

# A IMPORTÂNCIA DA VOZ NA PSICOTERAPIA REICHIANA (1)

Sandra Sofiati

“ É preciso abrir a boca para que a barriga possa ser libertada” .  
Thomas Adams

## 1ª Parte

Entre nós, os terapeutas corporais, pouco ouvimos falar da voz como extensão do corpo. Raramente ouvimos falar da voz da mãe, da voz do terapeuta, da voz do cliente, e no entanto o espaço sonoro permeia não só a relação terapêutica, mas todas as outras relações.

Este trabalho pretende chamar a atenção para esse fato e para a importância de escuta da qualidade da voz e seu desbloqueio, dentro de uma terapia reichiana. Além disso, levanto questões de como a abertura do canal sonoro leva necessariamente a pensar Reich, arte e espiritualidade, conforme fui comprovando na minha experiência pessoal e clínica.

A partir da leitura do livro de Denis Vasse (psicanalista lacaniano) chamado “O Umbigo e a Voz” , comecei a pensar num cordão sonoro substituindo o cordão umbilical. A mudança da existência fetal para a humana faz com que o bebê grite, emita seus primeiros sons e comece a respirar; agora ele está separado biologicamente da mãe e fechado em seu próprio corpo, invólucro que lhe é próprio. Este corpo, o corpo desencouraçado, é um corpo sonoro. O corpo do recém-nascido é, ao mesmo tempo, caixa de ressonância que emite e recebe sons. Instaura-se a existência sonora do ser.

A partir de então, o corpo a corpo com a mãe é mediado pela voz, que vem substituir o vínculo do sangue umbilical, e é pelo cordão sonoro, agora, que o bebê se comunica e se religa a mãe.

Fecha-se um buraco, abre-se outro. O fechamento umbilical está estritamente ligado à abertura da boca e a emissão da voz; é por esse canal de comunicação que o bebê vai expressar suas necessidades e emoções. Não existe expressão emocional sem produção sonora: o choro, o grito, o acesso de raiva são as formas mais primitivas de comunicação e expressão.

Além do contato corporal, é agora pelo cordão sonoro (sistema de comunicação audio-fônico), que o fluxo bebê-mãe se dá. Entendo cordão sonoro por espaço sonoro onde inclui-se também a voz da mãe.

“ A voz da mãe é a da música; a música é da voz da mãe” A citação é de Pierre Paul Lacas ( “ Em torno do Inconsciente e da música” ) que junto com o outro psicanalista, Didier Auzieu ( “ O Desenvolvimento Sonoro do *Self* “ ), vai falar sobre o espaço sonoro como fundador do inconsciente e do *self*.

Diz Miriam Chnaiderman num texto sobre Psicanálise e Música: “ Para Lacan os estímulos sonoros não são estranhos à ordem simbólica, à ordem da linguagem, e o inconsciente do novo ser humano, o inconsciente por nascer, banha-se no sonoro. Para a criança, antes da aquisição da linguagem, mas já apta para perceber o fenômeno, o objeto musical funcionará da mesma forma que a de uma significação afetiva primeira. Na criança receptora não há distinção entre o sonoro alógico ( barulhos ambientais, sons diversos, músicas variadas) e o fenômeno sonoro lógico. A voz da mãe é fonte de vida apreendida sob o aspecto vibratório, sonoro, e por extensão, musical no sentido mais amplo do termo. O sonoro funde e nutre o inconsciente em sua aparição primeira.”

O bebê conta com a voz da mãe como elemento sonoro quase que constante. Ela é portadora das primeiras melodias, dos primeiros ritmos e dos primeiros significados.

Auzieu pensa numa fase de espelho sonoro ainda mais primitiva que a fase de espelho de Lacan: “ Antes que o olhar e o sorriso da mãe que o amamenta transmitam à criança uma imagem de si que lhe seja visualmente perceptível e que ele interioriza para reforçar seu *self* e esboçar seu Ego, o banho melódico ( a voz da mãe, suas canções, a música que ela faz escutar) coloca à sua disposição um primeiro espelho sonoro que ele usa inicialmente através de seus jogos de articulação fonemática” . Afirma também que a voz da mãe pode determinar uma constituição psíquica mais ou menos doentia. Escreve Miriam Chnaiderman: “ O espelho sonoro e depois visual, só é estruturante para o *self* e depois para o Ego, quando a mãe sabe exprimir para a criança algo de si mesma e da criança, algo que diz respeito às qualidades psíquicas primeiras experimentadas pelo *self* nascente do bebê e que são o prazer e o sofrimento. O fato é que o espaço sonoro é o primeiro espaço psíquico”

Mais tarde, o bebê começa a diferenciar e organizar tanto sons que recebe como os que emite. Pouco a pouco vai adquirindo a capacidade de significar, e depois simbolizar. A voz surge então como suporte da palavra. “ A voz ouvida e proferida desaloja o homem do corpo biológico que lhe é determinado como residência no espaço e no tempo e faz com que habite a linguagem. A voz se situa no entremeio do orgânico e da organização; no entremeio do corpo biológico e do corpo social” (Denis Vasse)

O Cordão sonoro, que inicialmente o bebê usa para se expressar biológica e emocionalmente, é usado mais tarde para as primeiras comunicações intencionais (ruídos, primeiras palavras, primeiras frases) até chegar a ser suporte da linguagem articulada.

Se começamos a pensar no contexto terapêutico, vemos que o encontro se dá entre dois seres, dois corpos e duas vozes. Aí também estabelece-se um cordão sonoro, um fluxo entre a voz do cliente e a voz do terapeuta, geralmente carregado de afetos.

A voz do terapeuta, como a voz materna no sentido do cuidado e da continência, deve ser proferida de alguns momentos, como uma cação de ninar. A eficácia de uma terapia depende da maneira de como a voz do terapeuta é usada. Gerda Boysen fala da importância da voz como instrumento terapêutico de redução de resistências e de que nada adianta o terapeuta falar ao superego, pois com isso sempre acaba reforçando as defesas.

E a voz do cliente? – “ A voz, já enredada nos sinais do discurso que ela articula, trai aquele que fala” ( Denis Vasse) . A escuta da qualidade da voz do cliente (análise vocal) é uma forma a mais de compreensão da personalidade humana, pois cada voz tem sua tonalidade própria e indica a maneira de ser de cada um. As modulações da voz fazem vibrar a caixa de ressonância de nosso corpo de maneira única para cada ser que encontramos. Frequentemente a voz de nosso interlocutor nos fala mais do que o seu discurso, mais do que o conteúdo daquilo que ele diz. Existe um livro de Paul Morse chamado “ A Voz da Neurose” , onde ele descreve os elementos da voz e afirma que a personalidade humana reflete-se no som da pessoa.

Reich também está atento a isso, quando diz que o importante, num primeiro momento, é perceber o “ como” e não “ o que” é falado na sessão. Nesse “ como”, escutar a voz do cliente, deixar que ela ressoe em nós mesmos e apreender seus significados emocionais, faz parte da tarefa terapêutica. Dentro de uma terapia reichiana, a leitura vocal deve fazer parte da leitura corporal.

Além da escuta e da análise vocal, é de fundamental importância o trabalho com a expressão sonora como uma expressão do corpo e do ser, na medida em que o trabalho reichiano, em seu aspecto energético, visa expandir a energia biológica. O desbloqueio da voz é uma forma de se trabalhar com a expressão energética, pois favorece o movimento da energia do centro para a periferia, quebrando assim o padrão neurótico da contenção. Além disso, a voz está estritamente ligada à respiração e trabalhar com a emissão é atuar diretamente na saída e entrada do ar. Não é preciso pensar, acontece naturalmente

Já sabemos que o bebê primeiramente se expressa por sons que são próprios de sua natureza biológica-emocional. Com o advento do processo de socialização – aí entra a linguagem – e com o desenrolar da educação baseada numa moral sexual repressiva, a respiração vai parando, o corpo vai se encorajando e essa capacidade de se expressar por sons vai se perdendo. A ameaça de castigo, a voz autoritária e o olhar de ódio, estacam a expressão sonora, pelo medo que provocam. O processo de repressão e o bloqueio da voz estão portanto interligados.

Se o objetivo do trabalho reichiano é recuperar o corpo endurecido de medo, tirá-lo do amortecimento e da apatia e resgatá-lo enquanto um

corpo em vibração, o desbloqueio da voz é uma das formas de trabalho, na medida em que essa coluna de ar que passa pelas cordas vocais, faz do corpo sua grande caixa de ressonância. “ Ela transforma o corpo silencioso em espaço sonoro” (Denis Vasse).

A Bioenergética de Lowen resgata os sons emocionais perdidos no processo de repressão e recupera o fluxo da energia tanto na sua direção descendente ( terra, inconsciente, sexualidade), como na sua direção ascendente (céu, consciência, espiritualidade). Reich fala que o desbloqueio do anel oral dá origem à expressões emocionais de choro, de morder com raiva, de gritar e de chupar, mas sem dúvida, pode abrir também um canal de expressão artística que é o canto. Cantar é promover o movimento da energia em sua direção ascendente, no sentido da auto-expressão criativa e da espiritualidade. “ Espiritualidade aqui é entendida como o sentimento de amor que relaciona o homem a seus companheiros, com toda a vida, com o Universo e com Deus” (Lowen em “ O Corpo em Depressão” ). Acredito que um dos fins do processo terapêutico, diz respeito a libertação do espírito e do artista que cada um trás dentro de si. Agora o cordão sonoro pode ser usado para religar o homem ao Cosmos.

Os orientais fazem isso através da meditação com mantras. Segundo antigos textos hindus, o Universo foi formado a partir de um som primordial (OM) que depois se decompôs em 50 vibrações mães. Os mantras, vindos desses sons cósmicos, são fórmulas métricas, que entoados repetidamente, produzem uma profunda e harmônica vibração. Eles tem a finalidade de esvaziar a mente e colocar o homem vibrando junto com os outros sons do Universo.

Após trabalhar nos grupos de movimento com a curva da energia, onde também utilizo recursos sonoros para carregar – conter – descarregar – relaxar, procuro usar a meditação, os mantras e o canto como intervenções que auxiliam o processo de integração e harmonização.

Cito alguns comentários que foram escritos após uma sessão de grupo onde mais especificamente trabalhei com voz:

“ – É uma forma de ousar. Você preenche o espaço com um som.”

“ – O som é algo que mexe dentro d’alma” .

“ – Foi como abrir a porta” .

“ - Experiência tranqüila e ressonante no meu corpo como se o tivesse tomado na minha tonalidade”.

“ – Ser e estar junto de outros pelo som. O coletivo e a harmonia” .

“ – Som e movimento hipnotizam. Mergulho no lago escuro lava a alma”.

É por tudo isso que acho importante trabalhar com o desbloqueio da voz.

E prá terminar de uma forma bem reichiana, vale lembrar, que o orgasmo também é sonoro.

## 2ª Parte

Depois da apresentação deste texto escrito, nesta mesma jornada (88), contei como trabalha a Escola do Desvendar da Voz (3), que é um método criado por uma cantora sueca, que trabalhou com Rudolf Steiner por muitos anos, e que no auge da carreira, sofre uma paralisia das cordas vocais e consegue se curar através deste trabalho.

Sintetizo aqui o que aprendi com Thomas Adams, um terapeuta de voz, alemão, com quem fiz um curso de 15 dias nessa época.

A visão de homem na qual se apóia o Desvendar da Voz vem da Antroposofia, levando em conta portanto a dimensão espiritual, juntamente com a física e a mental.

Muito semelhante aos orientais, eles consideram que existe um Tom Primordial, que é inaudível, que se decompõe em tons cósmicos, que também são inaudíveis, e que estes tons encarnam na terra através da voz humana e dos tons produzidos por instrumentos musicais. ( Por isso a alma pode se expressar e se religar ao Cosmos através da voz e da música. É um outro cordão sonoro, só que agora o fluxo se dá com o Cosmos, com a Força Criadora).

Consideram que todo espírito já vem com uma voz própria, mas em função da estória de cada um, essa voz vai sendo envolta por cascas, por invólucros. Por isso não falam em formar voz, mas em desvendar voz, através de exercícios com fonemas e tons que buscam ir tirando os véus da VOZ.

Para que esses sons possam estar se manifestando, é preciso que o ar que está dentro se ligue com o ar que está fora; além disso é preciso que haja vibração. Eles dizem que a vibração é para o som a mesma coisa que o chão é para o homem. O homem para caminhar precisa do chão, assim como os sons para se expressarem precisam de vibração. (Aí entra o corpo e a importância do trabalho corporal, porque é o corpo como instrumento musical que quando afinado e tocado produz vibração, abrindo assim a possibilidade de expressão desses tons).

Assim como os orientais, consideram a respiração algo muito delicado, muito sagrado. Acham que é um presente dos deuses e por isso não é preciso fazer força para respirar; o ar é dado.

Trabalham o tempo todo com a consciência ligada no som e no tom. Não falam de respiração em nenhum momento, a não ser para nomear seus exercícios: “ Exercícios para o Esquecimento da Respiração” . A respiração é trabalhada através desse enfoque no som.

Eles tem uma forma ativa de fazer os exercícios com os fonemas e os sons. Ao mesmo tempo uma atitude de muito respeito, pois consideram os tons como seres espirituais; eles são vivos. Cada tom é vivo, e ao mesmo tempo, vivificador.

Para citar um exemplo, no exercício MVRS trabalham com os 4 elementos:

- M é água; é uma consoante líquida. A pessoa lacrimeja, sua, boceja.
- V é fogo; promove o movimento da energia para as pernas e pés. Cria ressonância na barriga.
- R é ar; ele projeta a voz no ar.
- S é terra; é a contenção, a repressão, a solidez. (Já pensaram quantos sons de S usamos para repreender?)

Esse exercício é feito juntamente com um só movimento sentado, que desestrutura e estrutura tônus e que tem a forma do reflexo orgástico.

Nesses exercícios, a atitude é sempre de procurar o que está vivo dentro de cada fonema.

Mas é no som ng, ou seja, no som mais anasalado possível, trazendo a ressonância para o nariz, que eles acreditam estar o poder da cura. Antes disso trabalham com exercícios que aprofundam a respiração, pois a ressonância só sobe se a respiração estiver baixa. O som do ng tem poder curativo e foi através dele que a senhora Werbeck (cantora sueca) recuperou suas cordas vocais.

O ng é um som misterioso: as crianças nascem com a ressonância na cabeça, ele está no OM dos orientais, no Amém e todas as mães do mundo fazem seus filhos adormecerem ao som do n.

Existe um exercício com o som do ng, onde aos poucos constrói-se um caminho de circulação do som pelo nariz e dentro da cabeça, até que o som consiga ultrapassar a calota craniana e formar uma cúpula de ressonância que se estende até detrás da nuca, passando a vibração para toda a coluna. O líquido da coluna vibra.

Essa cúpula com esse som, não poderia ser uma espécie de caixa de orgônio? A substância etérica que tudo circunda ( o orgônio), tem uma relação com tudo que ressoa e está presente em tudo que é som

Então pelo som, pela vibração, forma-se uma cúpula com essa substância etérica concentrada, que é energia vivificadora, que passa para o líquido do corpo através dessa ressonância. Aí está o poder curativo da música, pois se os tons são vivos, eles estão carregados dessa substância primeira, formadora e criadora de tudo.

Será que quando a gente canta não é um pouco como metermo-nos em uma caixa de orgônio? Porque as pessoas ficam tão brilhantes quando cantam? Porque antigamente o trabalho era feito com as pessoas cantando e isso fazia com que elas não se cansassem tanto? Porque que “ quem canta seus males espanta”?

P.S.OS TONS CURAM.

## **BIBLIOGRAFIA**

Denis Vasse – O Umbigo e a Voz. Edições Loyola, São Paulo, 1977  
Pierre Paul Lacas – “ Antour de L’ inconscient et de la musique” in  
Dissidence de l’ inconscient et pouvoir! Paris, Union Generale  
d’Éditions, s.d.

Didier Auzieu – L’ enveloppe sonore du soi” in Macisses, Nouvelle  
Revue de  
Psychanalyse, nº13, Paris, Fillimard, 1976

Miriam Chnaiderman – Música e Psicanálise, Ensaios de Psicanálise e  
Semiótica. Escuta, São Paulo. 1989.

Lowen – O Corpo em Depressão. Summus Editorial, S. Paulo, 1983.

Gerda Boysen – Entre Psiquê e Soma. Summus Editorial, 1985

Paul M. Morse – The voice of Neurosis. Grune y Statton, Nova Iorque,  
1954.

Obs.: As citações de Lacan e Anzieu foram traduzidas por Mirian  
Chnaiderman e encontram-se em seu texto sobre Psicanálise e Música.

(1)Este texto foi escrito e apresentado em 1988, no Encontro Reich no Sedes.

(2) Esta frase foi dita no curso Desvendar da Voz, ministrado por Thomas Adams,  
terapeuta de voz alemão, em agosto de 1988 em São Paulo.

(3) A esse respeito existe a tese de Adelina Rennó Jelem, Instituto de Psicologia (USP).1990, chamada “ Escola do Desvendar da Voz, um Caminho de Desenvolvimento Através do Canto”.

\*Psicóloga Reichiana (USP-75), Psicoterapeuta e Analista Bioenergética;  
Coordenadora do Departamento Reichiano do Instituto Sedes Sapientiae;  
Coordenadora de Grupos de Movimento, Voz e Canto.