

Tal bloqueio não é, contudo, algo inócuo, pois sempre impõe um cerceamento de pulsões fundamentais à vida e à regulação do organismo, além de consumir também porções significativas da energia do organismo para se manterem. A oposição entre impulsos gera sofrimento e mais tensão ao organismo, provocando seu adoecimento psicofisiológico com o passar do tempo (Reich, 1975)

A peste emocional e sua relação com a couraça

Um dos motivos para a ruptura de Reich com a psicanálise clássica foi sua discordância e ataque ao conceito de pulsão de morte como tentativa de compreender os impulsos destrutivos do ser humano, mais especialmente aqueles que se manifestam no masoquismo. Se opondo frontalmente à ideia de uma pulsão contrária à vida, Reich estabelece sua concepção do masoquismo como um processo derivado da deturpação do natural princípio de prazer que guia a vida (REICH, 2004). Tal deturpação dará origem a um impulso secundário irracional e destrutivo, que por vezes se volta contra o próprio indivíduo.

É a partir dessa compreensão que Reich irá diferenciar a agressividade saudável e natural, necessária à preservação da vida, da violência destrutiva, irracional e patológica, os chamados impulsos sádicos e masoquistas, presentes tanto em atos individuais, quanto coletivos. Posteriormente, formula o conceito de peste emocional, para se referir ao adoecimento pela formação, concentração e manifestação de tais impulsos deturpados (REICH 2003).

Como é o processo de encouraçamento que produz tais impulsos secundários ao reprimirem a livre manifestação dos impulsos naturais, tanto física quando

psicologicamente, Reich também reportar à couraça como responsável pela peste.

Em sua obra, *Psicologia de Massas do Fascismo*, Reich (1988) tenta compreender como os bloqueios das massas criam as condições pro fascismo prosperar. Mais à frente em sua obra, esses movimentos destrutivos profundos das massas seriam designados como a peste emocional como citado anteriormente. Os políticos e, posteriormente, a própria política, ocuparam o lugar vilanesco de responsáveis por tais distorções da natureza humana em sua obra por longo tempo. Justiça seja feita, a política não é a única responsabilizada por Reich, afinal, seu pensamento foi construído a partir do materialismo dialético marxista e a premissa de que a detenção dos meios de produção por uma elite moldam as relações sociais de um povo e sua cultura, influenciando, portanto, a constituição de seus conflitos psíquicos, mesmo que depois tenha ampliado e modificado seu pensamento com a orgonomia (REICH, 2003)

Se as psicopatologias específicas serão compreendidas a partir da formação dos caracteres individuais, a peste emocional tem uma concepção mais coletiva e indistinta, o que se verifica inclusive pelo nome atribuído ao fenômeno. Peste remete a algo que se espalha, que contamina, uma doença cuja manifestação não se restringe a este ou aquele grupo seletivamente, mas que pode afetar a todos que entrarem em contato com seu foco de contaminação ou vetor. Isso se dá pela própria natureza das emoções humanas.

Nossas emoções são a manifestação de nossos afetos, a forma como sentimos o mundo. Embora academicamente possa haver divergências sobre os termos especificamente, na prática, afetos e emoções são os nomes que atribuímos a dois aspectos do mesmo fenômeno. Não há como sentir algo sem manifestar alguma forma de expressão desse sentimento, nem expressar algo sem nos afetarmos de alguma maneira por nosso comportamento, por mais que nos esforcemos em sentir sem mostrar e performar o que não sentimos (e eis aí a couraça). Porque as nossas emoções/afetos são, ao mesmo tempo, percepção e expressão, comunicamos ao mundo o que sentimos, e assim as emoções/afetos se espalham de uma pessoa para outra naturalmente.

Quando a couraça entra nessa equação, ela não rompe a comunicação emocional, mas passa à diante uma mensagem corrompida e deturpada, plena de ruídos provocados pela confusão, angústia, revolta, vergonha etc de sentimentos gerados pela tensão do encouraçamento. Encontrando outro organismo encouraçado, essa emoção deturpada será amplificada pelas próprias tensões e sofrimentos, lançando uma nova expressão/comunicação ainda mais adoecida, e assim por diante.

Se tal mecanismo parece algo fantasioso, basta lembrar de como tendemos a pessoalizar e criar histórias angustiantes em nossas cabeças sempre que um colega de escola, ou trabalho solta um comentário ríspido. Nossa cabeça se adianta em buscar inúmeros outros momentos que comprovem como, secretamente (ou abertamente), ele nunca gostou de nós e provavelmente tem péssimas intenções para conosco, o que nos deixa amargos e irritadiços, ou entristecidos e amedrontados. Sentimentos que muitas vezes irão provocar discussões posteriores dentro de casa, com figuras que sequer participaram da situação. Eis aí a peste emocional.

A dinâmica persona e sombra na psicologia analítica

Jung, em sua perspectiva ampliada da psique em relação ao modelo proposto por Freud de Id, Ego e Superego, não apenas adicionou a dimensão coletiva arquetípica ao inconsciente, como interpretou o conflito entre as instâncias pessoais sob outra óptica. Em lugar de um Id pulsional derivado apenas da sexualidade e repositório de conteúdos reprimidos, trouxe a noção de Sombra como a porção não desenvolvida do material pessoal, um complexo com funcionamento semi autônomo que se desenvolve em paralelo com a formação do complexo do eu, Ego. Algo formado tanto por conteúdos reprimidos, quanto por elementos que não foram apropriados pela consciência (JUNG, 2011b)

A relação entre o ego e a sombra irá depender da relação que o ego estabelece com a persona (JUNG, 2011b). A persona corresponderia parcialmente ao conceito freudiano de superego, apenas na medida que determina os certos e errados que limitarão o ego e reprimirão a sombra. No entanto, sua origem não se daria pela vivência do complexo de Édipo, mas seria uma porção da psique coletiva, cuja função seria favorecer o processo de adaptação social do indivíduo: um papel social ou uma máscara (*persona* em grego), fornecida pela psique para que possamos nos adequar à vida em comunidade mais facilmente. Nesse processo de adaptação, quanto mais o ego se identifica com tal camada coletiva, menos se indiferencia e, conseqüentemente, reprime seus aspectos não condizentes com o papel exercido, delegando tais características à sua sombra, criando uma dinâmica conflitiva entre as duas instâncias.

Assim, Jung atribui um papel ambíguo e complexo à estes elementos. A persona é ao mesmo tempo instrumento indispensável à vida social e augós da individualidade livre, das pulsões e necessidades do indivíduo. Já a sombra é ao mesmo tempo herói trágico do processo de diferenciação do eu e repositório de conteúdos destrutivos e

danosos à vida coletiva.

Couraça e Persona

Embora, à primeira vista, sejamos tentados a correlacionar diretamente os conceitos de caráter reichiano com o da persona junguiana, distintos por uma mera diferença de nomenclatura, é importante notar que entre eles há diferenças bastante relevantes derivadas de leituras e compreensões diversas do psiquismo humano, mesmo havendo elementos comuns significativos entre ambos. De fato, em um nível superficial estes conceitos seriam correspondentes, pois ambos dizem respeito ao mecanismo pelo qual o sujeito restringe, modela, adapta e protege suas expressões naturais no mundo devido aos processos de aculturação e socialização.

As semelhanças ficam apenas no nível superficial, pois compreendendo seus devidos mecanismos, vê-se que as concepções são fundamentalmente diferentes. Para Jung, a persona é um mecanismo natural, funcional e oriundo do inconsciente coletivo, ou seja a própria base biológica diferenciada do ser humano. É no processo de conscientização e adaptação de tais fatores que a situação pode se dar de forma saudável ou patológica à depender da atitude do ego/consciência: se há ampliação e instrumentalização da persona, saúde; se por outro lado, há identificação excessiva e consequente limitação/repressão do ego, adoecimento.

Já para Reich, o caráter é derivado do processo de amadurecimento psicosssexual do indivíduo, cujo único rumo possível é a genitalidade. Qualquer outro caráter sinaliza na verdade um bloqueio, uma falha em tal processo de maturidade que deve ser superado. Embora traços de caracteres primitivos até possam subsistir em uma pessoa madura, tais manifestações devem, no mínimo, estar à serviço da genitalidade e da descarga genital para serem compreendidos como funcionais (REICH, 2004). É justamente o encorajamento que entrava o avanço do processo de amadurecimento psicosssexual, bloqueando a livre expressão energética e emocional dos indivíduos em nome da manutenção de processos defensivos.

Assim sendo, pode-se dizer que: para um, personas são mecanismos de adaptação possíveis à cultura, boas ou más à depender do amadurecimento próprio de cada um; para outro, apenas um caráter é maduro e saudável, enquanto todos os outros são apenas padrões de defesa imaturos e por isso patológicos.

De que forma então tais diferenças de compreensão poderiam contribuir no intercâmbio entre abordagens? A seguir, nos concentraremos nas contribuições que a perspectiva analítica junguiana pode trazer à corporal reichiana.

Reich se bateu com a questão do encouraçamento de diferentes formas ao longo de praticamente toda a sua vida. Para tentar entender como a sociedade reprime a realização do prazer natural, foi se debruçar sobre os estudos antropológicos de Malinowski sobre os trobriandeses (REICH, 1975), as experiências sociológicas da revolução socialista russa e a ascensão do fascismo europeu (REICH, 1988).

De certa forma, acaba por não chegar a uma solução satisfatória para o dilema de como a humanidade sistematicamente reproduz os mesmos padrões de encouraçamento, chegando a ponto de formular, como única hipótese de escape, a criação de uma geração de crianças que tivesse uma forma muito específica de criação protetiva de seus impulsos naturais (REICH, 2013). Também foi atribuindo em suas obras um caráter quase antropomórfico cósmico à couraça no nível coletivo à medida que ampliava seus estudos sobre a vida e outros fenômenos naturais (REICH, 2003). Além disso, se tornou praticamente um consenso entre os psicoterapeutas corporais atuais a noção de que uma libertação plena da couraça não seria possível em nosso mundo, e que alguns níveis de defesa seriam necessários, passando a focarem numa maior flexibilização da mesma, ao invés de sua superação, o que não seria bem visto por Reich.

Quando olhamos pra esta questão de uma perspectiva desenvolvimentista, de fato, não faz nenhum sentido aceitarmos como solução qualquer impedimento ao processo de pleno amadurecimento do indivíduo. Ele até poderia ocorrer de forma fortuita e pontual, mas não na escala de prevalência que temos, a ponto de parecer nosso estado natural. Mas se olhamos a questão de uma perspectiva arquetípica, a situação muda de figura, justamente por conferir naturalidade à algumas dessas variações, ampliando o escopo das intervenções possíveis e necessárias à regulação dos indivíduos.

Jung também aponta a excessiva identificação da consciência com a persona em seu trabalho, o que corresponderia ao encouraçamento profundo aludido hoje pelos seguidores das vertentes corporais. A flexibilização da couraça seria justamente a retomada da capacidade da consciência de se reconhecer em outros papéis e desempenhá-los para uma melhor adaptação do ser.

Olhar para o desenvolvimento de uma pluralidade de caracteres não como bloqueios, aspectos incompletos de um único caminho, mas como predominância de certos fatores

psíquicos sobre outros naquele indivíduo, também permite olhar as buscas individuais e propensões genéticas de cada ser, ajustando os esforços terapêuticos à necessidade de cada um. Também nos permite vislumbrar as diferentes “intencionalidades”, que guiam o comportamento de pessoas ou grupos, derivados do encorajamento.

Peste e Sombra

Quando uma quantidade suficiente de elementos psíquicos disfuncionais e corrompidos se acumulam, a peste se manifesta. Embora na teoria reichiana seja possível entendermos como as necessidades e pulsões primárias se manifestam nos comportamentos disfuncionais da peste, permitindo a leitura do curso dos eventos, esta compreensão pode ser ampliada a partir do conceito junguiano de sombra.

Retornando à ideia de que a sombra é não só repositório de conteúdos reprimidos, mas também potencial não realizado do ser, tendo em si componentes vitais e até valiosos, podemos ter um vislumbre mais complexo e profundo do porquê mesmo pessoas supostamente esclarecidas destas situações acabam sendo tomadas de forma tão passional e cega nos conflitos provocados pela sombra, já que estes não teriam caráter meramente catártico, mas sim compensatórios e realinhadores da psique.

Embora seja quase unanime entre todos uma percepção negativa sobre o fascismo europeu e os eventos perpetrados pela Alemanha nazista, ainda nos causa perplexidade quão facilmente o povo alemão permitiu a sua ocorrência, e quão abundantes ainda hoje são as manifestações nazistas a atraírem indivíduos e grupos em todo mundo. Mais difícil ainda é admitirmos que boa parte, não só de nossa tecnologia e comodidades atuais, mas a própria organização social e estilo de vida atuais são construídos pelo maquinário de guerra da Segunda Guerra Mundial.

Como acomodar todo o potencial criativo realizado, as descobertas científicas e avanços tecnológicos à partir de intenções tão monstruosas e criminosas? Mais uma vez, a ampliação da perspectiva de tais eventos pela contribuição da visão arquetípica, nos facilita divisar como mesmo em eventos destrutivos de turba, pode haver uma multiplicidade de fatores pulsionais buscando realização, conferindo uma espécie de inteligência própria a tais ações, cujas metas apontam cada uma para suas respectivas direções.

Qualquer pessoa que tenha tentado assumir posição de liderança em uma empreitada, seja ela simples como definir o roteiro de um passeio em grupo, ou complexo como liderar

um partido político, sabe que a tarefa é muito mais difícil e entroncada do que se costuma imaginar. Apela-se para a ideia de que quanto mais ignorante é um grupo, mais fácil é a tarefa de conduzi-lo, mas qualquer professora de creche poderia facilmente desmontar tal tese. É argumento do próprio Reich o quanto da influência real de uma pessoa sobre outra se dá pelos afetos, assim sendo, não se poderia atribuir apenas a intenções escusas de um grupo dominante a capacidade de controle das massas. Num primeiro momento, Reich entende tal influência de uma perspectiva materialista, mas já abrindo espaço para os movimentos pulsionais da libido, depois chega à formular a orgone cósmica como algo a influenciar todos.

Adicionar a camada arquetípica nas manifestações da sombra confere variabilidade e complexidade a esta dinâmica, jogando luz sobre fatores além da repressão sexual a guiarem o furor das massas nos grandes eventos históricos da humanidade, aliás, na própria jornada humana através da história. Se a sombra atua como uma semi personalidade com interesses, desejos e direções próprias, o que dizer da possível influência de um arquétipo, sendo que eles representam dimensões inteiras de experiências humanas, ativando todo um padrão de comportamento às pessoas quando se manifestam (JUNG, 2011c). Quando um arquétipo se manifesta, o indivíduo ou grupo é levado a agir de acordo com ele, tanto em percepção de mundo, quando ações.

Na esfera coletiva, Jung ofereceu uma outra explicação para o nazismo e os eventos ocorridos na Europa a partir desta perspectiva arquetípica. Em sua obra Aspectos do Drama Contemporâneo (2011a), ele apresenta a manifestação de Wotan^[1], que seria os aspectos destrutivos e bárbaros contidos nas antigas crenças germânicas sobre a guerra, conquista e orgulho nacional. Com o processo de cristianização dos povos nórdicos e germânicos, muitos destes aspectos foram reprimidos e postos na sombra, retornando, com toda a carga repressiva atrelada, justamente à medida que estas sociedades foram se secularizando e se afastando destes valores cristãos. Daí a manifestação não só da perseguição sádica aos judeus, mas com toda uma obsessão pela pureza da raça germânica e a busca por sua glória, a partir de ideais estéticos clássicos impostos à cultura e de inúmeros elementos religiosos pagãos resgatados na mítica nazista (vide em particular o resgate por símbolos em forma rúnica, um conhecimento também atrelado à figura de Wotan/Odin na mitologia).

Os arquétipos em si possuem tanto aspectos construtivos, quanto destrutivos, mas manifestando-se de forma sombria são predominantemente destrutivos, o que ajuda a

entender a virulência com que indivíduos tomados por eles agem. Não perdem seu caráter numinoso e agregador, funcionando como um “polo gravitacional” a atrair aqueles que estejam menos conscientes de suas sombras, daí o motivo para certos fenômenos sempre retornarem e conquistarem multidões. Apesar disso, ainda conservam parcialmente seus aspectos positivos, embora distorcidos e possivelmente corrompidos, podendo gerar elementos benéficos, que impõe sobre nós a difícil e fundamental tarefa da avaliação criteriosa que busque a integração de tais fatores sem abdicar do julgamento ético.

Apropriando-se da perspectiva oferecida por Jung, podemos olhar a peste emocional como um portal a abrir caminho para estas possíveis manifestações arquetípicas. Vemos que os caminhos tomados por pessoas, grupos e povos não serão totalmente caóticos e impossíveis de decifrar. Conhecendo os mitos que dão corpo ao arquétipo constelado, pode-se antecipar os rumos, analisar as motivações e vislumbrar brechas de intervenções que possam reorientar para manifestações mais conscientes e construtivas de tais fatores.

Conclusão

Se acreditamos e defendemos que não há diferença entre mente e corpo, sendo um o *continuum* do outro, precisamos também considerar certas diferenças entre a psique das pessoas na mesma medida em que vemos claramente a diferença entre corpos. Os dilemas que uma pessoa de 2,10m de altura passa na vida não são os mesmos que enfrenta uma pessoa com nanismo. A complexidade histórica, os erros e preconceitos da humanidade impõe a pessoas brancas e negras vidas absolutamente diversas umas das outras. Mulheres irão experimentar sensações corporais pelos quais homens jamais terão referência e hoje, a visibilidade das pessoas trans joga luz a vivências ainda mais plurais na dimensão de gênero. Estes são apenas alguns exemplos de diferenças físicas para se refletir em como as percepções, vivências e organização psíquica pode seguir rumos diversos nas pessoas.

Por mais que a episteme formulada por Reich tente se focar na base comum à toda vida, e seus esforços terapêuticos tentassem se concentrar nesta base, forçoso admitir, dada a complexidade humana, que fatores oriundos de sua natureza terão participação em seu viver, em seus conflitos, escolhas e anseios, sendo necessárias tanto ferramentas que nos guiem ao cerne das coisas, como as formuladas por Reich, quanto as que nos ajudem a ampliar e lidar com nossa complexidade, como as que Jung nos disponibilizou. Cabe a nós, psicoterapeutas, promovermos os diálogos que possam criar convergências entre estes caminhos.

Notas

[1] Wotan é um dos nomes do deus Odin, chefe do panteão nórdico, e com inúmeras atribuições ligadas à guerra, morte, estratégia, magia, sabedoria, mistérios etc. Em suas manifestações mais primitivas, chamado de Wotan, era percebido mais em seus aspectos guerreiro, dominador, tirânico e ligado à morte (WIKIPÉDIA)

Referências

- JUNG, C. G. **Aspectos do Drama Contemporâneo**. 4ª ed. Petrópolis: Vozes. 2011a.
- JUNG, C. G. **O Eu e o Inconsciente**. 22ª ed. Petrópolis: Vozes. 2011b.
- JUNG, C. G. **Os Arquétipos e o Inconsciente Coletivo**. 7ª ed. Petrópolis: Vozes. 2011c.
- ODIN. In: **Wikipedia; a enciclopédia livre**. Disponível em: <<https://pt.wikipedia.org/wiki/Odin>> Acesso em: 20 de ago 2026.
- REICH, W. **A Função do Orgasmo**. 9ª ed. São Paulo: Editora Brasiliense S.A., 1975.
- REICH, W. **Análise do Caráter**. 3ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2004.
- REICH, W. **Crianças do Futuro**. Curitiba: Centro Reichiano, 2013
- REICH, W. **O Éter, Deus e o Diabo**. São Paulo: Martins Fontes, 2003
- REICH, W. **Psicologia de Massas do Fascismo**. 2ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1988.

Credenciais dos autores

Renato Nascimento de Miranda

Psicólogo e Bacharel em Psicologia (CRP 01/13658) pela Universidade de Brasília – DF. Formação em Psicologia Transpessoal pelo Instituto Humanitatis – SP. Especialista em Psicologia Analítica pelo Ijep/FACIS – SP. Especialista em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Psicoterapeuta e Analista de abordagem reichiana e bioenergética, pelo Centro Reichiano, Curitiba/PR.

Como citar este trabalho

MIRANDA, Renato Nascimento de. Persona e Couraça. In: Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais, 29, 2026. Curitiba: Centro Reichiano. ISBN 978-65-89012-07-8. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/anais/persona-e-couraca/>. Acesso em: 31/08/2026.