

Excertos de Reich e Lowen sobre o Amor: Vínculo, sentido e conhecimento essencial da Vida

Alexandre Franca Barreto ¹

¹ Psicólogo pela Universidade Católica de Pernambuco; Especialista em Psicologia Clínica – ênfase em Análise Bioenergética no Libertas; Mestre em Antropologia pela Universidade Federal de Pernambuco; Doutorando em Educação pela Universidade Federal de Pernambuco. Atualmente cursa formação Internacional em Análise Bioenergética pelo Libertas-IIIBA. É Professor Assistente II da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF), ministrando aulas em cursos da saúde na graduação e na Residência Multiprofissional em Saúde da Família (UNIVASF/SESAB).
E-mail: alexandre.barreto@univasf.edu.br

Resumo: O amor foi um tema presente na obra de Reich e Lowen dois importantes autores no campo da Psicologia Corporal. Neste artigo nos dedicamos a trazer uma compreensão do amor com base nas contribuições destes autores. Dois aspectos fundamentais estão presentes na visão reichiana e loweniana. O primeiro se refere ao amor em sua dimensão de vinculação com essencial da Vida. O segundo aspecto trata o amor como uma “inteligência sensível” ou “sabedoria orgânica” self centrada. Seguindo as trilhas textuais presentes em obras publicadas de Reich e Lowen, aprofundamos estas duas dimensões do amor. No entanto, é impossível afirmar que conseguimos dar conta do sentido global do amor, uma vez que os próprios autores nos advertem dos limites da linguagem e da ciência para compreendê-lo.

Palavras-chaves: Amor, Vínculo, *Self*, Vida, Reich, Lowen.

Excerpts from Reich and Lowen about Love: Attachment, meaning and essential knowledge of Life

Abstract: Love was a theme in the work of Reich and Lowen, two important authors in the field of Somatic Psychology. In this article we seek to add to an understanding of love, based on the contributions of these authors. Two aspects underpin the vision of Reich and Lowen. The first is about love with regard to how it links to the essential dimension of Life. The second aspect deals with love as a "sensitive intelligence" or *self-centred* "organic wisdom". On following the textual trails present in the published works of Reich and Lowen, we explore in depth these two dimensions of love. However, it is impossible to state that we have succeeded in accounting for the overall sense of love, since the authors themselves warn us of the limits of language and science for our understanding of what love is.

Key words: Love, Attachment, *Self*, Life, Reich, Lowen.

Amor cerne da Vida

O amor sem dúvida é um tema importante no campo da Psicologia Corporal. Entendido por Reich como fonte da Vida (2004) serviu de título tema em dois livros de Lowen (1988, 1990). Neste

artigo procuro trazer algumas referencias ao amor presentes na obra de Reich e Lowen, bem como trazendo algumas outras referencias que somam na validação do amor como aspecto fundamental de nossa existência. Este trabalho é fruto de um estudo maior no qual o amor tornou-se uma das temáticas relevantes para se pensar a formação humana (BARRETO, 2016).

Seguindo as trilhas reichianas e lowenianas, descrevo o amor como uma emoção. Esta emoção (o amor) é entendida como um estado qualitativo do ser fundamental na Vida. A Vida concretamente se “faz pelo amor e para o amor” (REICH, 1999, p. 38); o amor “é a mola propulsora da vida e a fonte de alegria” (LOWEN, 1997, p. 227). Neste sentido, segunda a crítica reichiana, ser amoroso é estar conectado com o cerne da Vida, o que suscita uma sabedoria que contempla o essencial em uma cultura que nos convida a evadir da natureza básica do humano (REICH, 1999). O caminho loweniano para ser amoroso é “suspender” o ego e estar enraizado (*grounded*) na verdade do coração – morada de si mesmo (*self*).

Em síntese, procuramos evidenciar duas características fundamentais do amor na visão reichiana e loweniana: a primeira refere-se a uma dimensão de vinculação com essencial da Vida, e; o segunda refere-se a uma “inteligência sensível” ou “sabedoria orgânica” *self* centrada. Desta forma a experiência amorosa fonte de vinculação, verdade, sentido e transcendência mostra-se presente na Vida cotidiana. Experienciar, formar e aprimorar esta condição amorosa do humano só é possível a partir de uma condição peculiar de entrega – seja nas relações sexuais, nos vínculos de amizade e partilha social, seja nos processos educativos formais ou nas relações de cuidado com a saúde, seja ainda na própria relação com a natureza. Vamos nos dedicar um pouco mais a cada uma destas duas características que julgamos fundamentais no pensamento destes autores.

O Amor como vínculo que nos conecta com o fundamental da vida

A noção de amor como uma vinculação às dimensões profundas e essenciais da Vida não é uma afirmação exclusivamente reichiana e loweniana, apesar deles apresentarem uma visão bem peculiar do amor. De todo modo apresentamos inicialmente algumas considerações feitas por outros autores para situar esta característica do amor, para em seguida trazer de modo próprio, a visão de Reich e Lowen.

Maturana e Varela (1995) colocam o amor como uma característica essencial de nossa condição biológica de mamíferos. É no amor e através do amor que podemos viver (desde a concepção, gestação, nascimento e desenvolvimento humano, o vínculo amoroso é o que possibilita que isto aconteça de modo saudável).

Jung ao falar de amor através de Eros comenta: “É uma ideia tola, que os homens têm. Eles acreditam que Eros seja sexo, mas está errado. Eros é relacionamento” (JUNG, 2005, p.29). Mais adiante nos diz:

O erotismo é uma interrogação e sempre será, o que quer que diga qualquer determinação futura. Por um lado, ele pertence à natureza animal primitiva do homem, que existirá sempre enquanto o homem tiver um corpo animal. Por outro lado, porém, ele só floresce quando espírito e instinto estão em sintonia correta. Quando falta um desses aspectos, ocorre um dano, ou pelo menos uma unilateralidade, um desequilíbrio, que pode facilmente desembocar em algo doentio... O erotismo é basicamente algo super poderoso, que se deixa violar e usar, como a natureza, como se fosse muito frágil. Mas paga-se caro pelo triunfo sobre a natureza. A natureza não precisa de explicações racionais, ela se satisfaz com a tolerância e com o sábio bom senso (JUNG, 2005, p.31).

Para filósofo Comte Sponville (2002) que se apoia nas terminologias gregas, o amor é *Eros*, *Philia* e *Ágape*. São as três facetas: o amor que falta e toma, só sabe gozar ou sofrer; o amor que se alegra e compartilha, e; do amor que aceita, protege, acolhe, dá e se entrega.

Martin Buber também ocupou-se com reflexões acerca do amor e o define a partir relação Eu-Tu:

O amor não está ligado ao Eu de tal modo que o Tu fosse considerado um conteúdo, um objeto: ele se realiza, *entre* o Eu e o Tu. Aquele que desconhece isso, e o desconhece na totalidade de seu ser, não conhece o amor, mesmo que atribua ao amor os sentimentos que vivencia, experimenta, percebe, exprime. O amor é uma forma cósmica. Àquele que habita e contempla no amor, os homens se desligam do seu emaranhado confuso próprio das coisas; bons e maus, sábios e tolos, belos e feios, uns após outros, tornam-se para ele atuais, tornam-se Tu, isto é, seres desprendidos, livres, únicos, ele os encontra cada face-a-face. A exclusividade ressurgue sempre de um modo maravilhoso, e então ele pode agir, ajudar, curar, educar, elevar, salvar. Amor é responsabilidade de um Eu para com um Tu: nisto consiste a igualdade daqueles que amam, igualdade que não pode consistir em um sentimento qualquer, igualdade vai do menor, ao maior do mais feliz e seguro, daquele cuja vida está encerrada na vida de um ser amado, até aquele crucificado durante sua vida na cruz do mundo por ter podido e ousado algo inacreditável: amar os *homens*.(BUBER, 2001, p.59).

Podemos ver que todos os autores a seu modo, situam o amor em uma relação, um vínculo que liga o humano a dimensões profundas e essenciais da existência. O amor não é apenas o que liga, mas também um sentido essencial da vida. Podemos ver esta afirmação claramente na afirmação do filósofo francês Ferry (2012, p.322) “No estado amoroso, tudo ganha sentido em relação a um fim único, não obrigatoriamente a conquista, mas a preservação, a intensificação e, sobretudo, a realização do amor”.

Ou ainda nas palavras do pensador indiano Tagore (2010, p.39) “[...] amar é aquilo que mais perfeitamente sacia os desejos humanos. Quando amamos, não queremos saber por que nem pra quê. O amor é, em si mesmo, sua própria resposta e sua própria finalidade”.

Podemos dizer que Reich e Lowen apresentam certo consenso com os diversos autores citados quando destacamos a dimensão vincular e de sentido para a vida. Contudo, apresentam uma visão muito própria do amor tanto a partir de uma crítica social protagonizada por Reich, como pela compreensão do amor em suas dimensões energéticas corporais. Vamos nos dedicar a isto agora.

Longe de ser uma presença exclusivamente agradável, como podemos achar à primeira vista, Reich e Lowen nos dizem que o amor nos expõe de modo similar à alegria indescritível e à dor profunda.

Talvez por este aspecto paradoxal do amor, a visão reichiana (REICH; 1999, 2004) reconheça o amor como um elemento “mortífero” de nosso planeta, e, concomitantemente, uma *chama* transformadora e revolucionária de nossa cultura. Por cultivar intimamente o amor em atos de sabedoria e liberdade em Vida, a pessoa que vive o amor plenamente não se sujeita às nossas leis e à nossa moral cultural que oprime e limita a plena expressão do ser. Assim, Reich aponta vários humanos que viveram amorosamente a Vida (Jesus, Giordano Bruno, Lenin, Gandhi) e foram assassinados em nome de um dogmatismo, seja de fundamento religioso, político, ou científico.

Para o autor, o motivo de o amor ser tão problemático em nosso tempo justifica-se pelo que ele chamou de “Peste Emocional”. O humano encouraçado em sua própria dor semeia o sofrimento pela própria impossibilidade de experienciar intimamente a alegria e o amor espontâneo da Vida (REICH, 1999; 2003). Reich se esforçou para trazer à consciência este adoecimento humano de nosso tempo. A Peste Emocional está encoberta em nossa civilidade, na *pseudo razão* que encontra argumentos e justificativas causais para aniquilar a própria Vida². Reich nos diz que neste padrão cultural vive-se uma vida aprisionada que optou (conscientemente ou não) por uma *evasão básica do essencial* – uma fuga da realidade profunda de si mesmo, de seu corpo e de uma lei cósmica natural. A vida aprisionada dita condutas, normas e modos de vida culturais que dissociam o homem de sua natureza primária desconectando-o do próprio corpo e de suas funções vitais.

Assim, para Reich, (1999, 2004) o amor traduz a possibilidade do humano de viver plenamente a Vida em suas potencialidades singulares, entregando-se às relações de modo ético e em sintonia com o universo. O amor é a emoção que vincula o homem a sua essência. E neste sentido, é possível entender o amor como fonte da Vida. Em todos os livros de Reich publicados pela editora Martins Fontes, foi posto como epígrafe o seguinte texto extraído da obra *A Função do Orgasmo*: “Amor, trabalho e conhecimento são as fontes de nossa vida. Deveriam também governá-la” (REICH, 2004, p. 21). Em Lowen podemos ver igualmente esta afirmação quando ele nos diz que “é o amor que incentiva o processo contínuo da vida humana, animal e vegetal” (LOWEN, 1990, p. 195).

² A palavra Vida neste artigo esta com grafia maiúscula tanto para dar ênfase ao seu aspecto substantivo essencial de um estado de atividade incessante comum aos seres organizados, bem como a dimensão singular de Vida Viva definida aqui a partir das contribuições de Reich (1999). Assim a Vida expressa uma Vida Viva em divergência a uma vida (com v minúsculo) aprisionada.

O amor como fonte da Vida é uma emoção (linguagem expressiva) essencial. Para compreender esta noção complexa de emoção, que sustenta a própria compreensão do amor, precisamos diferenciá-la de uma visão comum da emoção como um evento específico de dimensão psicológica e metafísica. Reich (2004) ao adentrar no que ele chamou de “*profundezas biológicas*” passou a olhar para o organismo vivo, sendo ele em sua constituição primordial (desde um protoplasma) ou mais complexa (como o humano), o autor percebeu um movimento básico da Vida (um contínuo de contração e expansão) no qual as emoções são justamente, a expressão qualitativa do organismo. Este percurso demarca os limites de compreender o ser a partir de qualquer “especialização esquemática” que estão “presas a estruturas verbais”:

A fala humana, forma biológica de expressão numa fase avançada do desenvolvimento, não é um atributo específico do organismo vivo, o qual funciona muito antes de existirem uma linguagem e representações verbais... muitos animais expressam-se por sons. Mas o organismo vivo já funcionava antes, e continua tendo um funcionamento que vai além do uso dos sons como forma de expressão. (REICH, 2004, p. 332).

Dando seqüência ao seu pensamento, Reich sugere que “a própria linguagem revela a chave do problema de como o organismo vivo se exprime” (REICH, 2004, p. 332). A linguagem deriva das sensações percebidas por órgãos do corpo. Assim, expressão (em alemão *Ausdruck* e em inglês *expression*) descreve a linguagem do organismo vivo, uma vez que “o organismo vivo se expressa em movimentos”, o movimento expressivo é o que “distingue o organismo vivo de todos os sistemas não-vivos”.

[...] alguma coisa no sistema vivo “pressiona para fora” e, portanto, se “move”... No sentido literal, “emoção” significa “mover para fora”; ao mesmo tempo, é um “movimento expressivo”... movimento expressivo, está ligado inseparavelmente a um *significado* facilmente *inteligível*, que costumamos chamar de expressão emocional. Assim, o movimento do protoplasma expressa uma emoção, e a emoção ou a expressão de um organismo está incorporada no movimento. (REICH, 2004, p. 332).

Contudo, Reich nos lembra que:

Apesar da linguagem refletir o estado emocional plasmático de maneira imediata, ela não é capaz de alcançar esse estado em si. A razão disso é que o início do funcionamento da vida é muito mais *profundo* do que a linguagem e está *além* dela. *Ademais, o organismo vivo tem seus próprios modos de expressar o movimento, os quais muitas vezes simplesmente não podem ser colocados em palavras.* (REICH, 2004, p. 333).

Estes apontamentos reichianos deixam claro os limites que encontramos nesta comunicação científica ao definir o amor enquanto uma emoção a partir da linguagem. Entendo que é impossível

defini-lo por ser algo mais profundo, anterior e além ao recurso que temos em mãos nesta tarefa. Talvez por este motivo o amor seja algo que, por mais que o expressemos, nunca se encerra nas palavras e nos próprios atos, mas sempre nos conduz além deles.

Contudo, dentro dos limites que nos é cabível, procuremos *apontar* sentidos que ajudam a compreender a complexidade e a importância do amor na Vida humana.

Para Reich, o abraço genital (o encontro entre os órgãos sexuais com a penetração, que não se reduz ao ato mecânico do sexo, e trata essencialmente da relação de profunda entrega entre dois seres) e a experiência do orgasmo (que *igualmente não* se reduz ao ato mecânico de ejaculação), são a expressão genuína do amor. O abraço genital é quando “a Vida simplesmente ama... A Vida deixa amadurecer lentamente suas relações de amor, do primeiro olhar até o abandono completo durante o abraço palpitante” (REICH, 1999, p. 37). “O abraço genital emerge naturalmente da necessidade – que se processa progressivamente – de fundir um corpo com o corpo do outro” (REICH, 1999, p. 41).

Sobre o orgasmo Reich nos diz:

Do ponto de vista da bioenergética, o orgasmo se apresenta como a perda total da própria individualidade em benefício de um estado de ser absolutamente diferente [...] O orgasmo é algo que *acontece* a dois organismos vivos e não alguma coisa que pode ser produzida. (REICH, 1999, p. 43).

Uma das obras que Reich tematiza o amor é intitulada como *O Assassinato de Cristo*. Para Reich, “Cristo conheceu o amor físico e as mulheres, como conheceu tantas outras coisas naturais” (1999, p. 45). Para ele, a mistificação do amor a um Deus espiritual desencarnado é a principal causa de cisão do amor no corpo, nas relações vivas entre homens e mulheres que se expande por toda a natureza. Uma visão integrada do amor (físico e espiritual) permite conhecer “Deus como Amor em seu próprio corpo” e confirmar sua existência divina de modo acessível a todo o homem. Para Reich, este conhecimento Vivo de Deus como Amor no corpo “preencheira cada exigência de todas as religiões, constituições, leis, código de moral e ética, valores ideais e sonhos” (1999, p. 56).

Lowen a seu modo aproxima-se desta posição reichiana com a seguinte afirmação:

Se os grandes místicos e religiosos estão corretos, Deus mora no coração. Se nos dedicarmos de todo o coração a qualquer atividade, ela se torna uma expressão espiritual, uma expressão de nosso espírito. Sob este ângulo, a sexualidade, quando é uma expressão direta de amor, é divina e dada por Deus. (LOWEN, 1990, p.195).

Compreender a profunda dimensão da experiência sexual como divina no pensamento reichiano não nega a possibilidade de relacionamentos amorosos de outras ordens. Lowen nos lembra que o “[...] amor inspira muitos relacionamentos que não são de natureza basicamente sexual” (LOWEN, 1988, p. 26), não há no pensamento loweniano uma redução do amor ao aspecto sexual,

apenas uma compreensão profunda desta expressão vivamente amorosa, endossando a necessidade Viva do amor nas relações.

Seguindo as contribuições lowenianas acerca do amor, o autor enfatiza a relação essencial desta emoção com o coração, sem negar seus enlaces com o cérebro e os órgãos sexuais, presente em pessoas amorosas (LOWEN, 1982; 1990; 1995). Ele destaca “a palavra cerne vem do latim *cor*, que significa coração. Os termos francês – *coeur* – e espanhol – *corazón* – refletem essa identidade. O coração é o que está no cerne da vida. Sentir o coração vincula a pessoa poderosamente a seu desejo de viver” (LOWEN, 1990, p.160).

Para Lowen o corpo é sagrado e que por mais que alimentemos a crença de poder explicar como o corpo funciona “... em seu âmago está o mistério do amor. O coração humano, sede do amor, é também o templo onde Deus está alojado dentro do ser humano” (LOWEN, 1995, p. 218). “O coração simboliza não apenas o centro emocional da humanidade, mas também o cerne espiritual” (1990, p. 17).

O autor justifica esta sua visão tanto por ressaltar como diversas tradições espirituais (judaísmo, cristianismo e vedanta) apontam o coração como elemento espiritual, como por também ser perceptível “a capacidade de sentir uma ressonância entre a pulsação do coração e a pulsação do universo” (LOWEN, 1995, p. 218). E destaca: “Embora a pulsação da vida ocorra em todas as células e em todos os órgãos do corpo, ela é sentida com mais intensidade nos batimentos cardíacos e vivenciada mais vigorosamente no sentimento de amor” (LOWEN, 1995, p. 218).

O autor nos diz também que para que possamos ser pessoas amorosas precisamos “religar o coração e os genitais, para que atividade sexual se torne produto genuíno do coração” (LOWEN, 1990, p.194). Porém, este é só metade do percurso. Precisamos antes vincular “a cabeça e o coração” (LOWEN, 1990, p. 194), para que possamos suspender nosso ego e nos entregar ao *self* na condução da Vida. O coração é igualmente a morada do *self* (LOWEN, 1982).

Temos aqui claramente uma visão do amor como uma expressão qualitativa essencial do ser (emoção fundamental da Vida) que nos liga íntima e profundamente a nossas relações e a própria natureza. O amor é um recurso revolucionário em termos de mudanças culturais e igualmente nos serve como um aspecto de profunda abertura energética em nosso corpo (ligando três grandes centros vitais: órgãos sexuais, coração e cérebro) fluindo em ressonância com o movimento cósmico.

Passemos agora a nos dedicar sobre o outro aspecto do amor, sua sabedoria orgânica *self* centrada.

O amor como conhecimento sensível: uma sabedoria *self* centrada

Apesar do enfoque excessivamente cognitivo e racionalista de educação que nossa cultura tem, não há contrassenso em abordar o amor como uma sabedoria. O próprio Reich (1998) nos lembra que o exercício da razão é uma função vegetativa, e por este motivo sua carga emocional e igual a carga cognitiva, quando não maior. Lowen (1997) também nos diz que amor é sabedoria. Entretanto, vejamos o que a colaboração do pensador indiano Tagore acerca disto e voltamos, em seguida, a nos dedicar as especificidades da proposta reichiana e loweniana.

Tagore (2010) nos fala que o amor é por excelência a via de integração dos contrários, da dualidade, da ambivalência. É no amor que encontramos um sentido unificado para tais fenômenos.

Assim, o amor torna-se via de uma razão que transcende o dualismo de nosso modelo de formação, que fragmenta e cindi o humano, a natureza, a relação. Tagore nos fala dessa razão, ou talvez, (des) razão do amor (pelo próprio fato, de não se reduzir o amor a uma explicação racional):

No plano do pensamento lógico, um e dois são diametralmente opostos, assim como sim se opõe ao não, ou o não ao sim. Todavia, aqueles que se amam querem ser um e dois ao mesmo tempo: para eles, um e dois se confundem em uma só realidade, sem que reneguem, por este motivo, suas dessemelhanças.

(...) Nossa faculdade inata de amar seres e coisas incontestavelmente nos revela que, se o Um for Verdade, o Múltiplo será Verdade também. Contudo, não chegamos a essa perturbadora descoberta pelo exercício da razão; ela se desvela apenas para aqueles que amam. (TAGORE, 2010, p.46)

Ao contemplar si mesmo em profundidade, vemos uma harmonização dos contrários, que não se reduz a uma compreensão no plano das ideias. Ultrapassa a própria compreensão de forma, extensão e duração em si. Tagore nos ajuda a refletir sobre isto:

Quer mantenhamos outras certezas fundamentais, quer não, foi nos dado compreender, no mais profundo de nós mesmos, um fato essencial: somente a abertura do coração permite conciliar os antagonismos. Ela põe fim às discórdias, lá onde a argumentação e o trabalho comum permanecem impotentes para produzir o entendimento mútuo (TAGORE, 2010, p.45)

O amor é ao mesmo tempo “aquilo que é fonte de estabilidade e gera a condição inversa: estatismo e dinamismo coexistem, um por meio do outro” (TAGORE, 2010, p.47). No amor, dar e receber têm igual valor, “ambos são fontes de alegria, e, na alegria débito e crédito se confundem” (TAGORE, 2010, p.47). O conhecer e o não conhecer estão juntos, pois “o que a inteligência não discerne, o coração imediatamente o percebe” (TAGORE, 2010, p.48). É no amor também que a dependência e independência têm o mesmo valor, como nos diz Tagore: “Quando se ama, a alegria de se sentir unido ao outro em nada cede à de poder dispor livremente de si mesmo” (2010, p.48).

Mais adiante Tagore complementa esta reflexão:

No que refere aos termos dependência e independência, nós nos contentamos, em geral, em opor um ao outro, sem procurar compreender seu sentido profundo. Não sentimos que eles se referem a dois modos complementares de ser, que deveriam coexistir em nós e presidir juntos às nossas relações com o mundo.

Conscientemente, recorremos apenas a um ou outro. Somente nosso coração sedento aspira, no mais profundo de nós mesmos, à harmonização dos dois, porque o amor só se atira para além de todas as limitações quando incorpora plenamente os próprios laços que parecem mantê-lo cativo. Se não existir maior independência do que a que o amor revela, também não haverá dependência mais completa (TAGORE, 2010, p. 50).

Lowen traz para o corpo esta possibilidade de viver amorosamente de forma sábia e íntegra:

Para nos tornarmos pessoas amorosas, precisamos curar a cisão entre ego e o coração, o que não significa que o ego deva abdicar de sua posição como árbitro da realidade, ou que a cabeça deve render-se e perder sua hegemonia dentro da hierarquia da personalidade, Mas significa sim que cabeça e o coração devem trabalhar em conjunto para promover a saúde e a felicidade da pessoa. (LOWEN, 1990, p. 192).

Longe de ser um resultado fácil, unir cabeça e coração é um grande desafio em nossa Vida contemporânea. Como Lowen (1982) pontou, nosso modelo educacional cinde educação mental e física, a cabeça e o restante do corpo (incluindo coração e genitais). Jayme Panerai, um dos meus mestres formadores na abordagem loweniana, dizia repetidamente que o maior caminho que o homem pode percorrer no mundo é aquele que liga a cabeça ao coração.

Por isto, para superar um modelo cultural antívida, devemos necessariamente promover esta integração entre cabeça e coração, que ligará nosso centro consciente ao *self*, ofertando um conhecimento amoroso, uma sabedoria orgânica e sensível, que parte da realidade íntegra do próprio corpo, fazendo com que não nos ocupemos com muita informação sem sentido, e, que pouco ou nada contribui para o desenvolvimento de si mesmo e da Vida.

O caminho para desenvolver como uma pessoa amorosa está em colocar na centralidade da Vida o *self*. O *self* para Lowen (1983) tem sua morada no coração como já dissemos, ele é corpóreo. O amor é o coração e o próprio sangue por ele bombeado que nutre de Vida as células de todo o nosso corpo humano. E, assim como o coração (morada do *self*) é vital para o corpo, o *self* é para a consciência. A consciência ancorada no *self* que nos auxilia a desenvolver uma percepção real do corpo e, consecutivamente, de si mesmo. O autor procura explicar esta noção de *self corpóreo*:

A maior parte do *self* consiste no corpo e nas suas funções, a maioria das quais operam abaixo do nível da consciência. O inconsciente é como a parte submersa de um iceberg. Funções involuntárias como a circulação, digestão e respiração, exercem profundo efeito sobre a consciência, pois determinam o estado de ser do organismo. Dependendo do funcionamento do corpo, a pessoa pode sentir-se abatida, cheia de vitalidade ou deprimida, sexualmente excitada ou impotente. O que

sentimos depende do que acontece no corpo. A vontade ou ego é incapaz de criar uma sensação, embora possa tentar controlar uma sensação. (LOWEN, 1993, p. 37).

A compreensão acerca do ego também nos ajuda a compreender o *self* sobre outra perspectiva. Lowen nos diz que o ego é “apenas o aspecto consciente do *self*” (1993, p. 37) que pode estar ou não conectado com a realidade do *self*, a partir da consciência de seu próprio corpo. Sobre esta relação entre ego e *self* Lowen nos diz:

A relação entre o ego e o *self* é complexa. Sem o ego, não pode haver senso do *self*. Mas sem um *self* sentido, o senso de identidade passa a estar ligado ao “eu”. De fato, o ser humano é uma identidade dual – derivando uma parte da identificação com o ego, a outra da identificação com corpo e suas sensações. Do ponto de vista do ego, o corpo é um objeto a ser observado, estudado e controlado no interesse de um desempenho que esteja à altura da imagem da pessoa. Nesse nível, a identidade é representada pelo “eu” em suas funções de percepção consciente, pensamento e ação. É também por esta perspectiva que podemos corretamente dizer: “Eu penso, logo eu existo”. E poderíamos acrescentar: “Eu quero, logo eu existo” – pois a vontade é um aspecto importante do ego. (LOWEN, 1993, p. 38).

Neste sentido, para Lowen, o grande desafio no processo de autoconhecimento é fazer com que esta dualidade seja integrada amorosamente por uma conexão entre nossa percepção de *self* corporal e a imagem consciente de *self* que construímos tal qual “uma luva ajusta-se à mão de seu dono” (LOWEN, 1993, p. 39). Do contrário, quando há uma incongruência, temos um distúrbio de personalidade que se agrava à medida que intensifica a própria incongruência. Neste aspecto, Lowen destaca a habitualidade de pessoas narcísicas em nossa cultura, nas quais há uma negação do *self*, produzindo uma identificação exclusiva com o ego que, por sua vez, gera uma falsa imagem de si mesmo e uma incongruência com si próprio no mundo.

Em boa parte de nossa educação e das normas sociais há uma negação do *self*, em maior ou menor grau, quando se negligencia a realidade do próprio corpo, em termos de sensações e emoções, tratando-o prioritariamente como instrumento do ego. Além disso, muitas das relações são baseadas em poder, Lowen (1990) nos lembra de que poder e amor são antagônicos, o primeiro “cria desigualdades” e exige “suspensão de sentimentos”, o segundo baseia-se no “reconhecimento de igualdade” e conexão com as emoções.

Lowen também nos diz que “o amor pode ser visto como uma partilha do *self* com outra pessoa” (1993, p. 38). Assim, acreditamos verdadeiramente que uma Vida amorosa busca permitir a emergência do *self*, em um apropriar-se progressivamente dele. Desta forma, naturalmente se expandi os vínculos e conhecimentos de forma amorosa, aprofundando o sentido e o desejo de Vida.

No entanto, para cultivarmos uma abertura progressiva do *self*, não é possível através de uma atitude controlista, em uma dimensão profunda não temos poder sobre o amor e o próprio *self*. Não

devemos ter metas pragmáticas de domínio sobre si mesmo. Lowen (1990) nos lembra de que não basta tomar uma decisão de “ser mais amoroso”, não nos “forçamos a amar”, não é uma questão de “esforço” ou “vontade”. As emoções “vem do fundo de nosso organismo”, e por mais que possamos “embrutece-los” ou “suprimir-mos”, “não temos poder de criar”.

Deste modo o caminho necessário para centrarmos no *self* é justamente pela “rendição” ou “entrega” de nosso ego narcisista (LOWEN, 1997). O essencial é mudar nossa disposição no mundo, ancorados em nossas raízes (*grounded*), vinculados de forma segura a si mesmos e à natureza, podemos nos abrir para nosso *self*, entregarmo-nos ao amor.

A entrega ou a rendição para Reich (2004) e Lowen (1997), é um modo salutar de viver a Vida. Podemos entender esta entrega, como um profundo relaxamento dos processos defensivos arraigados em nosso organismo. A este respeito Lowen diz:

Sem uma rendição do ego narcisista, a pessoa não pode entregar-se ao amor. Sem esta entrega, não pode sentir a alegria (em vida). Render-se não significa abandonar, nem sacrificar o ego. Significa que o ego reconhece seu papel como subordinado ao *self* – como órgão da consciência e não senhor do corpo. Devemos reconhecer que o corpo tem uma sabedoria proveniente de muitos bilhões de anos de história da evolução que a mente consciente pode imaginar, mas nunca compreenderá. O mistério do amor, por exemplo, está além do alcance do conhecimento científico. (LOWEN, 1997, p. 27).

Esta entrega não tem o sentido de abrir mão da Vida, ela pode ser entendida mais adequadamente como o movimento necessário para viver com integridade, de forma amorosa, apesar de tudo o que podemos ter passado. Esta entrega deve ser entendida como atos Vivos no dia a dia, na atenção e entrega as sensações e emoções que brotam de nosso corpo, cada vez mais dando rumo à verdade de si próprio.

Entendemos aqui que a perspectiva de Lowen (1990; 1995) presente desde Reich (1999; 2004) de entrega ou rendição como uma abertura para um tipo de “condução orgânica” regida por um “*self* corpóreo”, é guia para uma Vida fundamentada no amor.

O que parece mais significativo desta visão reichiana e loweniana é que a razão e o conhecimento, quando fundamentados amorosamente ofertam um conhecimento que transcende dualidades e mostra-se profundamente valiosos para si mesmo. Adicionalmente, percebemos que o caminho para construir tal conhecimento amoroso, mas do que uma exigência que envolve esforço e um domínio de teórico ou científico, pede-nos uma dedicação de outra ordem. O caminho é aceitar um convite de nossa própria natureza para escutar, sentir e comunicar o fluxo livre da Vida desde nós mesmos.

Amor: vínculo essencial, conhecimento e sentido da Vida.

Vimos ao longo deste artigo com base em Reich e Lowen que a linguagem não é de modo algum uma forma precisa para falar do amor, bem como vimos que o conhecimento científico também não parece ser o melhor caminho para comunicar acerca do amor.

Ainda assim diante dos limites concretos que desta comunicação, procuramos abordar o amor sob a perspectiva reichiana e loweniana fazendo referencia a outros autores, apenas para demonstrar como existe eco entre diferentes pensamentos quando se trata do amor. Por fim, procuramos demonstrar como alguns aspectos são marcantes e significativos para Reich e Lowen. Destacamos que o amor pode ser entendido como um vínculo essencial que dá sentido à Vida, desde si mesmo, quando estamos atentos ao amor em sua manifestação emocional em nosso próprio corpo. Igualmente vimos que se amor é emoção, é também conhecimento profundo que integra, supera dualidades e nos convida a uma vida *self* centrada. Para ser uma pessoa amorosa o caminho não é de querer ou de esforçar-se, apesar de haver uma dedicação, deve simplesmente se enraizar em si mesmos, de forma sensível e com isto se entregar ao fluxo natural da Vida.

Referências

BARRETO, A. **Pedagogia da Vida: Um testemunho da formação humana a partir das contribuições de Reich e Lowen.** Tese de Doutorado. Programa de Pós Graduação em Educação da Universidade Federal de Pernambuco. Recife, 2016.

BUBER, M. **Eu e Tu.** São Paulo: Centauro, 2001.

COMTE-SPONVILLE, A. **Apresentação da Filosofia.** São Paulo: Martins Fontes, 2002.

FERRY, L. *A revolução do amor.* São Paulo: Objetiva, 2012.

JUNG, C.G. **Sobre o Amor.** Aparecida: Ideias & Letras, 2005.

LOWEN. A. *Bioenergética.* São Paulo: Summus, 1982.

_____. **O corpo em depressão: as bases biológicas da fé e da realidade.** São Paulo: Summus, 1983.

_____. *Amor e Orgasmo: guia revolucionário para a plena realização sexual.* São Paulo: Summus, 1988.

_____. *Amor, sexo e seu coração.* São Paulo: Summus, 1990.

_____. *Narcisismo.* São Paulo: Cultrix, 1993.

_____. **A espiritualidade do corpo: Bioenergética para a Beleza e a Harmonia.** São Paulo: Summus, 1995.



_____. *Alegria: Entrega ao corpo e à vida*. São Paulo: Summus, 1997.

MATURANA, H.; VARELA, F. **A árvore do conhecimento**. Campinas: Editorial Psy II, 1995.

REICH, W. **Análise de Caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

_____. **O Assassinato de Cristo**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

_____. **O Éter, Deus e o Diabo**. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

_____. **A Função do Orgasmo**. São Paulo: Brasiliense, 2004.

TAGORE, R. **A morada da paz**. Campinas: Verus, 2010.

Recebido em: 01/06/2016

Aceito em: 16/06/2016