

**VITALE: INSTITUTO DE PSICOTERAPIA  
CORPORAL**

**TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**LUCIANE ALEXANDRE**

**AS CONTRIBUIÇÕES DOS CONCEITOS DA MEDICINA CHINESA  
NAS PRÁTICAS DA PSICOTERAPIA CORPORAL:  
FUNDAMENTOS DA MECÂNICA ENERGÉTICA**

**ANÁLISE BIOENERGÉTICA**

**PÓS-GRADUAÇÃO *LATO SENSU***

**PRESIDENTE PRUDENTE- SP  
2021**

## INFORMAÇÕES PESSOAIS

NOME DO ALUNO	ENDEREÇO	CONTATO	OBSERVAÇÃO
LUCIANE ALEXANDRE	RUA PRUDENTE DE MORAES, NÚMERO 1415. – PRESIDENTE PRUDENTE. CEP: 19023-340	luciane_alexandre@hotmail.com Cel: (18) 996328377	

## **TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE USO E APROVAÇÃO**

**LUCIANE ALEXANDRE**

### **AS CONTRIBUIÇÕES DOS CONCEITOS DA MEDICINA CHINESA NAS PRÁTICAS DA PSICOTERAPIA CORPORAL: FUNDAMENTOS DA MECÂNICA ENERGÉTICA**

Autorizo que o presente artigo científico apresentado ao Curso de Pós-Graduação Internacional em Psicoterapia Corporal e Análise Bioenergética do VITALE – INSTITUTO DE PSICOTERAPIA CORPORAL, como requisito parcial para obtenção do certificado de Psicoterapeuta em Análise Bioenergética e aprovado pelos professores responsáveis pela orientação e sua aprovação, seja utilizado para pesquisas acadêmicas de outros participantes deste ou de outros cursos, afim de aprimorar o ambiente acadêmico e a discussão entorno das temáticas aqui propostas.

**TÍTULO: AS CONTRIBUIÇÕES DOS CONCEITOS DA MEDICINA CHINESA  
NAS PRÁTICAS DA PSICOTERAPIA CORPORAL: FUNDAMENTOS DA  
MECÂNICA ENERGÉTICA**

**AUTOR: LUCIANE ALEXANDRE  
ORIENTADOR: ANA SILVIA PAULA**

**RESUMO**

O presente artigo explora o conceito de energia na visão da Medicina Tradicional Chinesa e da Análise Bioenergética com o objetivo de compreender suas relações e como cada uma pode contribuir para uma saúde integral através de técnicas que tem como base a consciência corporal que busca trabalhar o ser humano em sua totalidade: corpo, mente e espírito.

**PALAVRAS-CHAVE: Análise Bioenergética; Medicina Chinesa; Psiquismo; Energia.**

## 1 - INTRODUÇÃO

Ainda é escasso encontrarmos na literatura estudos relacionados as várias formas de energia sobre o corpo humano e sua relação com as emoções. Infelizmente diversas abordagens psicológicas ainda ignoram o trabalho corporal, desqualificando sua ação terapêutica.

A psicologia, com sua ampla gama de abordagens, faz da ciência psicológica a ciência do homem em sua totalidade, entretanto, a psicologia dominante vem há muito tempo se distanciando do corpo físico, um corpo que também grita, suspira, sofre, pede socorro e fala. (Campliglia, 2009)

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) entende o ser humano constituído de uma só entidade energética e não é suscetível de ser dividido. O psiquismo não pode ser dissociado do físico, eles têm uma interdependência completa. No entanto, diversas formas de tratamento, como ocorre no Shiatsu, na acupuntura ou nos exercícios taoístas de relaxamento dinâmico praticados pelos chineses, atuam através da chamada “mobilização energética”. (Penna, 2004)

Alexander Lowen, criador da Análise Bioenergética (AB), usa o termo “bioenergia” para se referir a energia vital, a partir desse conceito ele estuda e apresenta os processos energéticos que constituem o nosso centro de interesse.

Esse artigo mostra como a interação e a influência da Medicina Tradicional Chinesa pode contribuir com o trabalho do psicoterapeuta corporal em Análise Bioenergética com conceitos fundamentalmente importantes para compreender os fatores psicológicos, somáticos e energéticos, limitando-se ao que for relevante para o estudo da psique. Este trabalho tem, ainda, como intenção apresentar noções básicas sobre o tema que possibilitem a futura realização de mais aprofundadas investigações.

O presente artigo está constituído por uma revisão de bibliografia selecionada pelo autor deste texto que na sua prática clínica entendeu o enriquecimento da integração das duas formações: Acupuntura (Medicina Tradicional Chinesa) e Psicoterapia Corporal em Análise Bioenergética.

A proposta fundamental é refletir e fundamentar, através da revisão bibliográfica, de que a energia está envolvida em todos os processos da vida – nos movimentos, sentimentos e pensamentos – os quais cessariam se a fonte de energia para o organismo se esgotasse.

## **2- Conceito de Energia na Medicina Tradicional Chinesa**

Precisamos de energia para obter funções vitais. Retiramos energia do ambiente para promover as funções vitais e produzir a nossa energia. É necessário a entrada de nutrientes e oxigênio, e após a transformação, também se faz necessária a saída dos resíduos produzidos pelo metabolismo.

Segundo a tradição chinesa, apontado por Faubert (1990), o ser humano não é suscetível de ser dividido, ele constitui uma só entidade energética. Os chineses conceituam a saúde como um equilíbrio de forças dentro do próprio organismo e sua harmonização com o meio ambiente. Para entender essa interação e sua influência, a MTC trabalha a partir do conceito da existência de uma força chamada de energia “Qi” ou “Tchi” que possui dois aspectos e funcionam em ritmo de alternância, o famoso “Yin e Yang”.

A visão chinesa do homem e do universo, para ser compreendida, exige que o ocidental compreenda grandes princípios que fundamentam todo o sistema de representação do mundo, são conceitos que exigem pensar simbolicamente afim de não querer fazer com que nossas noções ocidentais coincidam com as teorias chinesas, mas sim transitar entre os diversos fenômenos e tantas outras manifestações de uma mesma unidade subjacente. (Campiglia, 2009).

Entre o céu e a terra se encontra o homem. Ele possui sua energia própria, resultado de diversos componentes e é submetido às energias celestes e terrestres. As interações entre essas diversas energias é o objetivo da medicina chinesa (Faubert, 1990).

## 2.1 Conceito de Qi ou Chi

Figura 1. Qi



Fonte: CAMPIGLIA, 2009.

O símbolo é representação de algo, que segundo Campiglia (2009), une diversos sentidos em uma só expressão. Acima vemos o ideograma Qi que traduzido lê-se “respiração” ou “sopro” sobre o “arroz cru” ou “ainda não cozido”. O grão de arroz tem a capacidade em potencial de desenvolver-se na terra. A planta do arroz cresce em direção ao céu, unido a terra (yin) ao céu (yang). O arroz cru está abaixo da terra, simbolizando profundidade.

A imagem do ideograma evoca algo que tem a capacidade de transformar arroz cru em alimento, ou seja, a “energia”, sopro divino, força que transforma, força vital.

O conceito de Qi, como apresentado, não pode ser traduzido por uma única palavra, pois seus significados são muito abrangentes. Qi é a energia que circula nos meridianos, é a chama que mantém a vida e põe os seres em movimento. Qi é o próprio movimento, é a força vital, é um fio condutor. Qi pode ser visto como energia que circula dentro do corpo. Entretanto, é igualmente energia que circula no meio ambiente entre as pessoas. (Campiglia, 2009)

Campiglia (2009) fala que esse é um conceito que insere o indivíduo como parte do sistema e do meio em que vive. O Qi não pertence só ao ser humano, está também, fora dele. Isso significa que, assim como o ambiente pode marcá-lo, ele pode marcar o ambiente, uma vez que o Qi circula em tudo.

Na MTC, o Qi tem diversas formas de apresentação e diversos nomes. Há o Qi dos alimentos ou energia dos alimentos, o Qi ancestral ou energia herdada dos pais, o Qi de defesa, que impede o adoecimento, o Qi do tórax, ligado à

respiração e assim por diante. Mas todos esses aspectos do Qi são, na verdade, qualidades da mesma entidade, são funções dessa energia que está no corpo e no Universo, no microcosmo e no macrocosmo, que está em todos os seres vivos. (TYMOWSKY, 1985)

Fica claro, assim, que não há como dividir a energia mental da física, pois são apenas dois aspectos do mesmo Qi.

## **2.2 – Conceito de “Yin e Yang”**

Segundo Tymowsky (1985), Fu Xi, um dos primeiros grandes chefes da acupuntura atribui a elaboração das concepções chinesas do universo. Ele observou no alto o céu, o que fez-lhe delimitar uma zona axial, o “Palácio central do céu”, ele observou embaixo a Terra e reencontrou no tempo e no espaço o que se passava no céu: a alternância entre o dia e a noite, os períodos quentes e os períodos frios.

Essa alternância o fez concluir a existência de uma força: a energia (Qi) e depois a lançar uma das bases dos grandes princípios: binários.

Segundo o princípio binário, tudo é ritmo e alternância no universo, repartido entre dois termos: Yin e Yang.

O conceito de Yin e Yang é considerado, segundo Maciocia (1996), um dos mais importantes e distintivo da teoria da medicina chinesa. Em geral, a lógica ocidental tem como base a oposição dos contrários, opostos, porém complementares.

Um dos conceitos do taoísmo relacionado ao Yin e Yang são as veias de dragão, consideradas linhas invisíveis que fazem a união do Yang puro e do Yin puro correndo do céu para as montanhas e das montanhas para a terra. Sua função é similar a dos canais energia do corpo humano que tanta importância tem para a acupuntura.

Os taoístas acreditavam que por essas veias de dragão flui Yang tchi (vitalidade Cósmica) que vai ao encontro de Yin tchi (vitalidade da Terra). Tais veias podem ser observadas por indivíduos conhecedores da ciência do Yin e Yang. (Maciocia, 1996).



Disse o Imperador Amarelo: “O Yin corresponde à falta de movimento e sua energia simboliza a terra; o Yang corresponde ao movimento e sua energia simboliza o céu, portanto, o Yin e o Yang são os caminhos da terra e do céu” (Imperador Amarelo, p.49, traduzido em 1995).

O Yin transforma-se em Yang e vice e versa. O Yin não existe sem o Yang, assim como o dia não existe sem a noite, nem a sombra sem a luz. A energia não pode se formar se não houver a matéria. Tudo é transformação, movimento, cíclico. O equilíbrio só é possível se existir as polaridades e o movimento entre elas.

### **3- Conceito de Energia para Análise Bioenergética.**

O termo bioenergia que significa “a energia que circula entre o corpo e a mente” foi criado por Wilhelm Reich. A bioenergética, é o estudo da personalidade humana com base nos processos energéticos do corpo. (Lowen, 2017)

Para Lowen (1985), a bioenergética é uma maneira de entender a personalidade em termos do corpo e de seus processos energéticos que estão relacionados ao seu estado de vitalidade. Neste sentido, a produção de energia ocorre por meio da respiração e do metabolismo e a descarga de energia por meio dos movimentos e isto quer dizer que a quantidade de energia que uma pessoa tem e como a usa, determinam o modo como responde às situações da sua vida. Segundo Campiglia (2009), a bioenergia pode ser equiparada ao Qi da Medicina Chinesa, pois circula nos planos mental e corporal.

Quando se trabalha com Análise Bioenergética, a primeira avaliação é analisar onde estão os processos energéticos que impulsionam o indivíduo. Esses processos resultam em movimentos que conduzem aos sentimentos e terminam nos pensamentos. Os processos energéticos constituem o centro do interesse dos terapeutas bioenergéticos. É devido, uma constante avaliação da quantidade de energia de que uma pessoa dispõe e de como ela a emprega. Baseado no conceito de que a energia é produzida no corpo pelas reações químicas relacionadas com o metabolismo dos alimentos. Embora a química do

metabolismo seja bastante complexa, ela é similar ao processo pelo qual os combustíveis são transformados em energia. (Lowen, 2017)

A Análise Bioenergética baseia-se no conceito de que uma pessoa é um ser unitário e que o que acontece na mente deve também estar acontecendo no corpo. Por conseguinte, se uma pessoa está deprimida, seu corpo manifestará uma atitude deprimida correspondente, evidente na baixa formação de impulsos, na mobilidade reduzida e na respiração limitada. Todas as funções corporais estarão deprimidas, incluindo o metabolismo, resultando em menor produção de energia com pensamentos deprimidos (Lowen, 1997).

Para a Análise Bioenergética, todo o ser humano é um campo vibratório de forças com trânsito energético, entende-se que quando há um distúrbio de saúde há um desequilíbrio nos processos de carga e descarga de energia o que reflete no seu ritmo respiratório e mau funcionamento do metabolismo, além da perda de motilidade e de flacidez/rigidez corporal. Dor ou desprazer é um bloqueio no fluxo natural de energia do corpo.

Para ficar mais claro o conceito de energia para análise bioenergética, é importante compreender quatro conceitos: autorregulação, caráter, respiração e grounding.

### **3.1- Autorregulação**

Reich e Lowen compreende a autorregulação como capacidade do organismo de regular seu próprio funcionamento, como por exemplo nas doenças psicossomáticas e na neurose. Quando há um sintoma, há um jogo de forças da energia vital em nosso organismo, expressando como a energia se distribui quando não consegue fluir livremente e há prejuízos na autorregulação (Brasil, 2018).

### **3.2- Caráter**

De acordo com Lowen (2017), a constituição da personalidade do indivíduo é resultado de um sistema energético, de modo que quando o fluxo de excitação corporal é interrompido, ou bloqueado, o seu corpo reage para atuar com o ambiente que o rodeia, ocorre criações de tensão e sob essa tensão, as defesas do organismo são ativadas e configuram a estrutura de caráter ou couraça muscular.

### **3.3 Respiração**

A vida acontece no fluxo de respirar, movimentos de inspiração e expiração nos abastassem da energia necessária à manutenção da vida.

Lowen (1985) enfatiza que a respiração é responsável pela quantidade de energia que um corpo apresenta e é uma espécie de sensor capaz de demonstrar o modo como cada pessoa usa essa energia.

### **3.4 Grouding**

Segundo Lowen (1985), o grouding significa enraizamento, estar em contato com a realidade, o aqui e agora. Implica em estar consciente de sua energia vital. É estar em contato com as sensações corporais do seu ser, desenvolver sua autonomia e identidade. É capaz de sustentar suas opiniões e ideias, suportar e dar movimento às suas emoções, conquistando seu lugar de ser e estar no mundo, em maior sintonia com suas reais necessidades e desejos.

## **4 - Considerações finais**

Ao buscar os fundamentos de conceito energético, a busca da ligação entre psique e soma, Reich conceitua esses dois processos como um processo unitário, um mental e outro físico, semelhante às duas faces de uma mesma moeda. “O que quer que se faça com a moeda, afeta ambos os lados, ao mesmo tempo” (LOWEN,1995). O processo energético é pulsátil, oscilando entre a contração e a expansão.

Na MTC, a busca pelo equilíbrio é dinâmico entre energias opostas, o Yin e o Yang, ou pela expansão e transformação. Os chineses conceituam a saúde

como um equilíbrio de forças dentro do próprio organismo e sua harmonização com o meio ambiente. Na acupuntura, um estímulo discreto e direcionado, é capaz de modificar o funcionamento orgânico no sentido de otimizar a capacidade adaptativa do indivíduo, seja no aspecto físico ou psíquico.

A saúde mental e espiritual não deve ser dissociada da saúde física, afirma Alexander Lowen (1995). Ela se manifesta no brilho dos olhos, na coloração da pele, no calor, na espontaneidade da expressão, na vibração do corpo e na graciosidade dos movimentos. Nos olhos, por exemplo, podemos sentir a alma da pessoa.

Nesse sentido, terapeuticamente no ocidente, a análise bioenergética oferece uma base na busca ocidental de ensinamentos que abrangem corpo, mente, espírito, razão e emoção, como ocorre na abordagem oriental, por outro lado a abordagem oriental e suas práticas lapidam o terapeuta na sua prática de manipulação energética.

O objetivo da terapia bioenergética é ajudar a pessoa para que ela possa ter um corpo cheio de vida, capaz de poder sentir prazer e dor, alegria e tristeza, aspectos que podem ser alcançados através da “manipulação energética”, para isso o terapeuta precisa saber o que procura, entender o que encontra, e decidir qual técnica vai utilizar para abrir os caminhos energéticos, psicoemocionais e corporais. Assim, conforme Lowen nos aponta na suas obras, poder ampliar a capacidade da pessoa para o prazer e para a vida, ou, desbloquear um fluxo de Qi, segundo a MTC.

“A harmonia do corpo e mente enriquece o espírito e traz à face um sorriso natural” (Penna, 2004). Tentar reintegrar a energia ao fluxo natural e geral da pessoa, elevar sua potencialidade e grandeza, resgatar no corpo sua beleza natural e na mente o equilíbrio, talvez a paz; neste conceito mais amplo encontra-se a interligação da psicoterapia corporal e a medicina tradicional chinesa. Como observado na prática clínica as duas visões e técnicas buscam recondicionar e suprir o corpo físico de suas necessidades liberando tensões e revigorando sua energia para abrir caminhos às instâncias psíquicas compreendendo então a importância das ações interdisciplinares ou multidisciplinares na terapêutica.

## 5 - Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. **Bioenergética: Conhecendo as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**. Brasília, 2018

BING, Wang. **Princípios de medicina interna do Imperador Amarelo**. São Paulo: Ícone, 2001

CAMPIGLIA, Helena. **Psique e Medicina Tradicional Chinesa - 2ª Edição** - São Paulo: Roca, 2009.

FAUBERT, Gabriel. **A cronobiologia chinesa**. São Paulo: Ibrasa, 1990.

MACIOCIA, G. **A prática da Medicina Chinesa**. São Paulo: Ed. Roca, 1996

PENNA, Ilka D., **O Psiquismo em Medicina Oriental: eletroacupuntura e shiatsu terapia nas manifestações psicossomáticas**. Rio de Janeiro: Sohaku - In Edições, 2004.

TYMOWSKY, J.C. et al. **A acupuntura**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar editor Ltda, 1985.

TSÉ, L. **Tao Teh King (O livro da vida e da Virtude)**. São Paulo: Editora ISIS, 2003.

LOWEN, A. **O Corpo em Terapia: a abordagem bioenergética**. São Paulo: Summus Editorial, 1977.

\_\_\_\_\_. **Bioenergética**. São Paulo: Summus Editorial, 2017.

\_\_\_\_\_. **O Corpo em Depressão: as bases biológicas da fé e da realidade**. São Paulo: Summus Editorial, 1983.

\_\_\_\_\_. **Medo da Vida: caminhos da realização pessoal pela vitória sobre o medo**. São Paulo: Summus, 1986.

\_\_\_\_\_. **A Espiritualidade do corpo: bioenergética para a beleza e a harmonia**. São Paulo: Editora Cultrix, 1995.

\_\_\_\_\_. **Alegria: a entrega ao corpo e à vida**. São Paulo: Summus Editorial, 1997. \_\_\_\_\_ **Uma vida para o corpo**. São Paulo: Summus Editorial, 2007.

LOWEN, A.; LOWEN, L. **Exercícios de Bioenergética: o caminho para uma saúde vibrante**. São Paulo: Summus Editorial, 1985.

REICH, W. **A função do orgasmo**: problemas econômico-sexuais da energia biológica. São Paulo: Editora Brasiliense, 1998.

\_\_\_\_\_. **A função do orgasmo**: problemas econômico-sexuais da energia biológica. São Paulo: Editora Brasiliense, 2004.

\_\_\_\_\_. **Análise do Caráter**. São Paulo: Editora Martins Fontes, 2009.

\_\_\_\_\_. **I Ching** o livro das mutações. São Paulo: Pensamen