



ICEB - INSTITUTO CORE ENERGETICS DO BRASIL

www.brasil-coreenergetics.com.br

E-mail: contato@brasil-coreenergetics.com.br Fone: (0xx11) 4418-1318

ANAIS DO

I CONGRESSO EM PSICOLOGIA CORPORAL EM CORE ENERGETICS 2008

ATIBAIA – SP – BRASIL

Atibaia – São Paulo – Brasil, 18 e 19 de Outubro de 2008.

Centro de Convenções Victor Brecheret

(Todo conteúdo escrito, citações, ortografia, gramática é de responsabilidade do autor. Todos os direitos autorais estão preservados)

O TRABALHO COM SINTOMAS

Apresentação: Vivência e Seminário.

Nilton Ferreira

INTRODUÇÃO

A linguagem dos sintomas é uma das formas em que nosso corpo se expressa. Entendendo nossa existência como uma jornada onde cumprimos uma tarefa de vida, e temos a oportunidade de realizar um processo de individuação, os sintomas emergem de nossa sombra e expressam conflitos e interrupções em nosso processo de crescimento pessoal. Quando se manifestam eles apontam para a necessidade da superação de suas causas visando sua integração e transformação

União do macrocosmo e do microcosmo, o corpo como representação da Arvore da Vida na tradição hebraica, contém a memória atualizada do universo.

Assim um sintoma ou sensação corporal podem ter suas origens e causas mais remotas originadas em diferentes dimensões da consciência.

Um sintoma nos aponta para um pecado, se entendemos pecado como os antigos hebreus o faziam. *Harmatia*. Pecado – mirar ao lado, cair ao lado de si mesmo



ICEB - INSTITUTO CORE ENERGETICS DO BRASIL

www.brasil-coreenergetics.com.br

E-mail: contato@brasil-coreenergetics.com.br Fone: (0xx11) 4418-1318

Onde nos desviamos do caminho. Desviar-se do caminho corresponde a um desequilíbrio energético entre polaridades no trabalho corporal.

FUNDAMENTOS DA CORE ENERGÉTICA

Nos fundamentos da Core Energética John Pierrakos definiu as três teses fundamentais de sua teoria. A primeira é que a pessoa humana é uma unidade psicossomática. A segunda é que a fonte de cura reside no interior do Self da pessoa. E a terceira é de que a existência forma uma Unidade que se move em direção a uma unidade criativa.

E vivemos num mundo de polaridades.

Somos energia e consciência.

Energia e **informação**. Cada entidade tem forma, diz Pierrakos... “É cada entidade é sua própria forma”.

A forma informa seu conteúdo.

A energia interior molda todas as partes da pessoa humana, da estrutura do corpo ao tipo de percepção. Somos afetados por nossa herança genética, família, condições sociais e diversos outros fatores. E somos plenamente responsáveis pelo que criamos e fazemos em nossa vida com nossa energia.

Um sintoma físico contém uma **informação**. A forma contém um significado. Tudo o que é funcional e concreto está comunicando alguma coisa. Expressa uma idéia. Forma e conteúdo. Tudo que acontece em nosso corpo informa algo. Assim como os sentimentos e emoções são informados pelo nosso corpo. Sentimentos expressam experiências corporais apreendidas.

Um estado de depressão pode corresponder a um aperto no peito, uma angústia a uma garganta sufocada, o pânico uma respiração entrecortada e uma pressão na cabeça...



ICEB - INSTITUTO CORE ENERGETICS DO BRASIL

www.brasil-coreenergetics.com.br

E-mail: contato@brasil-coreenergetics.com.br Fone: (0xx11) 4418-1318

CRIANDO SINTOMAS

A medicina ocidental seguiu o caminho das especializações, da análise e das pesquisas, o que trouxe um profundo conhecimento dos detalhes, perdendo infelizmente a visão da inteireza do ser humano. Consultamos o médico que não consulta o sintoma...

Nessa visão, a doença, um sintoma, é algo que nos atinge. Uma contaminação, um vírus, algum agente externo que nos causa algum mal. A medicina deve erradicá-lo.

Muitos dos sintomas que o corpo apresenta são informações de cunho existencial informando que algo na vida da pessoa necessita de mudança e transformação imediata. Se amortecermos estes sinais através dos analgésicos, calmantes, antidepressivo, abrimos mão de nosso poder natural de transformação e cura.

Na visão da psicossomática reichiana, a doença não é um fenômeno que atinge o indivíduo. O organismo da pessoa, como um todo, está envolvido tanto em seu aparecimento como em sua superação.

O corpo humano mantém seu equilíbrio através da livre circulação da energia pelo organismo, e das trocas que realiza com o meio ambiente externo. Os sintomas surgem quando há um desequilíbrio que provoca uma interrupção neste fluxo. Aqui não distinguimos se é energia psíquica ou biológica. Nos sintomas físicos, assim como em todo processo corporental, existe uma inter-relação psique/soma

Percebemos o mundo como um mundo de opostos de polaridades.

Quando tomamos uma decisão e nos identificamos com apenas um dos lados da questão, deixamos um dos pólos do lado de fora.

Daí o pólo rejeitado vai habitar o domínio das sombras, da nossa negatividade. Ao negamos a expressão de um sentimento baseado em um conflito entre nossa máscara e a expressão de nossa essência, criamos uma interrupção, um pólo recalcado que irá viver na sombra, no lado oculto de nossa consciência. Energeticamente, criamos uma interrupção no livre fluir de nossa energia vital.



ICEB - INSTITUTO CORE ENERGETICS DO BRASIL

www.brasil-coreenergetics.com.br

E-mail: contato@brasil-coreenergetics.com.br Fone: (0xx11) 4418-1318

Um sintoma é como a luz vermelha do painel do carro que informa que algo falta, um mecanismo entrou em pane. O sintoma atrai nossa atenção. O recaiado emerge das sombras. Pisei na bola? Onde foi que eu errei? Qual é minha motivação?

Ouçame diz o corpo através dos sintomas.

Adoecemos quando recalamos nossa essência. Quando perdemos a alegria de viver – e perder a alegria de viver já não é estar doente?

Ao entramos em contato com um sintoma, buscando seu entendimento e superação, seu significado pode revelar-se diante de nós, trazendo conflitos e episódios vividos em nosso momento atual de vida. Uma tensão ligada a um sentimento ou emoção não expresso. Uma negatividade criada pela agressividade ou sexualidade reprimida. Pelo feminino recalado.

Estas tensões podem estar conectadas a padrões de defesas de caráter há muito estabelecidas na pessoa. Podem conter memórias ligadas ao nível rememorativo biográfico e ao inconsciente individual assim como definido por Freud, ou ligadas a outros níveis de consciência. Podem falar de interrupções e feridas oriundas do nosso inconsciente biográfico e perinatal como também do nosso inconsciente arquetípico.

Toda agressão e stress vividos durante as fases primitivas do desenvolvimento humano geram em nosso organismo reações energéticas específicas que futuramente podem eclodir em sintomas.

Segundo Federico Navarro, as bases energéticas das doenças graves e “incuráveis”, as biopatias primárias estariam relacionadas ao stress vivido nos primeiros meses de desenvolvimento fetal humano. Biopatias secundárias, que levam a doenças graves e geralmente curáveis estariam também relacionadas ao período de vida intra uterino. E as doenças somato-psicológicas, tipo gastrites, úlceras, seriam relacionadas aos acontecimentos stressantes ocorridos no período da infância. E somatizações ligadas a fortes acontecimentos emocionais (paralisias histéricas, etc.), seriam ligados a acontecimentos traumatizantes vividos da puberdade em diante.



ICEB - INSTITUTO CORE ENERGETICS DO BRASIL

www.brasil-coreenergetics.com.br

E-mail: contato@brasil-coreenergetics.com.br Fone: (0xx11) 4418-1318

Psicopatologias e sintomas psicossomáticos podem também estar ligados a fatores oriundos de quaisquer umas destas dimensões. Ou a todas elas ao mesmo tempo.

O que a moderna pesquisa da consciência e o trabalho clínico focado na experiência tem demonstrado é que temos um tipo de memória que abarca todo o período de desenvolvimento fetal.

Quando um sintoma ou distúrbio emocional está ligado a mais de uma desta dimensão, formam um sistema COEX, conforme , conforme a definição dada pelo psiquiatra Checo Stanilav Grof. Um COEX é uma *constelação dinâmica de memórias (e material de fantasia associado) de diversos períodos de vida do indivíduo, cujo denominador comum é uma forte carga emocional da mesma qualidade, uma intensa sensação física de um tipo específico, ou elementos adicionais importantes em comum.*

A teoria do EMDR – *Eye Movement Dessensibilization Reprocessing*, chama tais constelações dinâmicas de Redes Neurais.

Muitas destas memórias estão conectadas a experiências vindas do processo de nascimento ou de situações ligadas ao período de vida intra-uterino. Como por exemplo, sintomas de depressão, claustrofobia, síndromes de pânico, questões sexuais, etc.

Não existe na teoria clássica reichiana e nas neo reichianas uma discussão clara sobre o setting intra uterino. A teoria freudiana relaciona a etiologia e a dinâmica das distúrbios emocionais como oriundos apenas das fases pós natais. Embora as terapias de foco experiencial demonstrem que distúrbios psicogênicos quase sempre tem sua origem em situações vividas na fase de vida intra uterina, alguns autores colocam a regressão a fases de vida intra uterina apenas como resultado de fantasias ou uma reação esquizóide extrema. Podemos ver estas experiências como um desejo inconsciente de renascer e resignificar situações traumáticas vividas naquele período.

Creio que a maior dificuldade reside no fato que as experiências que envolvem situações vividas no período de vida intra uterina acontecem num nível pré verbal.



ICEB - INSTITUTO CORE ENERGETICS DO BRASIL

www.brasil-coreenergetics.com.br

E-mail: contato@brasil-coreenergetics.com.br Fone: (0xx11) 4418-1318

As experiências abrem-se para o campo fenomenológico onde o terapeuta precisa estar em ressonância com a necessidade da pessoa.

Sintomas podem surgir de situações traumáticas em que houve uma ameaça a vida, Como extremo desconforto físico, cirurgias, acidentes, etc. Traumas físicos também podem levar a problemas psicológicos ou psicossomáticos.

Por isso, quando um sintoma emerge, ele pode nos trazer um tema surgido de qualquer uma ou de várias destas dimensões. E, sobretudo o corpo traz a memória de quem somos

A Árvore da Vida, união do céu e da terra, é também o caminho que leva ao auto conhecimento.

Na mitologia cristã, o corpo humano, feito à imagem e semelhança de Deus, é território do sagrado. Daí a o respeito que devemos ter ao nos aproximarmos de alguém.

TRABALHANDO COM SINTOMAS

Quando trabalho com um sintoma físico, no primeiro momento costumo pedir à pessoa para lidar com aquele fenômeno, ajudando o cliente a perceber o significado atual do desconforto. Neste nível estamos trabalhando em primeiro lugar com a conscientização da dinâmica envolvida no conflito atual.

Quando buscamos amplificar os sinais corporais, o curador interno de cada um assumirá o processo..

TRABALHANDO COM O CORPO

Exemplo A - Conscientização Corporal e Identificação de Sintomas



ICEB - INSTITUTO CORE ENERGETICS DO BRASIL

www.brasil-coreenergetics.com.br

E-mail: contato@brasil-coreenergetics.com.br Fone: (0xx11) 4418-1318

Acolhimento do corpo. Deita-se, e busca-se o reconhecimento do corpo. Pedese à pessoa que se deite e conscientize-se do estado geral de teu corpo. Pode ser que já exista um sintoma previamente relatado, ou então emerge ali um sintoma

Onde há um desconforto? Onde há maior percepção de energia?

Aqui o dialoga com o cliente. Ajuda-o a estabelecer maior contato consigo mesmo.

Surge um sintoma. Uma emoção. Um desconforto. Uma tensão.

Repete frases do cliente que o ajudem a focar um sintoma emergente.

Exemplo: Você sente algo apertando no peito? É um aperto que vem de fora para dentro ou de dentro para fora? Delimite o espaço que este aperto tem em teu peito? Assim você tem uma forma. Que forma tem? Que cor? O que te parece?

Pode-se pedir ao cliente que desenhe esta forma em uma folha de papel, para dar maior conscientização e foco.

Como podes tirar isto daí? Dê um som a esta forma. Mais forte. Que sentimento te vem?

Em que situações você vivencia isto? Sendo este sintoma, o que você está ajudando a pessoa a evitar?

Exemplo B - Trabalho as Emoções e as Polaridades

Corresponde as vivencias ligada aos bloqueios psíquicos, bloqueios emocionais e energéticos. Visa facilitar a conscientização e transformação das polaridades envolvidas.

Busca-se clarear a dinâmica psíquica.

O que é que te vem à mente? Que associações, lembranças, memórias estes sentimentos te trazem?

Que personagens repressivos surgem?

Levar a pessoa a viver todo o drama, com a expressão dos sentimentos presentes.



ICEB - INSTITUTO CORE ENERGETICS DO BRASIL

www.brasil-coreenergetics.com.br

E-mail: contato@brasil-coreenergetics.com.br Fone: (0xx11) 4418-1318

Trazer o opressor interno, a vítima, o traído, o humilhado. O sintoma é colocado dentro do contexto dos conflitos vividos pelo cliente. Facilita-se a identificação do que o sintoma representa. Auxilie o cliente a vivenciar e liberar os sentimentos e emoções envolvidas. Leva-lo a expressar toda a negatividade envolvida. Expressão, movimentos corporais, movimentos expressivos, uso da raquete, etc.

Integrar o trabalho.

Exemplo C - Além do Nível Biográfico

Esta técnica pode levar a pessoa a se conectar com memórias que estão além do nível do inconsciente biográfico, podendo acessar níveis perinatais da consciência ou níveis mais profundos de memória e eventos traumáticos.

A pessoa relata um sintoma como depressão, angústia, etc.

Focando o corpo, ela se conecta com uma pressão no peito.

Segue-se os mesmos passos anteriores. Localize esta pressão.

É uma pressão de fora para dentro ou de dentro para fora?

Que forma tem?

Que cor tem?

Pede-se então ao cliente para “entrar”, “mergulhar” naquele espaço.

A entrada neste espaço pode levar a pessoa a se conectar com o episódio original de uma situação traumática, por exemplo. Estas “rememorações” ativas podem ser vivenciadas de uma maneira onírica, com temas simbólicos e arquetípicos.

A pessoa pode espontaneamente conectar-se com situações ligadas à fase de vida intra-uterina ou a vivências de memórias profundas de uma “suposta” vida passada.

Nestas situações é necessário que o terapeuta possa estar “bastante junto” do cliente para que este possa concluir com êxito seu processo de transformação. De qualquer maneira, caso o terapeuta não esteja aberto para estes domínios, é pouco provável que o cliente se sinta confiante para fazê-lo. Abertura, ressonância, amor e empatia são atitudes necessárias ao terapeuta neste tipo de relação com o cliente.



ICEB - INSTITUTO CORE ENERGETICS DO BRASIL

www.brasil-coreenergetics.com.br

E-mail: contato@brasil-coreenergetics.com.br Fone: (0xx11) 4418-1318

Aceitar que o material que pode surgir destas experiências nem sempre se encaixam nos conceitos teóricos que nos orientam.

CONCLUSÃO

A Árvore da Vida, representação do corpo na antiga tradição hebraica realiza a união do céu e da terra é o caminho que leva ao autoconhecimento.

Um sintoma emergente em nosso corpo é como um sonho que emerge de nossa psique.

Falam e querem ser ouvidos. Devemos ter para com os sintomas o mesmo olhar de aprendiz que devemos ter ao nos aproximarmos de um sonho. Eles nos alertam para prestarmos atenção ao caminho seguido. Assim como nos sonhos, os elementos de um sintoma físico podem estar conectados a vários níveis ou estados de consciência. Uma tensão nos ombros ao final do dia pode nos falar do stress vivido após um dia de trabalho. Uma dor no peito pode nos falar de uma ferida profunda acontecida ainda na fase de vida intra uterina. E de como nos organizamos, das crenças que criamos para evitar sermos novamente feridos.

Um sintoma é uma informação. E devemos abrir nossa escuta para ouvir o que ele nos conta.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DETHELEFSEN, Thorvald; DAHLKE, Rudiger. **A Doença Como Caminho**. São Paulo: Cultrix, 1997.

GROF, Stanislav. **Além do Cérebro**. São Paulo: McGraw-Hill, 1987.

MINDELL, Arnold. **O corpo Onírico**. São Paulo: Summus Editorial, 1989.

MIRANDA, Evaristo Eduardo. **Corpo, Território do Sagrado**. 2. Ed. São Paulo: Edições Loyola, 1990.

NAVARRO, Federico. **Somatopsicologia**. São Paulo: Summus Editorial, 1997.



ICEB - INSTITUTO CORE ENERGETICS DO BRASIL

www.brasil-coreenergetics.com.br

E-mail: contato@brasil-coreenergetics.com.br Fone: (0xx11) 4418-1318

OLIVEIRA, Humberto; TATAR, Maurício; Suzana; DIDIER, Vânia. A Doença Como Caminho de Cura, in **Revista Reichiana** n. 6, Instituto Sedes Sapientie, São Paulo, 1997.

PIERRAKOS, John. **Energética da Essência**. Pensamento. São Paulo, 1997.