

MASSAGEM - CONHECIMENTO E INTUIÇÃO

Workshops:

Um Toque de Massagem - Um Toque de Saúde: Troca de Idéias e Vivências, Rio de Janeiro/RJ, 1995

Massagem e Respiração, Nova Friburgo/RJ, 1997

Auto-Massagem - Energia em Movimento, CAIS - Centro de Atenção Integral à Saúde, Nova Friburgo/RJ, 1998

Acordando o Corpo - Um Toque de Massagem, Nova Friburgo/RJ, 1998

Na Psicoterapia que desenvolvemos, com base fundamentalmente em conceitos de Wilhelm Reich, usamos a Massagem conjugada principalmente, com exercícios "físicos" e respiratórios, com a finalidade de trazer à tona a história vivenciada por cada pessoa e que está presente nos diversos segmentos corporais, dificultando as **relações afetivas, o desempenho profissional e as relações sociais**.



Na medida em que as **emoções permanecem contidas** em cada um desses segmentos, fica também **bloqueado o fluxo energético**, causando o que Reich chamou de **estase sexual**, que ocorre quando a satisfação do ser humano não é atingida.

A Massagem ajuda a liberar a respiração fazendo com que a energia e o afeto possam fluir, permitindo a troca afetiva, a cooperação e o respeito mútuo, além de propiciar uma vitalidade maior ao organismo.

É utilizada e desenvolvida nos Trabalhos Corporais há vários anos, tem influência da Massagem Sueca, do pensamento reichiano, de cursos que fazemos como, por exemplo, Do-In, Shiatsu, dentre outros.

Destes últimos cursos e vivências, incorporamos algumas técnicas relacionadas ao "tocar" o outro sem perder de vista a intenção de **trazer à tona as emoções vivenciadas ao longo de nossas vidas e, como dissemos anteriormente, está presente nos diversos segmentos corporais assinalados por Reich.**



Além de atuar na **liberação das emoções na Psicoterapia Reichiana**, a Massagem pode ajudar no processo de **fortalecimento** da estrutura afetiva e energética, permitindo uma caminhada mais segura, em contato com a realidade que nem sempre é satisfatória e favorável (condições de vida e trabalho podem ajudar a reforçar o processo de encorajamento).

No Workshop MASSAGEM E RESPIRAÇÃO, pretendemos transmitir parte dessa experiência e conhecimento, com a intenção de que cada participante passe pelo menos a perceber o valor do "toque" em si mesmo e no outro (seja amigo, cliente, aluno...) assim como sua relação com a **respiração enquanto fonte de energia e de vida**.

O "toque" pode ajudar a acalmar, a relaxar, pode ser sinal de apoio ou pode colaborar para reforçar os medos contidos no corpo de cada um.

Saber em que situação o "toque" pode ser utilizado, além de ser um ato intuitivo, é conhecimento.



A Massagem pode ser feita com diferentes partes de nosso corpo (mãos, polpa dos dedos, cotovelos, pés), com bolas (pequenas e grandes), rolos de pastéis, sempre em conjunto com a respiração (plena).

É fonte de relaxamento após uma noite mal dormida ou trabalhos extenuantes, assim como diversão e prazer ou complemento terapêutico na Psicoterapia Reichiana.

Bibliografia:

- CANÇADO, JURACY. DO-IN - Livro dos Primeiros Socorros. RJ, Ground, 1979.
CANÇADO, JURACY. DO-IN PARA CRIANÇAS. RJ, Ground, 1987.
DOWNING, GEORGE. O Livro de Massagem. SP, Brasiliense, 1972.
JAHARA-PRADIPTO, MARIO. Zen Shiatsu - Equilíbrio Energético e Consciência do Corpo. SP, Summus, 1986.
REICH, WILHELM. Análise do Caráter. SP, Martins Fontes, 1979.
REICH, WILHELM. A Função do Orgasmo. SP, Brasiliense, 1975.
ROSENBERG, LEE JACK. Orgasmo Total. SP, Brasiliense, 1980.

Vanda Barreto Lopes - Psicóloga-CRP-05/1054 -Psicoterapeuta Reichiana
Pós-Graduação em Sociologia Urbana e Pós-Graduação em Psicopedagogia
Vilna Reis - Revisora