

AS EMOÇÕES E A MEDICINA TRADICIONAL CHINESA

Izabelita Cirne Beltrão

(UFPB – Universidade Federal da Paraíba – izabeltrao@yahoo.com.br)

Resumo: Na Medicina Chinesa antiga o corpo é tecido e percorrido por uma espécie de vitalidade chamada de Qi que é produzido e armazenado nos órgãos interno e se comunica com o exterior e interior do corpo. Os órgãos e vísceras chamados pelos chineses de *Zang* e *Fu* são produtores de emoções, funcionam de acordo com a lei dos cinco movimentos, que tem correspondência com os cinco elementos, cinco cores e cinco sabores, com as estações do ano, tudo de acordo com os princípios do *Yīn* e do *Yáng* e do *Dào*. Esse estudo pretende descrever como o modelo milenar proposto pela Medicina Chinesa contribui a visão sistêmica e integradora do ser considerando as emoções como componente vital e dinâmico no processo de equilíbrio e manutenção da saúde física, mental e relacional do ser, com ele mesmo e com o mundo. O paradigma cartesiano é responsável por uma cisão entre mente e corpo. As concepções hipocráticas que de certo modo concentra no cérebro o centro das funções do ser, embasou vários estudos que se centram nessa ideia, enquanto outros, que apontam para uma inteligência corporal, descentraliza o cérebro como único receptor e processador de todas as funções e intenções vitais, incluindo as emoções. Existe importantes discussões acerca de como as emoções se apresenta para nós, onde elas são processadas em nosso corpo, bem como um modelo pedagógico proposto por Gonsalves (2015) de incluir as emoções como parte integrante e importante na formação do ser humano. Nesse sentido a Medicina Chinesa se apresentando para nós na atualidade como uma prática complementar e integrativa que possui algumas ferramentas para incluir as emoções nos processos terapêuticos e educativos do ser humano.

Palavras-chave: Educação Emocional, Medicina Chinesa, Emoções.

Introdução

A constituição Oriental de corpo baseadas na Medicina Chinesa antiga não está fixada pelo conhecimento do corpo anatomizado, ele é explicado de acordo com a cosmologia *Daoísta* que é baseada nos conceitos de *Dào*, nas forças binárias *Yīn* e *Yáng* e nos desdobramentos dessas forças em cinco elementos e através da relação do homem com a natureza.

Na antiguidade Grega houve um período de predominância mítico e a medicina era mais do tipo sacerdotal, com figuras divinas de curadores. Por volta de 500 a. C. houve a escola pitagórica que tinha certas conceituações relativas à natureza e ao organismo humano, e semelhante aos chineses antigos, considerava a saúde como um estado de equilíbrio mantido por música, dieta e meditação. Ambas escolas pitagóricas e *Daoísta* tinham suas cosmologias próprios, porém podemos apontar que assim como o *Daoísmo* a escola pitagórica estabelecia relações numéricas com o cosmo que entremeavam outros entendimentos como à noção de equilíbrio de corpo. (NEVES, 2011)

As relações das forças elementares da natureza e sua relação com o corpo humano também estava assim como na China através da teoria dos cinco elementos (madeira, fogo, terra, metal e água), presente na ideia do filósofo Grego Empédocles, que por sua vez descreveu os quatro



elementos da natureza (terra, água, ar e fogo). Cada conceituação baseada nos cinco elementos chineses ou quatro elementos gregos tem suas especificações próprias.

Segundo Bloise (2011) Hipócrates¹ possuía uma complexa visão do ser humano, que segundo Bloise (2011) apud Robert J. Gatchel (1997), o médico Grego foi um dos primeiros a enfatizar os que fatores físicos poderiam afetar estados psicológicos. (BLOISE, 2011)

Hipócrates foi o responsável pelo paradigma cerebral, afirmando que determinados males eram de natureza cerebral, embora alguns de seus escritos mencionavam certas correlações entre diferentes partes do corpo e o cérebro. Platão considerava que o ser humano tinha três *phrenes* (mentes), uma abaixo do diafragma, de natureza visceral e instintiva, outra acima do diafragma, de natureza emocional e outra na cabeça de natureza racional e Aristóteles por sua vez, considerava o coração como sede dos problemas emocionais. Vale ressaltar que os escritos de Hipócrates mencionam certas correlações entre as diferentes partes do organismo e do cérebro. (NEVES, 2011)

O paradigma cartesiano é responsável por uma cisão entre mente e corpo, assim como as concepções hipocráticas que de certo modo concentra no cérebro o centro das funções do ser, vários são os estudos que se centram nessa ideia e outros que apontam para uma inteligência corporal que descentraliza o cérebro como único receptor e processador de todas as funções e intenções vitais. Iremos apontar aqui alguns desses estudos e demonstrar também como o modelo milenar proposto pela Medicina Chinesa contribui para essa discussão, e como através de uma visão sistêmica e integradora considera as emoções como componente vital do ser.

Metodologia

A presente pesquisa se caracteriza por ser bibliográfica, pois consta de um levantamento bibliográfico que leva em consideração o olhar sobre as emoções na Medicina Chinesa, em diálogo com as pesquisas realizadas atualmente sobre as emoções, baseadas na ciência de cunho ocidental. Cervo e Bervian (1996, p. 48), “A pesquisa bibliográfica é meio de formação por excelência. ”, pois constitui geralmente o primeiro passo de qualquer pesquisa científica.

A Medicina Chinesa e as Emoções

¹ Grego que viveu por volta do século IV a.C., considerado atualmente o pai da Medicina do Ocidente.

Na Medicina Chinesa antiga o corpo é tecido e percorrido por uma espécie de vitalidade chamada de *Qì* que é produzido e armazenado nos órgãos interno e se comunica com o exterior e interior do corpo. Os centros de armazenamento e produção do *Qì* no corpo são os 6 *Zang* e 6 *Fu*, correspondem pela Biomedicina Ocidental a órgãos internos do corpo anatômico. Enquanto órgão anatômico eles são formados por estruturas físico-químicas, e através dessa composição desempenham sua fisiologia. Porém sua estrutura mais sutil chamada pelos chineses de *Zang Fu* é formada por estruturas físicas, orifícios, líquido, mas também por emoções, entidades psíquicas e tem correspondências com elementos da natureza, cores, sabores e com ciclos sazonais, todos graduados pela composição binária *Yīn Yáng*.

No Huang Di² encontramos:

O céu se situa acima, é o cumulo do Yang luzidio acima; a terra se situa abaixo, é o acúmulo do Yin turvo abaixo. ... A razão pela qual céu e terra podem ser os pais de todas as coisas é que o céu tem sua **energia invisível refinada** e a terra tem sua **substancia visível**. O céu tem oito termos para designar o tempo climático ..., e a terra tem a distribuição dos cinco elementos a fim de ser o princípio guia de todas as coisas. (WANG BĪNG, 2013 p. 49 e 59 [Cruz, 2013 {Lian-Sheng e Wu Qi, 1997}]).

A noção de dinamismo cíclico do *Yīn* e do *Yáng* manifestado no dia, no mês e nas estações do ano, origina os sistemas dos “cinco elementos”, “cinco movimentos” ou “cinco fases” sinônimos do termo chinês, *Wūxíng*.

Para Eyssalet (2003) na Medicina Chinesa o *Shén* é concebido como um princípio metafísico insondável, organizador do psiquismo, das emoções, um princípio organizador na nossa transformação espiritual e da dinâmica de nossa forma corporal, através de nossos cinco órgãos *Zang* que nutrem os Cinco Sabores e que tornam tangíveis toda a manifestação

O Huang Di fala da relação das emoções e as vísceras do corpo humano:

As cinco vísceras do homem ativam a energia vital para produzir as cinco emoções da alegria desmedida, da raiva, da ansiedade e do terror.
(WANG BĪNG, 2013 p. 82 [Cruz, 2013 {Lian-Sheng e Wu Qi, 1997}]).

O *Shén* coordena, regula e centraliza as outras funções psíquicas: Hun (imaginação criativa); *Po* (instinto de preservação da vida e a inteligência celular); *Yī* (memória, a ideação, a cognição) e *Zhi* (A vontade, a força da alma). As cinco emoções associadas à manifestação do *Shén* são: raiva, alegria, reflexão, tristeza e medo. (DULCETTI JUNIOR E DULCETTI, 2001).

² Livro clássico da Medicina Chinesa antiga

Segundo Dulcetti Junior e Dulcetti (2001) para a Medicina Chinesa as emoções através do *Shén* regulam e centralizam outras funções psíquicas como imaginação, cognição, inteligência corporal, instinto de preservação e vontade, estando as emoções e essas funções relacionadas as entidades viscerais do corpo.

É possível perceber que existe uma inter-relação na Medicina Chinesa entre emoção, cognição, imaginação e instinto de preservação e vontade. E essas entidades estão presentes em diversas partes do corpo e não no cérebro segundo uma concepção hipocrática.

Em uma concepção de base Hipocrática para Paul MacLean o cérebro humano através da filogênese, possui três estruturas superposta, o cérebro reptiliano; o cérebro límbico e o cérebro cognitivo. O cérebro reptiliano correspondente a porção do tronco encefálico é responsável pelo comportamento instintivo do ser humano; o cérebro límbico é responsável pelo comportamento emocional e o cérebro cognitivo ou neocórtex é responsável pela síntese das informações processadas nos cérebros reptiliano e límbico e pela linguagem simbólica. (BLOISE, 2011)

Para Bloise (2011) as funções mentais são classificadas em três campos: cognição (intelecto), afeto (emoções e sentimentos) e volição. Carl Jung (1975) conceituou a psique como um *continuum* com uma extremidade inferior ligada ao substrato orgânico e o superior ligado aos arquétipos. Através do polo inferior os processos mentais sofrem influência direta da fisiologia, dos hormônios e dos neurotransmissores e a parte superior é dominada pelos arquétipos, que através desses, parte dos processos corporais e inclui um patrimônio coletivo. Candace Pert (2008) considera que o ideia de que o cérebro é a morada da consciência e a mente um subproduto do cérebro faz parte de um velho paradigma, para ela a mente não é produto de nenhum órgão, nem mesmo do cérebro e sim do organismo inteiro. Sugerindo que há uma rede psicossomática no organismo que o abrande por completo, estende-se das regiões cerebrais associadas às emoções aos sistemas funcionais, endócrino, digestivos e reprodutivos. Sendo o cérebro, a medula, e os órgãos sensoriais portas de entrada dessa rede que conecta todo o organismo. Bloise (2001) explica que substâncias como a endorfina foram inicialmente encontradas no sistema límbico e relacionada as emoções, tendo se mostrado presentes também em áreas cerebrais ligadas a memória, ao processamento sensorial e fora do cérebro como a medula espinhal, os órgãos internos e a superfície da pele (BLOISE, 2011)

Daniel Siegel (2008) diz que a mente é compreendida como um processo regulador do fluxo de energia e informação dentro do corpo, incluindo todo o sistema nervoso. Assim a medicina integrativa reconhece a capacidade inata do corpo de curar-se. (BLOISE, 2011). É importante

ressaltar que os órgãos internos do nosso corpo fisicamente estão interligados pelo ramo do sistema nervoso simpático e parassimpático.

Os entendimentos das emoções já eram presentes na concepção milenar chinesa de constituição do ser humano. Dada as características do pensamento chinês, que influenciou sua arte médica, um entendimento fragmentado sobre o que seriam as emoções, mente, pensamento, funções orgânicas não seria possível. No entanto os chineses baseado na sua Medicina, considerava que todas essas funções inerentes ao ser humano estavam interconectadas, tanto sistemicamente dentro do ser, como com todo o cosmo. Os chineses desenvolveram conceitos complexos para explicar todas essas manifestações como os conceitos de *Shen, Jing e Qi*.

Vimos que Carl Jung (1975) conceituou a psique como um *continuum* com uma extremidade inferior ligada ao substrato orgânico e o superior ligado aos arquétipos; Candace Pert (2008) Sugeriu que há uma rede psicossomática no organismo que o abraça por completo; Daniel Siegel (2008) compreendeu a mente como um processo regulador do fluxo de energia e informação dentro do corpo; Bloise (2011) acrescenta que substâncias como a endorfina foram inicialmente encontradas no sistema límbico e relacionada as emoções, tendo se mostrado presentes também em áreas cerebrais ligadas a memória, ao processamento sensorial e fora do cérebro como a medula espinhal, os órgãos internos e a superfície da pele. Todas essas afirmações trazem um entendimento sobre as relações sistêmicas que o corpo humano tem, em detrimento das concepções que habilita o cérebro humano como o órgão responsável pelo predomínio das funções emocionais, cognitivas e mentais. Uma vez que as descobertas de Paul MacLean baseadas na filogenéticas que o cérebro humano possui três estruturas superpostas, o cérebro reptiliano; o cérebro límbico e o cérebro cognitivo, inclui o cérebro humano do processamento emocional, nem cognitivo, porém não exclui as interconexões dessas regiões com o restante do corpo, estando os órgãos internos interligados a todo o sistema nervoso pelos ramos do sistema nervoso simpático e parassimpático.

Para Possebon (2017 p. 16) “a emoção tem a capacidade de afetar todo o corpo e não só uma parte dele. ”. A palavra emoção tem seu significado associado a abalo de ordem moral ou afetiva, provocada por algum fato que afeta o nosso espírito. Na sua origem a emoção está relacionada com um movimento interior que é gerado por algo que afeta nossa alma. (POSSEBON 2017). M. Manning apresenta uma definição que tenta unificar os vários aspectos da espiritualidade destacando os aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais da espiritualidade. (BLOISE, 2011). Com essas afirmações podemos perceber que conceitos como alma, espírito estão inter-relacionados com os conceitos de emoção, as palavras alma e espírito tem seus correspondentes

conceituais nas línguas ocidentais. Para inter-relacionar as dimensões emocionais, cognitivas, volitivas, com as concepções de alma e espírito na Medicina Chinesa antiga é tarefa inconcebível, se pensarmos que na china antiga as concepções de alma e espírito não são conhecidas.

Assim para entendermos a ideia de interconexões entre várias dimensões do ser para a Medicina Chinesa, em que a emoção, a cognição, e aspectos que transcendem o corpo físico e até em certo modo o energético, estão interconectados, e interconectam os seres e o cosmo, temos que fazer uma tentativa, pelo menos inicial de entender os conceitos de *Shen*, *Jing* e *Qi*.

A Medicina Chinesa considera as relações do sujeito com o cosmo e com o universo que o circunda e possui um complexo sistema anatomofisiológico que explica as estruturas e funcionamento do corpo humano como microcosmo e suas correlações com o funcionamento do macrocosmo. Essas relações são explicadas em especial pelos os conceitos *Yīn/Yáng* e *Wǔxíng* (cinco movimentos)

No pensamento *Daoísta*, como também na Medicina Chinesa existem três categorias presentes que são inefáveis, interligadas e interdependentes, são elas o *Qì*, *Jīng* e o *Shén*.

O *Qì* seria algo sutil, perceptível através do substrato presente sob múltiplas formas na infinita complexidade da natureza e dos seres humanos. O *Jīng* é a base de toda manifestação difere do *Qì* embora seja visto como produto desse, pois o acúmulo do *Qì* pode ser transformado em *Jīng* para benefício da saúde do ser. E *Shén* seria um princípio a dar direção e consciência ao desenvolvimento. Essas concepções têm consequências práticas na manutenção da saúde. Segundo os *Daoístas* a ação conjunta do *Qì*, *Jīng* e *Shén* cria a realidade. (BARSTED, 2006)

Na interdependência das categorias o *Shén* dirigindo ao *Qì* sobre o *Jīng* gera a forma corporal e o *Jīng* pode se transformar em *Qì* e nutrem o *Shén* e finalmente o *Qì* capta o *Jīng* adquirido e se liga ao *Jīng* inato e assim nutre o *Shén*. Assim a expressão da vida processa-se pela interação dos três tesouros resultando pela manifestação da vida do ser.

As cinco emoções associadas à manifestação do *Shén* são: Cólera, alegria, reflexão, tristeza e medo juntamente com o *Hun* (imaginação criativa); *Po* (instinto de preservação da vida e a inteligência celular); *Yī* (memória, a ideação, a cognição) e *Zhi* (A vontade, a força da alma) são os quatro aspectos do *Shén* que se manifestam nos órgãos internos. Tem relações estreita com os termos *Jīng* e *Qì*, e juntos formam os Três tesouros, fases de uma mesma realidade que engloba toda a energética humana.

No *Huang di Sù Wèn* e *Líng Shū* (Cruz, 2013 [Lian-Sheng e Wu Qi, 1997]) temos:

As cinco cores e os cinco sabores estão de conformidade com as cinco vísceras. O branco de acordo com o pulmão e o picante, o vermelho conforme o coração e o amargor, o verde conforme o fígado e o gosto ácido, o amarelo conforme o baço e o sabor doce, o preto conforme os rins e o sabor salgado. Por isso, o branco também está de acordo com a pele, o vermelho também está de acordo com os vasos, o verde também está de acordo com

os tendões, o amarelo também está de acordo com os músculos, e o preto também está de acordo com os ossos.... As cinco vísceras do homem ativam a energia vital para produzir as cinco emoções da alegria desmedida, da raiva, da ansiedade e do terror. (WANG BĪNG, 2013 p. 82 e 322 [Cruz, 2013 {Lian-Sheng e Wu Qi, 1997}]).

Os órgãos e vísceras chamados pelos chineses de *Zang* e *Fu* são produtores de emoções, funcionam de acordo com a lei dos cinco movimentos, que tem correspondência com os cinco elementos, cinco cores e cinco sabores, com as estações do ano, tudo de acordo com os princípios do *Yīn* e do *Yáng* e do *Dào*.

Com uma estrutura conceitual complexa a Medicina Chinesa tem suas concepções de constituição do ser baseada em conceitos com fundamentos filosóficos complexos e específicos. Dentre as suas concepções de ser, as emoções, cognição, imaginação, intuição, a anatomofisiologia energética fazem parte de um sistema integrado que determinam o funcionamento do ser e suas inter-relações internas e externas, no espaço e no tempo como é o caso das relações diretas que os chineses fazem entre o funcionamento do corpo e as estações do ano. A natureza relacional do pensamento chinês não para por aí, baseada na teoria dos cinco movimentos, eles relacionam os órgãos humanos com sabores, cores e elementos da natureza.

Assim a Medicina Chinesa apresenta uma estrutura conceitual fundamentada em uma cosmologia que possibilita uma visão integrada das emoções com vários aspectos dimensionais internos como externos como é o caso dos sabores, das cores do tempo (diário e sazonal). Podemos nos valer desses conceitos para entender e lidar com vários aspectos dimensionais como é o caso das emoções.

A Educação Emocional

Para Gonsalves (2015 p. 57) a Vivência Emocional Libertadora (VEL) compreende “uma ferramenta educativa que colabora no desenvolvimento da capacidade de observação e de intervenção direta na forma como as pessoas atuam para obter sucesso nas metas que estabelecem para si”. Sendo um processo de transformação pessoal através da aprendizagem de novas forma de agir e lidar com a emocionalidade, atingindo a maturidade emocional através de um processo educativo. Paulo Freire desenvolve suas reflexões sobre educação colocando a vida como eixo da prática educativa libertadora. (GONSALVES, 2015)

As emoções são um conjunto complexo de reações químicas e neurais ligadas a sobrevivência, adaptação e proteção dos seres vivos. A regulação homeostática seria um conjunto de processos biológicos que regulam nosso sistema interno para o funcionamento saudável, mantendo um estado de equilíbrio dinâmico que permite a manutenção da integridade física e

fisiológica do ser vivo. Assim através da vivencia emocional libertadora se assumiria um caminho emocional como processo educativo de reabilitação de processos homeostáticos no nível emocional. (GONSALVES, 2015)

Para atuar de forma emocionalmente saudável é necessário aprender a vivenciar as experiências emocionais, esse processo de aprendizagem engloba um conjunto de estratégias para aumentar, manter ou diminuir um ou mais componentes de uma determinada resposta emocional, podendo afetar todas as dimensões do processamento emocional a nível fisiológico, cognitivo e comportamental. É necessário para promover a melhora das relações humanas aprender a lidar com as emoções. (GONSALVES, 2015)

Conclusão

A Educação Emocional proposta por Gonsalves (2015) é uma proposta pedagógica inovadora, com ferramentas que permite uma abordagem integradora do ser humano, que passa a ser visto não apenas como um ser que pensa, mas também um que pensa e sente e possui um dinamismo a partir das suas relações com si mesmo e com o mundo que o cerca, ampliando assim, a atuação pedagógica e contribuindo para a saúde das relações individuais e coletivas.

Nesse sentido a Medicina Chinesa se apresentando para nós na atualidade como uma prática complementar e integrativa que possui algumas ferramentas para incluir as emoções nos processos terapêuticos e educativos do ser humano. Ela nos indica cinco emoções que estão presentes no ser humano através de uma dinâmica que integra várias dimensões do ser. Também nos propõe a importância do equilíbrio homeostático das funções vitais e energéticas do ser humano, através de conceitos fundamentados no pensamento *Daoísta*. Como uma prática valoriza as experiências práticas da vida, e engloba aspectos diversos como alimentos, sabores, cores, natureza e o cosmo.

Referencias

BARSTED, Dennis W. V. L. Cosmologia Daoísta e Medicina Chinesa. In: NASCIMENTO, Marilene Cabral do. As duas faces da montanha: estudos sobre medicina chinesa e acupuntura. São Paulo: Hucitec, 2006. WANG, B. Princípios de Medicina Interna do Imperador Amarelo. São Paulo: Ícone, 2013.

BLOISE, P. Saúde integral: a medicina do corpo, da mente e o papel da espiritualidade. São Paulo: Senac, 2011.

DULCETTI JUNIOR, Orley; DULCETTI, Pérola G. S. Pequeno Tratado de Acupuntura Tradicional Chinesa. São Paulo: Andrei, 2001.

EYSSALET, Jean-Marc. Shen ou o instante criador. Tradução Gilson B. Soares. São Paulo: Gryphus, 2003.

GONSALVES, E. P. Educação e Emoções. Campinas, SP: Ed Alínea, 2015.

NEVES, A. C. Conceito Ampliado de Saúde. In: BLOISE, P. Saúde integral: a medicina do corpo, da mente e o papel da espiritualidade. São Paulo: Senac, 2011

POSSEBON, E. G. O universo das emoções: uma introdução. João Pessoa: Libellus, 2017.