

RELAÇÕES UNIVERSO-ORGÃOS-EMOÇÕES

A base da Medicina Tradicional Chinesa está no entendimento que todo universo veio de uma substância primordial Qi (a essência de todas as coisas) que se dividiu em duas forças:

YANG



YIN

O Yin e Yang guiam de uma maneira constante, todo seu funcionamento e sua dinâmica de energia vital, mas o homem adocece por seus mecanismos de contradição de consciência interna (enfermidades auto-imunes e auto agressivas) ou o fazem por meio de agressividade do espaço interior (contaminação, propaganda, competitividade, consumo ou seja o stress).

Observe o equilíbrio do corpo, alinhamento dos ombros, dos pés, a linha mediana do corpo conservando seu eixo central, curvatura da coluna e cabeça.

A influência meridiana e dos centros de energia estão ligados diretamente a postura. Isso serve como parâmetro para se situar qual aplicação terapêutica correta sobre os diferentes fatores que induzem a enfermidade.

A doença acarreta uma experiência surpreendente e nova para a consciência de viver do ser. E, esse busca imediatamente os motivos que lhe levaram a tal experiência. Tudo isso constitui a descrição da busca dos motivos que induzem o desequilíbrio.

Antes que viéssemos ao mundo, os que existiram antes de nós criaram um grande sonho externo que denominamos sonho da sociedade ou sonho do planeta, um sonho coletivo de bilhões de sonhos pessoais menores, juntos eles formam o sonho da família, da comunidade, de uma cidade, de um país e, finalmente o sonho de toda humanidade.

O sonho do planeta inclui todas as regras da sociedade: suas crenças, leis, religiões, suas diferentes culturas e formas de ser, suas escolas, eventos sociais e feriados.

Nascemos com a capacidade de aprender a sonhar e os seres humanos que vivem antes de nós nos ensinaram a sonhar da forma que a sociedade sonha. O sonho exterior possui tantas regras que, quando um novo ser humano nasce, atraímos a atenção da criança e apresentamos as regras a mente dela.

A Atenção é a capacidade que possuímos de discriminar e focalizar apenas o que desejamos perceber. Podemos captar milhões de coisas ao mesmo tempo, mas, usando nossa atenção, somos capazes de manter qualquer uma delas no primeiro plano de nossa mente. Foi assim que aprendemos tudo que sabemos, nos transmitiam as informações na infância através da repetição, concordamos e acreditamos. Aprendemos a nos comportar em sociedade, em que acreditar e em que não acreditar, o que é bom o que é mau, o bonito e feio, o certo o errado.

As crianças acreditam em tudo que os adultos dizem e nossa fé é tão forte que controla todo nosso sonho de vida.

Somos domesticados da mesma forma que domesticamos um cão, um gato ou qualquer outro animal. Para ensinar um cachorro precisamos punir e dar recompensas a ele. Fomos

treinados da mesma forma que qualquer animal doméstico: a partir de um sistema de castigos e recompensas.

Quando fazemos o que a mamãe e papai querem que a gente faça, eles nos dizem: "Você é um bom menino" ou "Você é uma boa menina". Quando isso não acontece, somos "meninos maus" ou "meninas más".

Nas oportunidades em que nos voltamos contra as regras, fomos punidos; quando agimos de acordo com elas, ganhamos uma recompensa. Fomos castigados e recompensados muitas vezes ao longo do dia. Por isso ficamos com receio de sofrer o castigo e também com medo de não ganharmos a recompensa, a atenção dos pais, irmãos, professores e amigos. Logo desenvolvemos a necessidade de captar a atenção de outras pessoas para conquistar tal recompensa.

A sensação é tão boa, que continuamos fazendo o que os outros querem que a gente faça, então passamos a fingir ser o que não somos apenas para agradar, só para ser suficiente bons para as outras pessoas. O medo de sermos rejeitados torna-se o medo de não sermos suficientemente bons, tornamo-nos cópias das crenças de mamãe, de papai, da sociedade e da religião.

Todas as inclinações naturais são perdidas no processo da domesticação.

Nosso livre andar de energia é bloqueado pelo desejo de sermos como os outros, pelas emoções geradas no exterior e trazidas para o interior estagnando o movimento dos fluidos corporais.

Essa força se manifesta em cinco movimentos e a variação desse movimento forma tudo que existe no universo.

Os movimentos se refletem em nós, no nosso corpo, em nossas emoções e mente, formando uma rede de interações entre todos os campos a partir de uma "substância" comum, denominada de "Qi". Esta energia Qi, circula conectando estes vários aspectos do nosso ser ela flui pelo corpo humano de forma regular, formando os canais Energéticos que são imateriais. Estes canais são chamados de Meridianos. Estes conduzem a energia que percorre o corpo. Estes canais são vias de um sistema circulatório que junto com sangue estruturam a vida e a harmonia.

Os Meridianos são canais por onde circula a energia do alto para o baixo e do baixo para o alto, ou seja, eles possibilitam que a energia percorra o corpo humano da cabeça aos pés.

Existem vários meridianos, sendo 12 principais. Estes conectam órgãos, vísceras, diversas regiões do corpo em seu trajeto, emoções, funções fisiológicas entre outras. Cada meridiano contém as duas energias YIN e YANG, ou seja é equilibrada pelo órgão (Yin) e a víscera (Yang).

Por Yin entendem-se os órgãos chamados duros e inteiros, produzem energia: Rins, Fígado, Coração, Baço-Pâncreas, Pulmões e a função Circulação e Sexualidade (Pericárdio).

Por Yang entendem-se as vísceras ocas que fazem circular tanto materiais quanto energia: Bexiga, Vesícula Biliar, Estômago, Intestino Grosso e a função Triplo Aquecedor.

Na circulação de energia existe uma sequência energética que passa de um Meridiano para outro sucessivamente, circuito que se completa nos **12 Meridianos no final de 24 horas**.

=>Paralelamente a esta circulação dos 12 Meridianos, na grande circulação de energia, existe uma outra que passa do Vaso Governador para o Vaso de Concepção, de uma maneira contínua e que também se completa em 24 horas.

Atribui-se o início da circulação de energia, quando esta onda energética está no Meridiano do Pulmão, pois este é o primeiro ato autônomo que a criança realiza logo após o nascimento: respirar.

Existe um período do dia em que cada um dos Meridianos tem a sua energia normalmente num ponto máximo, para que haja um gradiente que permita um fluxo energético.

O início da circulação, que começa pelo Meridiano do Pulmão tem um fluxo máximo de energia das 3:00 às 5:00 horas da manhã. E assim sucessivamente.

Saber do horário de cada Meridiano é importante, pois como é um fluxo energético, o **momento do fluxo máximo é também um momento que o órgão se torna mais frágil e neste período está sujeito à certas manifestações patológicas**. Por exemplo, é no período matutino que os problemas de asma brônquica acontecem, a incidência de problemas cardiovasculares no período da manhã ou que antecede é máxima, as crises de vesículas no horário de meia-noite. Em consequência deste “relógio energético”, existem momentos ideais para o tratamento, em outras palavras, pode-se utilizar dos horários para decidir qual o movimento ideal para o tratamento, usando o ponto para sedação no dado meridiano para diminuir o fluxo energético é o momento do seu horário.

Sedação: hora do meridiano

Tonificação: hora seguinte ao da sua função (ou no horário anterior).

Assim lembramos que os Centros de Energia da Base, Umbigo e Plexo Solar são os detentores básicos da vida que alimentam a vontade do indivíduo.

O Centro de Energia do Coração é um desbravador, transforma energias pessoais em sonhos, e a vontade de amar e ser amado até os limites do universo. Ele representa o equilíbrio entre os três Centros de Energia básicos e três Centros de Energia superiores.

Os três Centros de Energia superiores Garganta, Fronte e Coroa, são a copa dessa grande árvore vibracional unindo as raízes e o tronco dos Centros de Energia Básicos aos corpos sutis ou trans-pessoais. Se os básicos se resumem a ação, o coração ao sentimento, os superiores, tem a função do pensamento racional e a ligação com o Divino.

Na Acupuntura a sincronia das energias nós ensinam como estas estão agindo e circulando ao longo do ser humano, o enrijecimento muscular reflete excesso de energia meridiana, da mesma forma a flacidez ou fraqueza, significa a perda de energia e normalmente esta começa a ser exaurida pelos chakras.

Observe sempre o equilíbrio do corpo, alinhamento dos ombros, dos pés, mediana do corpo conservando o eixo central, curvatura da coluna e cabeça, a influência meridiana e dos centros de energia estão ligados diretamente à postura.

A Acupuntura ao ser interligada com os padrões emocionais do cliente, dão a leitura de qual e o desequilíbrio meridiano, apenas confirmaremos depois com os pontos de alarme. Identificar também o padrão emocional predominante perante a vida nós da uma leitura rica de informações, nesse padrão emocional temos cinco posturas básicas:

Age errado em primeiro lugar e depois age certo. (- +)

Age errado e não quer mudar. (- -)

Age certo em primeiro lugar e depois age errado. (+-)

Age certo em primeiro lugar, continua agindo certo. Mas, se elitiza. (++)

Age com equilíbrio e está disposto a mudar se for necessário.(+)

Os cinco itens anteriores, mostram perfis emocionais que trarão distúrbios posturais e consequentemente nos meridianos.

Quando um elemento orgânico se desarmoniza, aparecem espontaneamente pontos doloridos ou que apresentam dor ao serem pressionados. Esta observação é preferencialmente aconselhada de fazer com o estômago vazio e num estado de relaxamento.

Quando um dos pontos apresentar desconforto sendo levemente pressionado, é sinal de que alguma correspondência encontra-se com excesso de energia. A experiência nos mostra que quando não incomoda o ponto de referência e ao ser pressionado um pouco mais forte que o normal, se nesse momento apresenta desconforto, significa que este ponto está com carência energética. Muita bibliografia existe para determinar e tratar estes pontos. Já na prática, a simples terapia corporal deslizando o polegar no ponto problemático corrige as desordens energéticas, independente se existe excesso ou carência de energias.

Foi visto em aula e depois em treinamento vivencial que o máximo de cinco pontos são necessários para um bom re-equilíbrio. Depois esses pontos começam a se repetir.

MEMÓRIA CORPORAL E PONTOS DE ALARME

Segundo Roger Woolger. *Other Lives (Outra forma de viver), Other Selves (Outra maneira de ser seguro de si)*. Bantam, NY, 1988, todo ser vivo tem memória corporal. Incorporada às células do corpo.

O conflito emocional que causa o desequilíbrio do meridiano deve ser apoiado pelo aconselhamento adequado a cada caso, e acompanhado de terapia vibratória com o intuito de: restabelecer e manter em equilíbrio o fluxo meridional.

Como Terapeuta Holístico tenho a obrigação de pesquisar quais são os conflitos emocionais que incidem nos meridianos assim coloco alguns exemplos:

CONFLITOS EMOCIONAIS QUE AFETAM OS MERIDIANOS (exemplo)

1 - **Meridiano da Circulação e Sexo:** Medo de fracasso, crise de identidade, inferioridade, egoísmo, moralismo, confusão, vergonha, pudor excessivo. "Não devo sentir isso" "sexo é Ruim" "Isso vai me matar" "Preciso Fugir" "Corre Corre", intimamente triste, deprimida, falta de amor próprio, pessoa "desligada".

2 - **Vesícula Biliar:** Ansiedade, falta de "garra", propensão a insônia, irritabilidade, medo de abandono, medo de estar sozinho, medo de pobreza, tristeza, mágoa, perda da fé, autopiedade, choque, trauma, afeta também o meridiano do fígado.

3 - **Pulmão:** Tristeza, sufocamento, perda, medo, culpa, abafamento, transmissão através do qual podemos "fazer entrar" e "deixar sair", relacionamento mundo interior/exterior, pouca sociabilidade.

4 - **Coração:** Frieza do coração, bloqueio emocional, ferimentos antigos.

5 - **Fígado:** Vida não agradável o bastante, amargor, não é justo, teimosia, trabalha compulsivamente até a exaustão, desequilíbrio emocional, fadiga muscular, falta de criatividade, capacidade de decisão(ação) e se estiver desequilibrado se expressa como raiva, afeta também o meridiano do Baço Pancreas.

6 - **Estômago:** Medo, amargor, terror. O que vai acontecer? " Não consigo digerir isso". Preso a ciclos repetitivos de pensamentos, preocupação, obsessões.

7 - **Baço-Pancreas:** Insegurança, falta de apoio, medo, vergonha, inflexibilidade, sentido do paladar e apetite, disfunção se manifesta como lábios secos ou rachados. Domina os Processos de raciocínio, de análise de concentração e de estudo. Quando saudável o baço confere forte capacidade de raciocínio e memória.

8 - **Rins:** Medo, pessimismo, desânimo não me pegar, terrível ansiedade, falta de vontade e motivação, mau relacionamento familiar, cansaço.

9 - **Intestino Grosso:** Nunca será o bastante, não desista, não demonstre medo, seja forte.

10 - **Intestino Delgado:** pensa muito, sensibilidade exagerada(se magoa com pequenas coisas);

11 - **Bexiga:** que se queixa a toa, emina toda energia "turva do Organismo" sejam físicas ou emocionais, stress nervoso, agitação.

A Vida é um processo que tem início, meio e fim", a Acupuntura atua em todo o processo, mas na minha experiência as faixas etárias médias de 21 a 42 anos e de 42 a 63 são as que mais se destacam sendo a primeira voltada para os pontos que se referem a conquistas e luta, a segunda faixa etária preocupada mais com a consolidação do já conquistado e a preservação do equilíbrio mental físico e espiritual.

A Acupuntura vê o ser humano como uma réplica do universo, organismos com vida própria, mais dependentes entre si com a mesma natureza primordial, onde a energia deve estar em equilíbrio.

Segundo os cientistas, "o corpo humano para se manter equilibrado necessita primeiramente de 61,65% de Oxigênio + 5,01% de Nitrogênio + 9,1% de Hidrogênio + 19,05% de Carbono. Disto se deduz que 60% do corpo, é oxigênio e se adicionamos carbono e hidrogênio, temos 95% da massa total do ser humano que inclui uma média de 42 litros de água que circulam em um organismo adulto. São os átomos desses quatro elementos que combinados formam as moléculas da proteína gordura e carboidrato que são os tijolos que constroem todos os tecidos, por isso são chamados de elementos de constituição. Mas tudo isso não passaria de um amontoado de moléculas sem os outros 5%, dos 92 elementos químicos que existem na natureza e dos quais apenas 17, são responsáveis por todas as funções químicas do corpo humano e curiosamente todos eles tem polaridade. Nós Terapeutas somos alquimistas dessa polaridade ao equilibrar o todo ou as partes do nosso interagente.

Na "Árvore dos Pontos de Alarme a procura do Divino", dê a você mesmo o simples toque, o carinho, na região dos Pontos de Alarme para trazer equilíbrio constante junto do alívio e bem-estar dos canais meridionais e estar em harmonia com o universo para cuidar dos seus clientes.

Rever estes conceitos me coloca frente aos meus próprios conflitos, identificar meus padrões e sempre me surpreendo de não me conhecer totalmente, todo o aprendizado desde a minha gestação até este momento tem deixado registrado cada segundo em meu reservatório físico, emocional e espiritual. É um grande desafio se defrontar a si mesmo e transmutar os medos, crescer, olhar que nesta caminhada não estamos só e que fomos criados para cumprir a missão individual escolhida por cada um. Agradecer porque a natureza sempre foi generosa conosco, nossa parte racional diz "a natureza nos fornece alimento" sim, alimento para sustentar nosso corpo físico.

Descobrimos que ela, a natureza nós fornece elementos para restabelecer desequilíbrios físicos e psicológicos.

Mais, a descoberta que fecha o círculo dos elementos da natureza, é, que ela nós dá elementos para corrigir e alimentar nossas emoções.

O aconselhamento e a permissão de desabafar ajudaram muito na resolução do conflito manifestado pelo cliente.

Já falamos que somos cópia do universo, Cliente e Terapeuta são dois universos onde alguns ritmos devem estar sincronizados: respiração, postura, atitude mental entre outras, trazendo o Cliente para a descoberta da paz do Terapeuta, para isso pode ser utilizado até um simples exercício de respiração ou mentalização positiva.

Os desequilíbrios energéticos atingem os corpos sutis principalmente a identidade e/ou espiritualidade e a emoção, para depois afetar fisicamente. Reverter este quadro em qualquer uma das suas etapas é realmente um milagre, que todos os seres humanos temos capacidade de realizar especialmente se formos Terapeutas Holísticos.

O corpo como órgão universal recebe e emite vibrações a cada instante se comunicando com o eu, que muitas vezes não entende a linguagem sutil pelo excesso de manifestação

racional. Todo ser humano deve aprender a utilizar o pensamento, sentimento e atitude, e ter flexibilidade para saber utilizá-los de forma correta no momento certo: se uma pessoa está fazendo amor com a pessoa certa, e lógico que o sentimento e atitude, estão acima do raciocínio. Assim como na profissão estará o pensamento e atitude em primeiro lugar sem esquecer o sentimento. Por ultimo se o local onde se encontra pega fogo, a atitude de fugir estará acompanhada do raciocínio para não se machucar e dentro do possível o sentimento de solidariedade para ajudar os outros afetados.

O Ser Humano é um micro-universo que emite vibrações do seu equilíbrio e quando este é alterado, podemos e devemos saber interpretar estes sinais. Quando começamos a nos afastar da natureza para criar centros urbanos, nossa percepção foi se limitando aos ruídos da cidade, ao excesso de raciocínio que separou a Arte e a Filosofia da Ciência. Valorizou-se as cores neutras esquecendo o que falou Rudolf Steiner na sua terceira conferência sobre "A essência das cores" "O próprio Eu está dentro da cor. O Eu e o corpo astral não podem ser diferenciados do colorido, pois vivem no interior das cores".

Hoje, torna-se necessário, saber ouvir, ver, apalpar, perceber e interpretar como faziam nossos ancestrais xamã, do Brasil, da Europa, Norte América, América do Sul, África, China, Japão, Coréia. Em cada vila do planeta sempre existiu um "Terapeuta Holístico" com diferentes nomes, mas, excelentes observadores do próprio universo, perceberam que um animal carnívoro às vezes comia ervas, que lambia seus machucados, que se lambuzava de lama, que lavava suas feridas, etc. assim foi associando estas atitudes através da imitação e acompanhando seus resultados. O resgate da observação e a manutenção ativa dos cinco sentidos, trazendo ao momento atual a prática e a experimentação daqueles sábios, alguns versados e muitos autodidatas, desta maneira o resgate das técnicas e suas variáveis com todo seu potencial, mostram que pode ser milenar e atual ao mesmo tempo.

Bibliografias:

RUIZ, MIGUEL, Os Quatro Compromissos: o livro da sabedoria tolteca: um guia prático para liberdade pessoal, tradução: Luis Fernando Martins Esteves, 22ªed. editora revista – Rio de Janeiro: 2017;

PADILHA CORRAL, JOSÉ LUIS, Fundamentos da medicina tradicional oriental: curso de acupuntura, tradução: Alunos da Escola Neijing Brasil, 1ª ed. Editora roca – São Paulo: 2006;

JAHARA PRADIPTO, MÁRIO, Zen shiatsu: equilíbrio energético e consciência do corpo, 1ª Ed. Editora summus – São Paulo: 1986;

MARGARET, JEANNE, Guia da boa saúde: segredos da nutrição oriental, 2ªed. 2016.

