



# A SAUDÁVEL RENDIÇÃO AO PRAZER

A sociedade nos cobra comportamentos que condigam com sua moral, os quais muitas vezes não condizem com a nossa livre expressão. Porém, para evitarmos sermos acusados de desobedientes, marginais ou ainda de sermos

punidos por não seguir os ditames morais, reprimimos atitudes e, como consequência, guardamos em nosso corpo o resultado desse embate entre nossas pulsões internas e os limites impostos pelo meio externo.

Essa mesma sociedade nos diz para sermos bons, felizes e produtivos, definindo que isso é o que nos dá prazer. Todas as atitudes que tomamos ou deixamos de tomar visam única e exclusivamente nosso convívio social, ou seja, nossa sobrevivência no meio social onde estamos inseridos, somos naturalmente impelidos a buscar o que nos faz bem, o que nos dá prazer, sempre regidos pelo bem da coletividade, muito embora nem sempre o que queremos é sermos tão bons assim somente pensando no coletivo. Por conta dessas atitudes de sobrevivência nosso corpo vai se moldando de forma reativa. Vamos adquirindo tensões musculares as quais vão definindo nossa postura perante a vida, posturas essas que podem ser traduzidas por ombros tensos, rígidos ou caídos, dores nas costas ou no pescoço, falta de mobilidade, dificuldade em respirar ou em se relacionar, entre outras. Nossa mente e nosso corpo guardam nossa história, a mente através de lembranças e o corpo através de gestos e posturas.

Junto a essas tensões perdemos também nossa capacidade de sentir prazer ou de nos entregarmos ao prazer, seja ele sexual ou não. Para a psicologia corporal, ao longo do tempo vamos perdendo nossa potência orgástica, ou seja, vamos perdendo nossa capacidade de entrega ao prazer livre de quaisquer inibições, pois a energia que circula em nosso corpo perde sua capacidade e força quando encontra essas tensões musculares as quais chamamos de couraças. Quando falamos em

potência orgástica não estamos restringindo essa capacidade de entrega ao prazer somente ao prazer sexual, e nem somente aos homens. Tanto homens quanto mulheres têm em si, no seu cerne biológico – no seu íntimo, a capacidade de atingir a potência orgástica, porém essa foi sendo reprimida pela educação moral-social.

A psicologia corporal se propõe a trabalhar com as pessoas em seus aspectos energéticos e emocionais. A pessoa cujas couraças encontram-se mais flexíveis ou inexistentes tem uma possibilidade muito maior de ser orgasticamente potente em todos os aspectos de sua vida. Ela é capaz de se entregar totalmente ao prazer genital, familiar e social sem que isso lhe traga prejuízos ou julgamentos errôneos pela sociedade. Suas decisões tornam-se naturais e livres de culpas, pois seus próprios limites são respeitados, e desta forma a vida como um todo torna-se mais livre e leve. Agindo com mais respeito tanto consigo quanto com os outros, disso podemos concluir que respeito é a base fundamental para o amor verdadeiro.

Quando temos a consciência de nosso próprio corpo e de nossas emoções, somos capazes de fazer uma união entre a mente, o corpo, o espírito e a energia que habita em nós, numa só unidade e desta forma temos a capacidade natural de nos autorregularmos e termos uma vida mais saudável.

**Renato Moretto Maccarini**

Psicólogo Clínico, Massoterapeuta e Analista Reichiano  
(Vegetoterapia e Orgonoterapia).

renato@maccarini.com.br

www.maccarini.com.br