

J. A. GAIARSA

COURAÇA  
MUSCULAR DO  
CARÁTER  
(WILHELM REICH)



*COURAÇA MUSCULAR DO CARÁTER (WILHELM REICH)*  
Copyright © 1978, 2019 by José Angelo Gaiarsa  
Direitos desta edição reservados por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**  
Assistente editorial: **Michelle Campos**  
Capa: **Marianne Lépine**  
Projeto gráfico e diagramação: **Crayon Editorial**  
Impressão: **Sumago Gráfica Editorial**

### **Editora Ágora**

Departamento editorial  
Rua Itapicuru, 613 — 7º andar  
05006-000 — São Paulo — SP  
Fone: (11) 3872-3322  
Fax: (11) 3872-7476  
<http://www.editoraagora.com.br>  
e-mail: [agora@editoraagora.com.br](mailto:agora@editoraagora.com.br)

Atendimento ao consumidor  
Summus Editorial  
Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado  
Fone: (11) 3873-8638  
Fax: (11) 3872-7476  
e-mail: [vendas@summus.com.br](mailto:vendas@summus.com.br)

Impresso no Brasil

## SUMÁRIO

Sobre o jeito de me ler. . . . .	9
<b>1</b> O que é bom repensar antes de estudar a couraça muscular do caráter . .	11
<b>2</b> As mil formas e funções do aparelho locomotor . . . . .	25
<b>3</b> Couraça muscular do caráter e postura . . . . .	91
<b>4</b> Postura e couraça muscular do caráter – outra vez . . . . .	161
<b>5</b> Como voltar a ser criança (exercícios de desencouraçamento caracterológico). . . . .	276
Bibliografia comentada . . . . .	305

## SOBRE AS FIGURAS

Leitor,

Antes de começar, dê uma boa olhada nas figuras e nos textos que as acompanham. Elas mostram coisas simples que todos já viram e sentiram – que todos já sabem. Nas legendas há termos e fórmulas verbais usados em biomecânica. Esse palavrão assusta muito as pessoas, que, de regra, têm a certeza (!) de não saber nada de mecânica...

Creemos que essa recordação e reformulação de situações e sensações familiares facilitará muito a compreensão do texto propriamente dito. E retirará do discurso tudo que ele poderia insinuar de mistificação.

## ESCLARECIMENTO

A couraça muscular do caráter constitui-se de fenômenos que ocorrem primariamente na *musculatura estriada ou voluntária do corpo*. Sempre que falarmos em motricidade, contratura, tensão etc., estaremos nos referindo sempre e somente a esse tipo de músculo, cujo controle e iniciativa estão situados no SISTEMA NERVOSO CENTRAL e são ou podem-se fazer voluntários.

## SOBRE O JEITO DE ME LER

Leitor,  
sou muitos.

Se uma ou outra frase do livro não  
encaixar na leitura – ou na cabeça —,  
experimente lê-la como se fosse voz  
de um novo personagem, com outra  
entonação e uma intenção diferente.  
Aí vai dar certo.  
Obrigado.

---

## O QUE É BOM REPENSAR ANTES DE ESTUDAR A COURAÇA MUSCULAR DO CARÁTER

**Este volume é difícil.** Nele se tenta correlacionar dados de fisiologia muscular, visual, respiratória e nervosa, de biomecânica e de cinesio-  
logia com o comportamento e os fenômenos de consciência.

É um livro que procura mostrar o valor psicológico de nossos movimentos por menores que eles sejam – e de nossas atitudes. A meu ver, ele completa, de forma convincente, as propostas freudianas.

Um dos princípios mais bem-aceitos da e pela psicanálise é o da ANALOGIA FUNCIONAL – também estrutural e genética – entre o mundo das vísceras e o mundo dos desejos, dos instintos, do sonho e da fantasia.

Foi essa analogia que serviu de inspiração aos primeiros ensaios de um pensamento e de uma medicina psicossomáticos.

Mas o homem freudiano tem apenas aparelho digestivo (“fases” oral e anal) e aparelho sexual (“fases” edipiana e genital, falando-se por vezes em uma fase uretral).

Falta-lhe o Olhar: o homem freudiano só FALA, só se comunica verbalmente; ELE NÃO VÊ o outro.

Falta-lhe o tórax: respiração e circulação, espírito (ar) e vida (sangue) – e Sentimentos, que são as SENSACIONES que se formam CONTINUAMENTE EM NOSSO TÓRAX, retratando com precisão e em cada momento COMO ESTÁ nossa VIDA.

Falta-lhe o aparelho locomotor: ossos, articulações, músculos e controles nervosos; o homem freudiano não se sustenta, não tem posição e não age. Ele fala (ele é o verbo...).

Este volume foi escrito tendo-se em mente o mesmo princípio generalizado: toda e qualquer função psicológica se organiza sobre modelos fisiológicos; TODAS as funções orgânicas têm “mecanismos psicológicos” equivalentes e correspondentes.

A motricidade, de si impessoal,  
tem seu retrato sensorial – a PROPRIOCEPÇÃO –  
que transforma movimentos e posições do corpo em  
SENSAÇÕES  
que são, na ordem  
lógica e provavelmente na ordem real,  
os primeiros, ou os mais simples, ou os  
mais elementares dos fenômenos  
DE CONSCIÊNCIA.

Este livro procura desenvolver o que está na etimologia.<sup>1</sup>

a) T E N D, “que se projeta”, raiz da qual derivam:

atenção	tender	tentar
atento	entender	tendão
intenção	tensão	entesar
intento	extensão	tenda

Aí estão praticamente TODOS os termos que usamos quando nos referimos a processos ou atitudes que denominamos intelectuais.

Parece fora de dúvida que essa raiz tenha provindo de sensações musculares, ou dos efeitos imediatos delas. O “projeto” mais simples de todos é uma pedra que se atira para a frente...

A tenda é bem o protomodelo do estar pronto e armado em um ato só. É um dos poucos termos estáticos dessa raiz essencialmente dinâmica. Mas um estático muito peculiar porque SEMPRE teso e só servindo – tendo função – enquanto teso, isto é, TRABALHANDO PARADO. É a própria figura – ou é figura muito própria – para repre-

1 Góis, Carlos. *Dicionário de raízes e cognatos da língua portuguesa*. Rio de Janeiro, Belo Horizonte e São Paulo: Paulo de Azevedo e Cia. Ltda., 1945, p. 340.

sentar, ATITUDES, POSTURAS E POSIÇÕES que são o principal dos textos que se seguem.

b) F A C (lat. “fazer”), gerou AFETO, AFEIÇÃO e... AFETAR.

c) M A N I, mãos:

Manipular, manejar, masturbar (*manusturbare*).

Todos significam “mexer com as mãos” ou mexer COMO SE fosse com as mãos.

Entendo que só se consegue mexer *dentro* DEPOIS que se aprendeu a mexer *fora*.

Os processos mentais são isomorfos em relação aos fenômenos motores. Isto é, todos os processos mentais que podem ser chamados de intencionais e/ou organizadores são IDÊNTICOS ao processo central (cerebral) que coordena uma sequência motora (um comportamento).

TECNOLOGIA E IDEOLOGIA

estão entre si como

O RITUAL E O MITO.

É bem provável que a vida mental “superior” da personalidade tenha muito ou tudo que ver com nossa habilidade manual e corporal; tanto a habilidade pessoal, inata ou cultivada, como a coletiva, própria de uma cultura ou de uma época.

\* \* \*

Desde que iniciamos nossa formação embrionária e até o fim da vida estamos

MECANICAMENTE

relacionados com mil objetos, situações e pessoas; sem essa experiência mecânica o outro não pode ESTAR em mim; terei somente sua FIGURA ou imagem, mas não sua FORÇA, seu peso, sua estrutura dinâmico-intencional. Os outros não teriam força *dentro* de nós sem esses

HÁBITOS DE RELACIONAMENTO MECÂNICO.