



Anais do Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais

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

Sopro de Shu: o corpo que respira, sente e se reorienta

O Kemetic Yoga como pedagogia ancestral de integração corpo-mente-energia

Inglês: Breath of Shu: the body that breathes, feels, and reorients itself

Leciane Rodrigues Ferreira (1); José Henrique Volpi (2)

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

(2) Centro Reichiano · Curitiba-PR · Brasil

Resumo

Este artigo apresenta uma reflexão teórico-prática sobre o Kemetic Yoga como pedagogia ancestral africana de integração corpo-mente-energia, estabelecendo um diálogo com a Psicologia Corporal. Fundamentado na cosmovisão kemética e nas contribuições de Molefi Kete Asante, Pablo Al Masrii, Muata Ashby, Ra Un Nefer Amen, Wilhelm Reich e Federico Navarro, compreende o corpo como unidade integrada de consciência, memória, energia e experiência. O percurso metodológico articula revisão bibliográfica e laboratório vivencial, reconhecendo a experiência corporal como dimensão constitutiva da produção do conhecimento. Ao aproximar a tradição kemética e a Psicologia Corporal, o trabalho não estabelece equivalências conceituais entre seus referenciais, mas evidencia convergências na valorização da respiração, do movimento, da presença e da integração corpo-mente-energia como caminhos de cuidado, formação humana e reorganização da experiência.

Palavras-chave: Kemetic Yoga. Psicologia Corporal. Cosmovisão Kemética. Ancestralidade Africana. Corpo-Mente-Energia.

Abstract

This article presents a theoretical and practical reflection on Kemetic Yoga as an ancestral African pedagogy for body-mind-energy integration, establishing a dialogue with Body Psychology. Grounded in the Kemetic worldview and in the contributions of Molefi Kete Asante, Pablo Al Masrii, Muata Ashby, Ra Un Nefer Amen, Wilhelm Reich, and Federico Navarro, it understands the body as an integrated unity of consciousness, memory, energy, and experience. The methodological approach combines a literature review with an experiential laboratory, recognizing bodily experience as a constitutive dimension of knowledge production. By bringing the Kemetic tradition into dialogue with Body Psychology, the study does not establish conceptual equivalences between their theoretical frameworks, but rather highlights convergences in the emphasis placed on breathing, movement, presence, and body-mind-energy integration as pathways for care, human development, and the reorganization of experience.

Keywords: Kemetic Yoga. Body Psychology. Kemetic Worldview. African Ancestry. Body-Mind-Energy.

1. INTRODUÇÃO

Ao longo da história do pensamento ocidental, consolidou-se uma compreensão do ser humano marcada pela separação entre corpo e mente, produzindo modelos de conhecimento que privilegiaram a racionalidade em detrimento da experiência sensível. Essa fragmentação repercute não apenas nas formas de compreender a saúde e o desenvolvimento humano, mas também nas maneiras pelas quais se produz conhecimento sobre o próprio corpo.

Em contraste com essa perspectiva, a tradição filosófica desenvolvida em Kemet (antigo Egito) compreende a existência como uma unidade integrada, na qual corpo, consciência, natureza, ancestralidade e energia constituem expressões inseparáveis de uma mesma realidade. Como demonstram Asante (2022) e Masrii (2025), a cosmovisão kemética organiza-se em torno do princípio de Maat, compreendido como fundamento da ordem, da reciprocidade, da justiça e do equilíbrio que sustentam a vida. Nessa perspectiva, o corpo não é mero suporte da experiência, mas o lugar onde a experiência acontece, se organiza e se transforma.

É nesse horizonte filosófico que se insere o Kemetic Yoga, compreendido não apenas como um conjunto de posturas corporais, mas como uma pedagogia ancestral voltada ao desenvolvimento integrado do ser humano. Segundo **Ashby (2005)**, a tradição do Sema Tawi articula respiração, alinhamento corporal, movimento consciente, meditação e disciplina ética como caminhos para o cultivo da consciência. O objetivo da prática não é o desempenho físico, mas a integração entre corpo, mente, energia e presença, favorecendo uma experiência de formação humana que reconhece o corpo como espaço privilegiado de aprendizagem.

Essa compreensão estabelece um diálogo fecundo com a Psicologia Corporal, especialmente com as contribuições de Wilhelm Reich e Federico Navarro. Reich rompeu com a separação entre corpo e psiquismo ao compreender o organismo como uma unidade funcional, enquanto Navarro aprofundou essa perspectiva ao investigar a relação entre respiração, organização neurovegetativa, história emocional e processos de autorregulação. Embora pertençam a contextos históricos, filosóficos e epistemológicos distintos, ambas as tradições reconhecem que o corpo participa ativamente da organização da vida psíquica, da produção de saúde e da experiência humana.

Nessa perspectiva, Reich (1975) compreende o organismo como uma unidade funcional na qual os processos corporais e psíquicos se expressam de forma indissociável, enquanto Navarro (1996) demonstra que a respiração, a organização neurovegetativa e a história emocional participam continuamente dos processos de autorregulação e de integração do ser humano.

Este trabalho não pretende estabelecer equivalências entre conceitos pertencentes à tradição kemética e à Psicologia Corporal, tampouco utilizar uma matriz para validar a outra. Ao contrário, propõe um diálogo epistemológico horizontal, fundamentado no reconhecimento da autonomia de ambas as tradições e na identificação de convergências em torno da compreensão do corpo como lugar de integração, cuidado e produção de conhecimento.

Elaborado para acompanhar um laboratório teórico-prático de Kemet Yoga, o artigo parte da compreensão de que determinados conhecimentos não se completam apenas pela elaboração conceitual. A experiência corporal integra a própria metodologia da proposta, permitindo que princípios discutidos teoricamente sejam vivenciados por meio da respiração, do movimento, do alinhamento e da presença. Assim, teoria e prática constituem dimensões complementares de um mesmo percurso investigativo, reafirmando o corpo como território de memória, aprendizagem e produção de conhecimento.

2. O CORPO COMO EXPRESSÃO DA CONSCIÊNCIA NA COSMOVISÃO KEMÉTICA

O que é um corpo? A resposta a essa pergunta depende da maneira como cada tradição compreende a própria vida. Se, para grande parte do pensamento moderno ocidental, o corpo foi frequentemente reduzido à condição de organismo biológico ou suporte da mente, na tradição kemética ele constitui uma expressão integrada da existência, inseparável da consciência, da ancestralidade, da natureza e da ordem que sustenta o universo.

Segundo Molefi Kete Asante (2022), a filosofia desenvolvida em Kemet não estabelecia rupturas entre matéria e espírito, natureza e humanidade ou conhecimento e experiência. O ser humano era compreendido como parte da dinâmica do cosmos, compartilhando das mesmas forças que sustentam a vida em todas as suas manifestações. Conhecer a si mesmo significava, portanto, reconhecer-se como expressão dessa ordem universal e assumir uma forma ética de participação no mundo.

Esse fundamento encontra uma de suas expressões mais significativas no princípio de Maat. Frequentemente traduzido como verdade, justiça, retidão, equilíbrio ou harmonia, Maat ultrapassa qualquer definição exclusivamente moral. Trata-se do princípio que organiza as relações entre o ser humano, a comunidade, a natureza e o cosmos, sustentando uma ética da reciprocidade e da responsabilidade. Como afirma Asante (2022, p. 154), “Maat é o principal conceito que fundamenta as inter-relações dos humanos com os outros e com os neteru”. Viver em Maat significa participar conscientemente dessa ordem, reconhecendo que o equilíbrio não constitui um estado permanente, mas um exercício contínuo de reorganização.

Nessa perspectiva, o corpo deixa de ocupar um lugar secundário na produção do conhecimento. Conforme destaca Pablo Al Masrii (2025), a cosmovisão kemética compreende a existência como um tecido de relações no qual corpo, consciência, natureza, ancestralidade e cosmos participam de um mesmo movimento. Respirar, mover-se, perceber e silenciar não são ações exteriores à consciência, mas modos pelos quais ela se organiza e se expressa. O corpo torna-se, assim, território de memória, presença e possibilidade de transformação.

A ancestralidade, nesse horizonte, não corresponde apenas à preservação de um passado distante. Ela permanece viva quando seus conhecimentos são praticados, reinterpretados e colocados em diálogo com as necessidades do presente. A tradição não se conserva pela repetição, mas pela capacidade de atualizar seus princípios sem perder sua coerência filosófica. É essa compreensão que permite reconhecer as filosofias africanas como sistemas vivos de produção de conhecimento e não apenas como patrimônios históricos ou culturais.

É nesse contexto que emerge o Kemetic Yoga. Antes de constituir uma sequência de exercícios corporais, ele expressa uma pedagogia ancestral fundada na compreensão de que o corpo participa ativamente da formação do ser. Cada respiração, cada alinhamento e cada movimento constituem experiências de aprendizagem por meio das quais pensamento, sensibilidade e ação se reorganizam de maneira integrada. Aprender, nessa perspectiva, não consiste apenas em compreender conceitos, mas em transformar a própria maneira de habitar o corpo e de participar da vida.

O conhecimento deixa, assim, de ser concebido como uma elaboração exclusivamente intelectual. Ele passa a envolver a integração entre pensamento, experiência e sensibilidade, reconhecendo que determinadas aprendizagens somente se completam

quando atravessam o corpo. Essa compreensão prepara o caminho para o diálogo que será desenvolvido nas seções seguintes com a Psicologia Corporal, preservando a singularidade da tradição kemética e reconhecendo, ao mesmo tempo, convergências na compreensão do corpo como espaço privilegiado de cuidado, transformação e produção de conhecimento.

3. O KEMETIC YOGA COMO PEDAGOGIA ANCESTRAL DE INTEGRAÇÃO CORPO-MENTE-ENERGIA

Se o corpo constitui uma expressão da consciência, sua formação também se torna um processo de formação do próprio ser. É nesse contexto que o Kemetic Yoga pode ser compreendido não apenas como uma prática corporal, mas como uma pedagogia ancestral voltada ao cultivo da presença, da integração e do desenvolvimento humano. Aprender, nessa perspectiva, não significa acumular conhecimentos, mas transformar a maneira de respirar, perceber, mover-se, relacionar-se e habitar o próprio corpo.

Segundo Muata Ashby (2005), o Sema Tawi constitui um sistema de práticas que integra filosofia, ética, meditação, ritual e movimento corporal em um mesmo percurso formativo. A prática das posturas — denominada Tjef Sema Paut Neteru — não possui finalidade exclusivamente física, mas participa do processo de harmonização entre corpo, mente e consciência.

“No antigo Egito, a prática das posturas, denominada Sema Paut — união com os deuses e deusas — ou Tjef Sema Paut Neteru — movimentos para promover a união com os deuses e deusas — integrava o aspecto ritual do mito espiritual. Quando praticadas, essas posturas harmonizavam as energias, promoviam a saúde física do corpo e orientavam a mente, em atitude meditativa, para descobrir e cultivar a consciência divina.” (ASHBY, 2005, p. 20, tradução nossa).

Essa compreensão permite reconhecer que movimento, respiração, atenção e ética pertencem a um mesmo processo educativo. O corpo deixa de ser um instrumento a serviço da mente e passa a constituir o próprio lugar onde a consciência aprende a reorganizar sua relação consigo, com o outro e com o mundo.

Sob essa perspectiva, o Kemetic Yoga configura-se como uma pedagogia do corpo. Cada postura, cada alinhamento e cada movimento compõem uma arquitetura cuidadosamente organizada, orientada não pela busca do desempenho físico, mas pelo cultivo da presença. O movimento deixa de ser compreendido como repetição mecânica e passa a constituir

uma linguagem por meio da qual o organismo aprende novas formas de organizar sua própria experiência.

Outro fundamento dessa pedagogia é a progressão geométrica. A prática organiza-se em movimentos graduais, respeitando o tempo, a história corporal e as possibilidades de cada praticante. Cada etapa prepara a seguinte, permitindo que o organismo incorpore novos padrões de organização sem recorrer à violência da exigência ou da performance. Aprender significa reorganizar-se continuamente, reconhecendo que o desenvolvimento humano acontece em processos, e não em resultados imediatos.

Nesse percurso, a respiração ocupa lugar central. Na tradição kemética, conforme descrevem Ashby (2005) e Amen (2003), Shu representa o princípio do ar e do espaço que possibilita a manifestação da vida, estando associado ao movimento vital que sustenta a criação, a respiração e a consciência. Respirar conscientemente significa criar condições para reorganizar a atenção, ampliar a presença e favorecer novas formas de relação entre corpo, percepção e consciência. O “Sopro de Shu”, que inspira o título deste trabalho, constitui, portanto, mais do que uma metáfora: expressa um princípio pedagógico segundo o qual a respiração inaugura possibilidades de reorganização da experiência vivida.

A tradição kemética também reconhece a existência de princípios vitais expressos pelos conceitos de KA e Sekhem, compreendidos por Ashby (2005) e Amen (2003) como dimensões fundamentais da força vital, da potência espiritual e da manifestação da consciência no ser humano. Esses conceitos pertencem à filosofia própria de Kemet e não correspondem aos referenciais desenvolvidos pela Psicologia Corporal. Assim, este trabalho não estabelece equivalências entre KA, Sekhem e o conceito reichiano de orgone. O diálogo proposto fundamenta-se no reconhecimento de que diferentes tradições podem formular compreensões distintas acerca da vitalidade sem que uma traduza ou valide a outra. Preservar essa distinção é condição para um encontro epistemológico respeitoso entre os dois campos de conhecimento.

O Kemetic Yoga também desloca o praticante da lógica da performance para a lógica da presença. A questão central deixa de ser a execução perfeita da postura e passa a ser a qualidade da experiência produzida durante sua realização. Pergunta-se menos se o movimento foi corretamente executado e mais como o corpo chegou até ele, quais tensões puderam ser percebidas, que ritmo respiratório foi possível sustentar e que formas de presença emergiram durante a prática. A pedagogia deixa, assim, de buscar um corpo

ideal e passa a favorecer um corpo consciente de si.

Em um contexto marcado pela aceleração, pela fragmentação da experiência e pelo distanciamento entre corpo e pensamento, essa pedagogia ancestral reafirma a possibilidade de recuperar formas integradas de cuidado e formação humana. Sua atualidade não reside em oferecer respostas universais, mas em recordar que respirar, mover-se e habitar o corpo conscientemente permanecem caminhos fundamentais para a produção da presença, da autonomia e da aprendizagem.

4. CORPO, RESPIRAÇÃO E AUTORREGULAÇÃO: UM DIÁLOGO ENTRE A COSMOVISÃO KEMÉTICA E A PSICOLOGIA CORPORAL

A aproximação entre a cosmovisão kemética e a Psicologia Corporal exige reconhecer que ambas pertencem a tradições históricas, filosóficas e epistemológicas distintas. O diálogo proposto neste trabalho não pretende afirmar que uma tradição antecipa a outra, nem utilizar uma como fundamento de legitimidade para a outra. Ao contrário, parte do reconhecimento de que diferentes matrizes de conhecimento podem estabelecer interlocuções fecundas preservando sua autonomia conceitual.

O primeiro ponto de encontro encontra-se na compreensão do ser humano como uma unidade integrada. Na tradição kemética, corpo, consciência, natureza, ancestralidade e cosmos participam de uma mesma ordem da existência, orientada pelo princípio de Maat. Corpo e espírito não ocupam posições hierárquicas, mas expressam dimensões inseparáveis da vida, continuamente atravessadas pela respiração, pelo movimento e pelas relações estabelecidas com o mundo.

Na Psicologia Corporal, Wilhelm Reich rompe com a fragmentação entre corpo e mente ao compreender o organismo como uma unidade funcional, na qual processos psíquicos e corporais constituem manifestações de uma mesma dinâmica vital. Ao investigar a base biológica das emoções, demonstra que a qualidade da respiração, da mobilidade corporal e da circulação energética participa diretamente da capacidade de contato, da vitalidade e da autorregulação do organismo (REICH, 1975).

Federico Navarro amplia essa compreensão ao demonstrar que as experiências emocionais se inscrevem corporalmente por meio das couraças musculares, dos padrões respiratórios e da organização neurovegetativa. A ampliação da consciência corporal e da respiração favorece processos de reorganização funcional, possibilitando novas formas de sentir, perceber e relacionar-se consigo, com o outro e com o ambiente (NAVARRO,

1996).

É nesse ponto que o diálogo com a tradição kemética se torna particularmente fecundo. No Kemeti Yoga, a reorganização da experiência acontece por meio da integração entre respiração, alinhamento, movimento e atenção consciente. A prática não busca apenas o aperfeiçoamento físico, mas o cultivo de uma presença capaz de reorganizar a relação entre corpo, mente e energia. Essa reorganização não corresponde ao conceito reichiano de autorregulação, mas pode ser interpretada, à luz da Psicologia Corporal, como uma experiência que favorece processos de maior integração do organismo.

A respiração constitui um dos pontos mais significativos dessa interlocução. Na tradição kemética, Shu representa o princípio vital associado ao ar e ao espaço que tornam possível a manifestação da vida. Respirar conscientemente significa participar dessa ordem da existência, ampliando a presença e a integração entre consciência, corpo e cosmos. Na Psicologia Corporal, a ampliação da respiração favorece a expansão energética, a flexibilização das tensões e a capacidade de autorregulação do organismo. Embora utilizem linguagens e referenciais distintos, ambas as tradições reconhecem a respiração como elemento central dos processos de transformação humana (REICH, 1975; NAVARRO, 1996).

Essa aproximação, contudo, não autoriza estabelecer equivalências conceituais. Shu, KA, Sekhem e orgone pertencem a sistemas filosóficos diferentes e respondem a questões próprias de cada tradição. O presente trabalho não propõe traduzi-los uns pelos outros, mas reconhecer que cada matriz desenvolveu formas singulares de compreender a vitalidade e sua participação nos processos de cuidado e organização da existência. O diálogo torna-se possível justamente porque preserva essas diferenças, evitando reduzir uma tradição aos conceitos da outra.

O movimento constitui outro campo importante de convergência. No Kemeti Yoga, a prática organiza-se por meio de progressões, alinhamentos e ajustes graduais que favorecem a presença e a integração do organismo. Na Psicologia Corporal, a transformação também não se limita à elaboração cognitiva, mas acontece quando o corpo amplia sua mobilidade, flexibiliza padrões defensivos e experimenta novas possibilidades de contato. Em ambas as tradições, o movimento deixa de ser apenas deslocamento físico para tornar-se experiência de reorganização da vida.

Nesse contexto, a autorregulação é compreendida neste artigo como uma categoria da Psicologia Corporal utilizada para interpretar determinadas experiências produzidas pela

prática do Kemetic Yoga. Não se afirma que a filosofia kemética empregue esse conceito, mas que o diálogo entre as duas tradições permite ampliar a compreensão de como respiração, movimento e presença podem favorecer processos de reorganização do organismo. Da mesma forma, o princípio de Maat recorda que nenhum equilíbrio é exclusivamente individual, pois a harmonia depende também da qualidade das relações éticas, comunitárias e ambientais que sustentam a existência. A perspectiva de Amenhotep, filho de Hapu, considerava que nada no universo acontece isoladamente; tudo está intrinsecamente ligado, formando uma teia contínua de vida, vontades, desejos, ambições, tristezas e alegrias humanas (ASANTE, 2022, p. 118).

Sob essa perspectiva, o cuidado deixa de significar apenas a correção de sintomas ou a adaptação do indivíduo às exigências da vida contemporânea. Cuidar passa a significar criar condições para que a pessoa reconheça seus ritmos, amplie sua capacidade de presença, fortaleça sua autonomia e desenvolva formas mais integradas de relação consigo mesma, com os outros e com o mundo.

O diálogo estabelecido neste trabalho não elimina as diferenças entre a tradição kemética e a Psicologia Corporal. Ao contrário, depende delas. É justamente a preservação da singularidade de cada matriz que permite construir uma interlocução epistemologicamente consistente e eticamente respeitosa. Em vez de fundir conceitos ou produzir equivalências simplificadoras, este estudo propõe reconhecer que diferentes tradições podem contribuir, a partir de seus próprios fundamentos, para ampliar nossa compreensão sobre o corpo, a formação humana e os processos de cuidado.

5. A EXPERIÊNCIA COMO PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO

A proposta deste trabalho parte do reconhecimento de que determinados conhecimentos sobre o corpo não podem ser plenamente apreendidos apenas por meio da elaboração conceitual. Embora a reflexão teórica seja indispensável para organizar o pensamento, situar conceitos e comunicar resultados, ela não esgota a complexidade da experiência vivida. Há aprendizagens que somente se tornam acessíveis quando o corpo participa ativamente do processo de conhecer.

O percurso metodológico deste estudo articula revisão bibliográfica e laboratório teórico-prático de Kemetic Yoga. A pesquisa fundamenta-se nas contribuições de Molefi Kete Asante, Pablo Al Masrii, Muata Ashby, Ra Un Nefer Amen, Wilhelm Reich e Federico Navarro, estabelecendo um diálogo entre a filosofia kemética e a Psicologia Corporal. A prática vivencial não constitui etapa posterior destinada a ilustrar os conceitos discutidos,

mas integra a própria metodologia do trabalho, reconhecendo que determinadas formas de conhecimento se produzem na experiência corporal.

A organização do laboratório acompanha a arquitetura filosófica apresentada ao longo do artigo. Inicialmente, os participantes são convidados a reconhecer o estado presente do corpo por meio da percepção dos apoios, da observação da respiração e da atenção ao tônus corporal. Em seguida, a respiração é ampliada de maneira gradual, favorecendo maior consciência da relação entre inspiração, expiração, movimento e presença. A sequência prossegue com movimentos organizados em progressão, respeitando o tempo, os limites e as possibilidades de cada praticante, culminando em momentos de integração corporal e silêncio.

Essa organização metodológica expressa um princípio fundamental do Kemetic Yoga: a aprendizagem acontece por progressão geométrica. Cada postura prepara a seguinte; cada movimento reorganiza as condições para o próximo; cada respiração amplia as possibilidades de percepção do corpo. O conhecimento deixa de ser concebido como transmissão linear de informações e passa a constituir um processo de reorganização progressiva da experiência.

Sob a perspectiva da Psicologia Corporal, essa experiência favorece processos de ampliação da consciência corporal, flexibilização dos padrões respiratórios e fortalecimento da autorregulação do organismo (REICH, 1975; NAVARRO, 1996). Na tradição kemética, por sua vez, a prática pode ser compreendida como exercício de cultivo da presença e de integração entre consciência, corpo, energia e existência (ASHBY, 2005; MASRII, 2025). Embora partam de referenciais distintos, ambas as perspectivas reconhecem que o conhecimento produzido pelo corpo não substitui a reflexão teórica, mas a amplia e a transforma.

Por essa razão, a vivência proposta neste laboratório não pretende ensinar integralmente o Kemetic Yoga, tampouco reproduzir um processo formativo completo. Seu propósito consiste em oferecer um campo de investigação corporal no qual os participantes possam reconhecer, em seus próprios corpos, a relação entre respiração, movimento, presença e consciência. A prática constitui, assim, um espaço de experimentação por meio do qual conceitos discutidos ao longo da exposição podem adquirir densidade sensível.

Essa perspectiva também implica uma postura ética diante do processo de aprendizagem. A condução do laboratório respeita os limites corporais, a singularidade das trajetórias e as diferentes condições de mobilidade dos participantes, compreendendo que a

integração corpo-mente-energia não pode ser produzida por imposição, desempenho ou comparação. A pedagogia ancestral que fundamenta o Kemetic Yoga exige escuta, adaptação, consentimento e respeito ao ritmo próprio de cada corpo.

Ao final da experiência, teoria e prática deixam de ocupar posições hierárquicas. Pensar e sentir, compreender e experimentar, respirar e refletir passam a constituir dimensões complementares de um mesmo percurso formativo. O corpo deixa de ser apenas objeto da investigação para assumir sua condição de sujeito da produção de conhecimento. É nele que conceitos como presença, integração e cuidado deixam de existir apenas como categorias teóricas e passam a constituir experiências vividas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: POR UMA ECOLOGIA DE SABERES SOBRE O CORPO

Ao propor um diálogo entre a cosmovisão kemética e a Psicologia Corporal, este trabalho buscou compreender o Kemetic Yoga como uma pedagogia ancestral de integração corpo-mente-energia, fundamentada em uma tradição filosófica africana que reconhece o corpo como dimensão inseparável da consciência, da ancestralidade, da natureza e da produção do conhecimento. Ao longo do percurso, procurou demonstrar que essa compreensão não se restringe a uma prática corporal, mas constitui uma forma de formação humana na qual respirar, mover-se, perceber e cuidar de si integram um mesmo processo educativo.

O diálogo estabelecido com a Psicologia Corporal não pretendeu produzir equivalências entre conceitos pertencentes a tradições distintas. Ao contrário, buscou reconhecer que a filosofia kemética e a obra de Wilhelm Reich e Federico Navarro respondem a contextos históricos e epistemológicos próprios, preservando categorias, linguagens e fundamentos específicos. A aproximação construída ao longo deste artigo fundamenta-se no reconhecimento de convergências em torno da compreensão do corpo como lugar de integração, cuidado, presença e reorganização da experiência, sem dissolver as singularidades que caracterizam cada matriz de conhecimento.

A experiência corporal apresentada no laboratório constitui expressão metodológica dessa perspectiva. A vivência não foi concebida para ilustrar os conceitos desenvolvidos ao longo do texto, mas para integrá-los a um processo de produção de conhecimento que reconhece o corpo como sujeito da investigação. Teoria e prática deixam, assim, de ocupar posições hierárquicas para constituírem dimensões complementares de um mesmo percurso formativo, reafirmando que determinadas aprendizagens somente se tornam

completas quando atravessam a experiência sensível.

Ao recuperar os fundamentos filosóficos de Kemet, este trabalho também reafirma a legitimidade das tradições africanas como produtoras de conhecimento sobre o corpo, a educação e o cuidado. Nesse sentido, compreender o Kemetic Yoga como pedagogia ancestral significa reconhecer que filosofias africanas não ocupam um lugar periférico na produção do pensamento contemporâneo, mas oferecem categorias próprias para compreender a formação humana, a integração corpo-mente-energia e os processos de cuidado. A contribuição deste estudo consiste, portanto, em aproximar essas tradições sem submetê-las a hierarquias epistemológicas, fortalecendo uma perspectiva de diálogo fundada no respeito à autonomia de cada sistema de conhecimento.

Essa compreensão encontra uma imagem potente no princípio de Sankofa, cuja sabedoria recorda que retornar às fontes não significa permanecer no passado, mas recuperar aquilo que fortalece a construção do presente e do futuro. Reaproximar-se dos conhecimentos ancestrais africanos constitui, assim, um movimento de reconhecimento, continuidade e criação, permitindo que práticas historicamente silenciadas voltem a contribuir para a produção contemporânea do cuidado, da educação e da saúde.

É nesse horizonte que o Sopro de Shu adquire seu sentido mais profundo. Respirar deixa de significar apenas sustentar biologicamente a vida para tornar-se uma forma de habitá-la com consciência. O corpo, atravessado pela respiração, pelo movimento e pela presença, reorganiza continuamente sua maneira de sentir, conhecer e existir. Talvez seja essa a principal contribuição do diálogo entre a tradição kemética e a Psicologia Corporal: recordar que o conhecimento não nasce apenas do pensamento, mas também da experiência vivida; que o cuidado não se limita à intervenção sobre o corpo, mas emerge da integração entre corpo, mente, energia e relações; e que a ancestralidade permanece viva quando continua produzindo novos modos de compreender e transformar a existência.

Referências

AMEN, Ra Un Nefer. As 11 leis de Maat. [S. l.]: Khamit Media Trans Visions, 2003.

ASANTE, Molefi Kete. Os filósofos egípcios: vozes ancestrais africanas de Imhotep a Akhenaton/Molefi Kete Asante. Tradução de Akili Oji Amazon Bakari. São Paulo: Editora Ananse, 2022.

ASHBY, Muata. Egyptian yoga: movements of the gods and goddesses: Tjef Sema Paut Neteru. 7. ed. Miami: Cruzian Mystic Books, 2005.

MASRII, Pablo Al. Entre duas terras: uma jornada de reconexão ancestral. [S. l.: s. n.], 2025.

NASCIMENTO, Elisa Larkin; GÁ, Luiz Carlos (org.). Adinkra: sabedoria em símbolos africanos. 2. ed. Rio de Janeiro: Cobogó; Ipeafro, 2022.

NAVARRO, Federico. Somatopsicopatologia. São Paulo: Summus, 1996.

REICH, Wilhelm. A função do orgasmo: problemas econômico-sexuais da energia biológica. 9. ed. Tradução de Maria da Glória Novak. São Paulo: Brasiliense, 1975.

Credenciais dos autores

Leciane Rodrigues Ferreira

Assistente social formada pela Universidade Luterana do Brasil (ULBRA), em 2012, com atuação em políticas públicas e garantia de direitos. Instrutora de Kemetic Yoga pela Yoga Skills School – método do Mestre Yirser Ra Hotep (2024). Bailarina e professora de dança afro-gaúcha na Cia de Música e Dança Afro-Sul Odomode. Surdista do Bloco da Laje e do Bloco das Pretas, em Porto Alegre/RS. Formada em Constelação Zulu pelo Instituto Thokosa (2022), com foco em práticas de cuidado integral. Cursa Especialização em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Terapeuta e Analista Corporal de abordagem reichiana e bioenergética, pelo Centro Reichiano, Curitiba/PR.

José Henrique Volpi

Psicólogo (CRP-08-3685), graduado em 1989 pela Universidade Tuiuti do Paraná. Especialista em Psicologia Clínica, Psicologia Corporal de abordagem reichiana e bioenergética, Anátomo-Fisiologia, Hipnose Ericksoniana, Psicodrama e *Brainspotting*. Especialista em Acupuntura Clássica e Método Ryodoraku (eletrodiagnóstico computadorizado que mede a energia dos meridianos do corpo). Mestre em Psicologia da Saúde/Neuropsicofisiologia (UMESP) e Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento (UFPR). Membro parecerista do Conselho Federal de Psicologia (CFP). Diretor do Centro Reichiano, organizador e presidente dos Congressos Brasileiros de Psicoterapias Corporais.

Como citar este trabalho

FERREIRA, Leciane Rodrigues; VOLPI, José Henrique. Sopro de Shu: o corpo que respira, sente e se reorienta. In: Congresso Brasileiro de Psicoterapias Corporais, 29, 2026. Curitiba: Centro Reichiano.

ISBN 978-65-89012-07-8. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/anais/sopro-de-shu-o-corpo-que-respira-sente-e-se-reorienta/>. Acesso em: 31/08/2026.