



# Revista Transdisciplinar

Uma oportunidade para o Livre Pensar

Vol. 2 - Ano 1 - Nº 2 - Julho / 2013

ISSN 2317-8612

## 4. O CORPO COMO EXPRESSÃO DO INCONSCIENTE

Maria Lúcia Cerqueira Bastos\*

*“Quando você toca alguém, nunca toque só um corpo.” Quer dizer não esqueça que você toca uma pessoa e que neste corpo está toda a memória de sua existência. (...) Assim, quando você toca um corpo, lembre-se de que você toca um Templo.*

(Jean-Yves Leloup, 1998, p. 26).

O corpo é o nosso veículo de expressão, nele estão todos os registros de nossa história de vida. Nele tudo começa. Ele é o próprio caminho de mudança e redireção do nosso destino. Encontramos no ser humano uma consciência desperta que está relacionada à sua autoimagem, e outra, que diz respeito ao seu Ser verdadeiro, na maioria das vezes, em estado de inconsciência.

Não fomos educados dentro de uma relação genuína de verdade com os nossos pais, ao contrário, fomos confundidos e reprimidos em nossos sentimentos e sensações. No nascimento a criança traz consigo toda a beleza, potencial criativo, fé na vida e capacidade de amar. Esta é a Essência do Eu Superior. Cedo na vida a criança descobre que sentimentos de raiva, medo e terror não são tolerados. Ela é punida, violada, castigada ou envergonhada por expressar essas fortes emoções. Em reação a falta de aceitação externa ela esconde os fortes sentimentos, mesmo vindos do EU e os reprime no corpo. As emoções tornam-se distorcidas, congeladas e são chamadas de: EU Inferior. Elas são substituídas pela máscara social aceitável, a qual é composta por tensões crônicas, projeções, racionalizações e sentimentos pequenos.

Este sistema de defesa de caráter por um lado salva a vida da criança. Porém, causa a disfunção energética, enrijece a musculatura,

suprime as sensações naturais, distorce a mente e o comportamento. Consequentemente as crianças crescem no mundo agindo e reagindo a partir de suas defesas, separadas da verdade e beleza de sua Essência Natural.

Com Wilhelm Reich, pai das abordagens psicocorporais, o ser humano passa a ser visto como uma unidade psicossomática, conectando a realidade física aos conceitos analíticos de Freud. Nesta visão tudo o que ocorre na mente se expressa no corpo e vice-versa. A identidade corporal é o somatório das experiências emocionais da criança, expressas no corpo e analisadas como estratégias de defesa. Alguns já disseram que o corpo não mente. Mais que isso, ele conta muitas histórias e em cada uma delas há um sentido a descobrir, como o significado dos acontecimentos, das doenças ou do prazer que anima algumas de suas partes. O corpo é nossa memória mais arcaica. Nele, nada é esquecido. Cada acontecimento vivido, particularmente na primeira infância, mas também na vida adulta, deixa no corpo sua marca profunda. Ele se recorda de todos os momentos que atravessou e viveu. Trata-se, pois, de escutar cada uma de suas partes do ponto de vista físico, psicológico e espiritual.

A imagem corporal se forma através da síntese dos contatos físicos entre a criança e os

\***Maria Lúcia Cerqueira** é psicoterapeuta (CRP-15/0027), Membro do Colégio Internacional dos Terapeutas, autora da Terapia Integrativa CONECTAR. Escritora com publicações sobre a Terapia Integrativa Conectar, autoconhecimento e CDs de meditação. Trabalha com abordagens psicocorporais: Bioenergética, Core Energetics e abordagem Transpessoal.

pais. As atitudes destes em relação ao filho são expressas na forma como eles satisfazem a sua sensação de fome, como pegam e seguram, e como tentam regular processos fisiológicos tais como a eliminação de fezes. O “como” refere-se à qualidade do toque, o olhar, a delicadeza do gesto, atitudes que são registradas na consciência da criança como sensações corporais que irão afetar a formação da sua imagem corporal. O indivíduo desenvolve a sua identidade à medida que o seu ego cresce e amadurece. O ego cresce através da percepção e da integração da sensação corporal e da expressão do sentimento.

O ego saudável é forte, flexível, permeável, com uma energia que pulsa e flui nas direções de dentro para fora e de fora para dentro. O ego fraco não é capaz de lidar com a vida. Um ego inflado, controlador e agressivo não é forte, pois, força é sinônimo de flexibilidade e receptividade. Este ego super desenvolvido não é capaz de dar, sua dureza e inflexibilidade o mantém sempre acima de todos e de tudo. Somente um ego saudável é capaz de se identificar com o Eu Interno, permitindo que a Alma o transcenda e que a Essência o informe.

Para experienciar o corpo como vivo e saudável, ele precisa funcionar de maneira viva e saudável. A vivacidade do corpo denota a sua capacidade de sentir. Na ausência de sentimento, o corpo fica “morto”, pelo menos no que se refere à sua habilidade de se impressionar pelas situações e reagir a elas. Para evitar a dor o indivíduo se afasta de toda e qualquer situação que possa lhe proporcionar um número determinado de tensão. Porém, sem a possibilidade de uma descarga o que aliviaria a dor e lhe traria uma sensação de prazer, ele fica estagnado na própria dor.

A vivacidade de um corpo é função de seu metabolismo e de sua motilidade. O metabolismo é quem provê a energia que resulta em movimento. Nas situações em que o metabolismo é reduzido, a motilidade também decresce. Porém esta relação funciona igualmente no sentido inverso. Isso se deve ao fato da motilidade ter um efeito direto sobre a respiração, pois quanto mais uma pessoa se movimenta, mais ela respira. Um corpo ativo caracteriza-se pela sua espontaneidade e pela respiração plena e fácil.

Para que o processo de desenvolvimento da criança seja pleno é necessário que o self (Essência) possa se descobrir no corpo, dando-lhe uma sensação de inteireza e plena realização. Porém pode ocorrer ao contrário uma dissociação. No caso de falha na função materna, a criança passa a não poder integrar as sensações corporais, os estímulos ambientais e a sua capacidade motora. Vendo-se assim ameaçada ela passa a substituir proteção materna por outra produzida por si mesmo. Cria-se aqui o conceito de falso self (Eu Inferior cujos sentimentos são substituídos pela máscara social aceitável) e verdadeiro self (Essência). Falso self também denominado por Reich de *couraça caracterológica*, por Jung de segunda natureza e por Pierrakos de *Máscara*.

Desta forma, expressar o falso Self (couraça ou máscara), é um caminho para transcender o Ego expresso no corpo. Assim no corpo está a dissociação e nele também está o caminho de cura, ultrapassando todas estas fronteiras o homem chega ao seu núcleo, *a pura luz*.

#### REFERÊNCIA

LELOUP, Jean-Yves. **O corpo e seus símbolos**. 2 ed. Petrópolis: Editora Vozes, 1998.