



→Calatonia
→Psicologia Analítica
→Relaxamento
→Toques Sutis

Paulo Toledo Machado Filho <ptmachado@uol.com.br>

- Médico Psiquiatra
- Psicoterapeuta Junguiano especializado em Técnicas de Abordagem Corporal
- Sociólogo e Mestre em Antropologia Social - USP/SP
- Professor e Coordenador do Curso Jung & Corpo
- Formação em Psicologia Analítica e Abordagem Corporal
- Professor do Curso de Cinesiologia

O Corpo segundo Jung

A utilização de técnicas de abordagem corporal, como técnicas de relaxamento e toques sutis, durante a psicoterapia, tem sido verificada como um recurso não-verbal muito eficaz na obtenção de resultados mais imediatos no tratamento de alguns transtornos característicos da atualidade (ansiedade generalizada, estresse pós-traumático, etc.) ou possibilitando o aprofundamento do processo de análise em si, quando associadas à abordagem junguiana. Faremos neste trabalho reflexões sobre uma destas técnicas – a Calatonia, e as imagens produzidas em estado de consciência rebaixada e sua importância simbólica, à luz da Psicologia Analítica.¹

Foto: © Scott Does
<flickr.com/photos/scottdoestattoo_s/6384933937/>
Acesso em 20.out.2013

É com grande satisfação que compareço a este encontro, significativamente denominado "A Consciência através do corpo", para compartilhar a nossa experiência com a abordagem corporal no Brasil. Sabedores que somos de que os diversos contextos culturais, geográficos e climáticos, assim como históricos, antropológicos, espirituais e até políticos exercem uma influência muito importante sobre como se desenvolve a corporalidade de um povo, podemos afirmar que, sobre certos aspectos, o desenvolvimento da consciência corporal, no Brasil, é favorecida. Trata-se de uma nação que tem a maior parte de seus extensos territórios situados em zona Tropical, caracterizada por temperaturas amenas ou quente durante o ano todo e tendo um litoral bastante extenso, com praias paradisíacas que convidam seus frequentadores a vestirem muito pouca roupa, permitindo-se experienciar, através dos pés e do próprio corpo, contatos com diversos tipos de superfície, com a água, com o vento, com a areia e com outros corpos, sem que estas experiências sejam objeto de pudor ou repressão através das referências coletivas; recebemos também a herança cultural dos povos ameríndios, que habitavam o Brasil antes da colonização europeia, e que viviam completamente nus, adaptados ao ecossistema e estruturados psiquicamente através de referenciais culturais e arquetípicos correspondentes à simbólica da terra e à esfera matriarcal.

Mas, por outro lado, o processo de colonização vivido por nosso país produziu feridas muito profundas, que perpassaram a cultura indígena a atingiu o feminino em geral: opondo-se ao princípio matriarcal arquetípico, que caracterizava a cultura referida, a colonização europeia, através dos aspectos negativos do princípio patriarcal, relacionado com sua tradição hebraico-cristã, impuseram em nosso país regras autoritárias que discriminavam os povos autóctones e na sequência, as classes sociais desfavorecidas, a própria mulher e que permitiu a exploração do trabalho escravo durante todo o processo de colonização. Estas marcas ainda estão presentes nas regiões econômica e culturais mais desfavorecidas de nosso país e no conflito social produzido pelas gigantescas diferenças sociais com que convivem as regiões mais desenvolvidas de nossa nação, produto ainda de uma consciência escravocrata, através de uma violência quase descontrolada. Esta condição é intensamente ansiógena e geradora de estresse, afetando a todos, em todas as categorias sociais e, de modo inconsciente e simbólico, desdobra-se para a própria relação com a terra através do desmatamento das florestas, da poluição dos rios e do ar e na ênfase unilateral e compensatória da produção e aquisição de bens de consumo. Observamos aqui que o que fere a terra certamente produz cicatrizes simbólicas no corpo.

Indicamos, deste modo, alguns aspectos coletivos que podem influenciar, favorecendo ou desfavorecendo, o desenvolvimento da consciência corporal, conceito este cuja compreensão, na realidade, é muito complexa. Podemos falar de consciência de si através do corpo ou de consciência corporal em si, enquanto complexo que integra toda sensorialidade do indivíduo, sempre permeada pelas emoções e influenciada pela disposição psíquica. Por isso, a história pessoal de cada indivíduo, indiscutivelmente, também é muito importante. Estamos considerando, portanto, a consciência corporal, como um conceito que nos remete ao indivíduo inteiro, compreendido em sua totalidade e complexidade psicofísica, antropológica e espiritual, e que geralmente consegue expressar-se quase ou parcialmente consciente através dos canais cognitivos e paradoxalmente, quase ou parcialmente inconsciente através do corpo em si. Mas é justamente este aspecto inconsciente o que torna o corpo um riquíssimo sistema simbólico, sendo a leitura ou interpretação deste sistema o que nos permite auxiliar no exercício da estruturação psíquica da consciência.

O emprego de técnicas de abordagem corporal através do processo psicoterapêutico torna-se, por este motivo, um recurso interessante e muito importante. Interessante não só para o tratamento psicoterápico em si, mas também como

possibilidade de resgate de valores arquetípicos mais profundos, sendo um caminho, através do próprio corpo, que permite redirecionar-se o olhar e sensibilizar a consciência para o que foi negligenciado em seu desenvolvimento. Neste sentido, algumas escolas psicológicas trouxeram contribuições importantes para a reintegração saudável do corpo no contexto do que foi acima exposto, como a psicologia analítica, através da influência de Petho Sándor.

O médico ginecologista húngaro Petho Sándor (1916-92) foi um dos precursores da psicologia analítica no Brasil. Ele veio para nosso país em 1949, após a II Grande Guerra, trazendo Jung para o meio acadêmico ainda na década de 60, quando lecionou sobre Psicologia Profunda no curso de Psicologia da Universidade São Bento e depois na Pontifícia Universidade Católica, em São Paulo.

Sándor foi também o criador da Calatonia, técnica de relaxamento utilizada conjuntamente à psicoterapia e que apresentaremos a seguir. Esta técnica, segundo seu criador, teria sido idealizada ainda durante a II Guerra, período em que viveu em campo de refugiados e prestou apoio voluntário em um hospital da Cruz Vermelha; ainda conforme sua referência, a Calatonia foi desenvolvida com base "em observações feitas em casos de reamputação de feridos e congelados, no período posterior à grande retirada da Rússia". Através da manipulação suave nos pés e na nuca, observou que tal estimulação produzia "descontração muscular, comutações vasomotoras e recondicionamento do ânimo dos operados", mesmo quando a carência de outros recursos clínicos e terapêuticos era evidente. Posteriormente, após a sua vinda para o Brasil, a técnica foi sistematizada e passou a ser utilizada por ele e outros profissionais nas sessões de psicoterapia, sendo que a experiência acumulada e o material de ordem psicológica reunidos, segundo a referência do próprio Sándor, trouxeram a fundamentação necessária para a sua aplicação no contexto psicoterapêutico.

Esta não foi a única técnica de abordagem corporal que Sándor criou, mas tornou-se a mais conhecida de todas; todas elas caracterizavam-se, no entanto, pelo caráter sutil e suave dos toques em sua aplicação. Sua aplicação se faz, através de estímulos suaves e monótonos, "como se quisesse segurar uma bolha de sabão", de dois a três minutos cada, nos dedos dos pés, na sola, no calcanhar e na base da panturrilha, além de um último toque que é aplicado junto à nuca, na polaridade oposta do corpo, num total de nove toques nos membros inferiores e um toque na cabeça. O processo total dura de vinte a trinta minutos.

No contexto da psicoterapia, a Calatonia geralmente é aplicada na parte final da sessão, deixando-se tempo, no entanto, para verbalização dos possíveis conteúdos emergentes e observando-se para tal os mesmos cuidados e procedimentos correspondentes ao de uma psicoterapia comum. O relacionamento terapêutico que se constrói, com a inclusão do corpo, é o mesmo em que se estrutura em uma análise junguiana, considerando-se o "campo de força" da terapia formado através do relacionamento bipessoal, em suas dimensões objetiva e subjetiva ou consciente e inconsciente, e onde o processo que se estabelece atua reciprocamente nos dois polos (terapeuta e paciente). Acrescenta-se a este "campo de força" a noção sugerida por Sándor e que foi objeto de estudo em minha tese de mestrado, de um "terceiro ponto", que funcionaria como uma espécie de "self" do processo terapêutico. A concentração neste "terceiro ponto" auxilia o terapeuta a evitar possíveis intenções projetivas durante a aplicação dos toques na psicoterapia onde ocorre a inclusão do corpo.

Observamos uma significativa proximidade e importância da abordagem corporal na psicoterapia da área da psicossomática, assim como de outras áreas de conhecimento, conforme apontaremos adiante, sendo muito importante ressaltarmos, neste caso, que a estimulação sutil que se faz através dos toques produz efeitos sensíveis sobre a sensibilidade somestésica, com ressonâncias para a sensibilidade visceral e inervação autonômica. A pele, órgão mais extenso de nosso corpo, recebe, através dos receptores periféricos nela localizados, uma

grande quantidade de informações sensoriais, informações que começam a ser coletadas ainda na fase embrionária e que contribuem para estruturar, através de suas aferências corticais, o que poderíamos chamar de nossa memória corporal. A estruturação desta memória, que vai formando-se conjuntamente com as emoções que gradativamente vão sendo vivenciadas e que potencializam a fixação desta memória, permite que, em determinadas circunstâncias e através do trabalho corporal, o próprio corpo "fale" o que a consciência não alcança.

O relaxamento provocado pela Calatonia produz, conforme já assinalamos, alívio de tensões através da descontração muscular e também regulação da atividade autonômica e do estresse; através das sessões sucessivas, produz-se um efeito cumulativo que conduz o paciente a um condicionamento psicofísico, condição esta que contribui para a dissolução de memórias traumáticas e de suas expressões neurovegetativas no corpo, favorecendo ainda o processo resiliente e auxiliando na superação das vivências do trauma. Verificamos igualmente melhora significativa em pacientes com queixas referentes aos espectros compulsivos e da ansiedade e evidentemente, conforme assinalado, em processos psicossomáticos.

A Educação é outra área do saber que relaciona-se e beneficia-se com a abordagem corporal e simbólica, observando-se que, na infância, a relação que a criança estabelece, através de seu próprio corpo, inicialmente com o corpo materno e posteriormente com o de outras crianças ou pessoas, com a natureza e com o meio em que vive, é natural e espontânea. O caminho de conhecimento através do corpo é muito importante durante toda fase de desenvolvimento neuromotor, processo que intensifica-se também com as brincadeiras e jogos corporais que as crianças realizam, sendo igualmente importante para o processo de socialização assim como para o desenvolvimento cognitivo posterior e para a estruturação do eu. Além de sua importância para o autoconhecimento, a abordagem corporal adequada e ajustada à infância torna-se um instrumento favorável também, nesta fase, em processos terapêuticos orientados para a dissipação de bloqueios, de memórias traumáticas e para o equilíbrio e ajustamento dos impulsos motores e de transtornos da atenção e hiperatividade.

É importante assinalarmos também que, através da aplicação da Calatonia e durante o relaxamento, ocorre um rebaixamento do estado de consciência, conduzindo-se o paciente a um estado intermediário entre a vigília e o sono, estado este em que as imagens emergentes (referidas como imagens calatônicas) caracterizam-se pelo automatismo e já não se relacionam com aquelas orientadas pelo comando da consciência vigil, e que, conforme observações e estudos realizados que aponto em outro local, possuem, do ponto de vista simbólico, o mesmo valor que as imagens oníricas. Esta condição favorece amplamente o desenvolvimento do processo psicoterapêutico comum, na concordância do uso desta abordagem entre o terapeuta e o paciente.

Observamos ainda que a inclusão do corpo como objeto de atenção no processo psicoterapêutico desperta, de modo recíproco, uma sensibilidade própria, relacionada com a comunicação que se estabelece através de sinalizações sutis provenientes do corpo do paciente e com a percepção aguçada do terapeuta, que pouco a pouco aprende a perceber e compreender estas sinalizações. Em determinadas circunstâncias, conforme apontamos acima, o que através da psique não se atinge, o corpo consegue expressar. Esta sensibilidade ampliada pode ser atestada através de estudos sobre a imagem corporal e as mudanças ocorridas, realizados com pacientes em tratamento com a Calatonia.


Uma das ex-alunas do Sándor e hoje docente da mesma Universidade onde ele lecionou, Rosa Maria Farah, escreveu um referencial livro onde descreve estudos com a imagem corporal e verifica a relação entre o trabalho do Sándor e a psicologia de Jung, apontando ainda alguns pontos onde este último assinala, em sua obra, a importância do corpo e da correspondência entre o corpo

e a psique, como no Seminário das Visões (1930), texto que foi traduzido para a língua portuguesa por Sándor:

"O SELF, como Deus Absconditus, pode destruir seu próprio simbolismo para um determinado propósito: quando o grande impulso levou um indivíduo para dentro do mundo dos mistérios simbólicos, nada vem disto, nada pode vir disto, a não ser que tenha sido associado à terra, a não ser que tenha acontecido quando o indivíduo estava no corpo. Sabem, se a nossa alma é destacável, como na condição primitiva, somos simplesmente hipnotizados em uma espécie de estado sonambúlico ou transe, e o que quer que experimentemos nesta condição não é sentido porque foi experimentado no corpo – não estávamos lá quando aconteceu. É assim a individuação, só pode ocorrer se retornarmos ao corpo, à nossa terra, só então ela se torna verdadeira. (...) A individuação só pode ocorrer quando é percebida, quando alguém está lá e a registra; de outro modo, é a eterna melodia do vento no deserto..."

Farah faz referência também aos seminários seguintes realizados por Jung sobre Assim Falou Zarathustra (1934-39):

"O espírito pode ser qualquer coisa, mas somente a terra pode ser algo definido. Então manter-se fiel à terra significa manter-se em relacionamento consciente com o corpo. Não fuja e não nos tornemos inconscientes dos fatos corporais, pois eles nos mantêm na vida real e ajudam-nos a não perder nosso caminho no mundo das meras possibilidades, onde estamos simplesmente de olhos vendados".

Tendo trilhado um caminho independente, na perspectiva da psicologia analítica, Sándor incorporou a referência simbólica junguiana ao seu método, criando uma psicologia integrativa, referida muitas vezes como Integração Psicofísica ou Fisiopsíquica, como é o nome de nossa disciplina no curso Jung & Corpo, no Instituto Sedes Sapientiae, de São Paulo, e que foi criada por ele próprio. 

Notas

1. Conferência realizada em Lyon, França, em 13 de fevereiro deste ano, no *Recontre Internationale de Lyon*, com o tema geral *Le Corps au Service de la Conscience*, sob o título *Le corps chez Jung*.

Referências Bibliográficas

FARAH, R.M. *Integração Psicofísica: o trabalho corporal e a psicologia de C. G. Jung*. São Paulo: Cia Ilimitada, 2008.
GUGGENBÜHL, A. *O relacionamento terapêutico na visão das diferentes escolas psicoterapêuticas* (trad.). Stuttgart: Hans Huber, 1978.
JUNG, C.G. Seminários sobre Assim Falou Zarathustra (apost.). Seminários das Visões.
KIRSCH, T. B. The Jungians. London, Routledge, 2000.
MACHADO F.P.T. *Gestos de cura e seu simbolismo*. São Paulo, USP, 1994 (dissertação de mestrado).
"Simbolismo das imagens calatônicas" in Spaccaquerche, M.E. (org.) *Corpo em Jung: estudos em calatonia e práticas integrativas*. São Paulo: Vetor, 2012.
SÁNDOR, P. (org.) *Técnicas de Relaxamento*. São Paulo: Vetor, 1974.