

**MEDICINA TRADICIONAL CHINESA: UMA
ABORDAGEM HOLÍSTICA EM PSICOLOGIA
ATRAVÉS DA ACUPUNTURA**

MARIA HELENA BARBOSA RODRIGUES¹

Trabalho de conclusão do Curso de Pós-Graduação *Lato Sensu* em Acupuntura apresentado ao **Instituto Superior de Ciências da Saúde** como requisito parcial para a obtenção do título de Pós-Graduada em Acupuntura.

Rio de Janeiro, junho 2012

¹ mlena.br@hotmail.com

RESUMO

Palavras chaves: Medicina, Chinesa, Acupuntura, Psicologia, Holística.

O presente artigo utiliza o método dedutivo / analítico, apoiando-se numa pesquisa teórica, de caráter predominantemente bibliográfica. Disserta sobre a emergência do paradigma holístico, se fazendo necessário em detrimento à visão fragmentada de mundo e seus prejuízos causados principalmente no tocante ao ser humano e sua saúde. Discorre sobre outras abordagens holísticas em psicologia e suas contribuições a esta ciência. Segue demonstrando o caráter integrativo da Medicina Tradicional Chinesa onde a saúde se caracteriza pela harmonia entre o céu, o ser e a terra, e que considera todos os sistemas envolvidos na promoção e prevenção da saúde, sabendo que nada opera isoladamente na natureza. Aborda as desarmonias de ordem psíquicas, ou seja: de ordem comportamentais e emocionais, contextualizadas na totalidade do paciente. Finalmente apresenta a Acupuntura atuando tanto na manifestação quanto na origem da desarmonia para restabelecer a saúde psíquica.

Abstract

This article uses the analytical deductive method, based on a theoretical research of bibliographic predominantly character. It Talks about the emergence of holistic paradigm, making necessary to the detriment fragmented vision of the world and its problems caused mainly in regards the human being and his health. It discusses other holistic approaches in psychology and their contributions to this science as well. Then it follows showing the integrative character of the traditional Chinese medicine - where the health is characterized by the harmony between heaven and Earth - and that also considers all systems involved in health promotion and prevention. This characteristic also shows us that nothing operates in isolation to the nature. It covers the disharmony of psychic order of emotional - and behavioral order - contextualized entirety in the well being of the patient. Finally it introduces acupuncture acting both in regards as the source, as well as the cause, of disharmony to restore mental health.

INTRODUÇÃO

Dá-se início a estes estudos sobre a possibilidade de uma abordagem holística em psicologia através da acupuntura, por identificar-se uma necessidade emergente de rompimento com padrões reducionistas na abordagem do ser, para concebê-lo em sua totalidade.

Neste contexto reconhece-se a abordagem da Medicina Tradicional Chinesa - MTC e um dos seus ramos: a Acupuntura, como um potente tratamento, inclusive no tocante ao aspecto psíquico da saúde.

O objetivo geral deste estudo consiste em apontar como a MTC e a Acupuntura podem atuar de forma terapêutica contribuindo com a sua visão holística juntamente com a ciência que estuda o comportamento e os processos mentais: a Psicologia.

O PARADIGMA HOLÍSTICO

No cenário do conhecimento humano, pode-se observar a emergência de um novo paradigma: o paradigma holístico.

Paradigma, em grego, significa exemplo, modelo, padrão. Este termo foi usado sistematicamente em ciência pelo físico e filósofo Thomas S. Kuhn (1922-1996) onde o paradigma aparece como uma estrutura temporária que define o estado da ciência através de modelos e técnicas que são reconhecidos por uma comunidade científica, como rede social, em um dado período histórico. A força de um paradigma está no consenso de uma comunidade científica naquele determinado período.

A mudança de paradigma está associada à capacidade do grupo científico que questiona e dá sentido às carências observadas em um período anterior da ciência. A transição para um novo paradigma é um sinal de maturidade no desenvolvimento de qualquer campo científico.

CHAUI, 2000 afirma que quando nos indagamos sobre uma crença que nos parece contraditória ou problemática, estamos mudando de uma atitude costumeira para uma atitude filosófica, pois, quem percebe contradições e incompatibilidades com as crenças e opiniões preestabelecidas, e procura compreender por que são assim, está exprimindo o desejo de saber, isto é: o amor à sabedoria, que é o significado da filosofia (Ciência geral dos princípios e causas, ou sistema de noções gerais sobre o conjunto das coisas).

O novo conhecimento científico nasce no modelo que se observa estar sendo substituído: o modelo da fragmentação, da *separatividade*, da dualidade, da especialização, do reducionismo da vida em nome da razão. Trata-se do paradigma newtoniano-cartesiano, que consiste em quebrar fenômenos complexos em pedaços a fim de compreender o comportamento do todo a partir das propriedades das suas partes, e em conceber o mundo como uma máquina perfeita governada por leis matemáticas exatas. Em nome da razão separa um todo em partes totalmente distintas sem se integrarem, onde os especialistas falam cada qual a sua língua, e ninguém se entende. Essa maneira de se arrumar os dados da realidade é ilusão, uma vez que a fragmentação só existe no pensamento humano, criando a fantasia de que o sujeito e o universo não guardam nenhuma relação. Esse paradigma reduz fenômenos amplos e complexos às suas partes, ou a certos aspectos, atribuindo-lhes uma importância que pertence mesmo aos aspectos mais complexos.

O paradigma da fragmentação exerceu influências em todos os domínios do conhecimento humano. Suas conseqüências desastrosas passam pelo conceito de saúde com a fragmentação da medicina em especializações totalmente desprovida de uma abordagem sintética do paciente.

São muitos os prejuízos da visão fragmentada de mundo em todos os aspectos da vida, principalmente no que tange à saúde do ser humano e do planeta.

Não se pretende afirmar que o paradigma atualmente em substituição, foi de todo prejudicial e inútil. Importante lembrar que um paradigma como parâmetro de referência de uma sociedade num dado momento histórico, tem o seu valor e importância e também tem o seu porquê de existir ali. Este raciocínio caracteriza o pensamento holístico que é não excludente, logo, considerando todos os aspectos de uma situação.

Ao falar sobre a ambivalência da ciência, que não se caracteriza por ser boa ou má, mas sim por ser complexa, Edgar MORIN, 1996 afirma “O desenvolvimento disciplinar das ciências não traz unicamente as vantagens da divisão do trabalho (isto é, a contribuição das partes especializadas para a coerência de um todo organizador), mas também os inconvenientes da superespecialização: enclausuramento ou fragmentação do saber”

A especialização obriga o homem a olhar tudo pelo seu crivo e a desconsiderar o que não é comprovado cientificamente e a partir dele. Vê-se também a razão ser transformada em orgulho disfarçado, na medida em que, quem tem a razão se julga ser infalível e ser bastante sábio para duvidar do que não vê. É a necessidade de uma comprovação científica como única provedora da verdade.

Esse mito da objetividade levou à neutralidade científica perante a ideologia política, religiosa e espiritual, decorrendo disto, um predomínio do raciocínio lógico baseado nas sensações e da razão, sobrepujando o sentimento e a intuição. A ciência se afasta assim das artes da filosofia e das tradições sapienciais, e estas entre si. Como afirma Pierre WEIL, 1995 :“A ciência se afastou da ética na medida em que deixou de se posicionar, através da sua neutralidade em relação a outros ramos do conhecimento.”

O novo paradigma surge pelo sentimento de um profundo mal-estar diante dos grandes problemas da atualidade, e por uma profunda necessidade de uma teoria ecológica que leve em conta a interação entre o homem a sociedade e a natureza.

A primeira forte oposição ao paradigma newtoniano-cartesiano veio do movimento romântico segundo o físico e escritor CAPRA (2001).

Este movimento ocorrido nas artes, na literatura, e na filosofia, teve sua origem na Inglaterra, no final do séc XVIII e XIX e expandiu-se por toda a Europa, tendo maior destaque na Alemanha. Seu maior objetivo, a princípio, era resgatar o caráter emotivo do homem, oprimido pela racionalidade vigente estabelecida pelo Iluminismo (Movimento surgido no séc XVIII que enfatizava a razão e a ciência como formas de explicar o universo), valorizando a emoção e seu mundo interior, o romantismo foi uma reação à visão fragmentada de mundo quando poetas e filósofos retornam à tradição aristotélica, onde matéria e forma são os dois lados do processo de auto-realização, apenas separáveis por meio da abstração.

Para o filósofo grego Aristóteles (384 – 322 a.C.), cujas teorias serviram à criação da lógica formal e da ética, o objeto da filosofia consiste em buscar as essências, aquilo que é imutável, a razão última das coisas: o universal. Na metafísica aristotélica surge a ciência do ser como ser, isto é: o estudo das causas, dos princípios da essência do ser.

A figura central do movimento romântico foi o alemão Johann Wolfgang Goethe (1749 -1832), Ele concebia a forma como um padrão de relações dentro de um todo organizado. Para Goethe, cada criatura é apenas uma graduação padronizada de um grande todo harmonioso. Outro nome que encontrado neste contexto é do filósofo alemão Immanuel Kant (1724 -1804), o primeiro a utilizar o termo auto-organização (Uma capacidade de todas as coisas vivas. O surgimento espontâneo de ordem, dentro de um sistema.), para definir a natureza dos organismos vivos, de uma maneira semelhante a algumas concepções contemporâneas.

Mas o que é holística? - É um adjetivo ou substantivo que se atribui a tudo que pretende compreender ao mesmo tempo o conjunto, as partes deste conjunto e suas interações.

Holismo - Do grego: *holos*, o Todo. Termo utilizado em 1926 por Jan Christiaan Smuts, (filósofo e Primeiro Ministro da África do Sul no início do século XX) em sua obra "*Holism and evolution*" ("Holismo e evolução"). Publicada em 1926, o autor faz uma tentativa de definição da natureza da evolução, das suas fases principais e de um fator ou princípio subjacente a esta evolução e a todo o universo. A este fator chamou de *holismo*, para designar a tendência do universo para construir unidades que formam um todo, e de complexidade crescente. A visão holística é uma visão integrativa, que leva em consideração os sistemas envolvidos. Nada opera isoladamente na natureza. Formamos sistemas e os sistemas estão em nós. Somos um caminho no meio do todo. O ser humano é uma parte de um todo denominado por nós de Universo. Uma parte limitada no tempo e no espaço e faz a experiência de si mesmo, de seus pensamentos e sentimentos como sendo algo separado do resto, o que é uma espécie de ilusão da qual precisamos nos libertar. Viver holisticamente é viver percebendo o todo que somos, é integrar-se com os sistemas que nos envolvem, que nos formam, que nos alimentam, e que alimentamos.

É desta compreensão do homem fazendo parte integrante do todo que o termo holístico, designa a tendência do Universo para construir unidades que formam um todo e de complexidade crescente, que a *holiatria* (Do grego *holos*: todo e *iatros*: que cuida) vem se significando e tratando de curar ou reparar todos os estragos causados pela visão dualística do ser humano, na natureza, sociedade e indivíduos. O *holismo* entende que cada conjunto se transforma numa parte integrante de um conjunto de nível mais elevado e assim por diante, ao longo de todo o processo evolucionário. As partes parecem jogar uma partida em conjunto e corresponder a algum propósito comum ou atuar para o bem-estar comum, como se respondendo a uma pressão central. O todo e suas partes se influenciam e se determinam reciprocamente. O todo está nas partes e as partes estão no todo. E esta síntese entre todo e partes se reflete no caráter holístico das funções tanto das partes quanto do todo. O homem em

sua verdadeira natureza é holístico: continuação complementar do absoluto da totalidade, onde o todo se encontra em todas as suas partes. Nenhuma coisa ou ser pode existir em si, ou por si, mas unicamente em relação a outras coisas e outros seres, cada ser representa por isso a soma total de todos os outros. Matéria e mente são inseparáveis, e apenas aspectos diferentes do mesmo conjunto.

A visão holística é a superação do pensamento fragmentado que marca a civilização ocidental dos nossos dias. Visão integradora que abrange o ser humano o mundo e o cosmos em uma totalidade que chega a resultados práticos surpreendentes e que aponta para aquela que está sendo a epistemologia emergente deste século. Forma de sair do impasse criado pela fragmentação em todos os planos pelas fronteiras criadas na mente humana.

A perspectiva holística na ciência do séc XX tornou-se conhecida como sistêmica, e a maneira de pensar que ela implica, como pensamento sistêmico. CAPRA, 2001 utiliza o termo ecológico (Relativo a Ecologia - do grego *oikos* que significa lar – estudo de todos os membros do lar Terra) como sinônimo de sistêmico, onde afirma que os pioneiros do pensamento sistêmico foram os biólogos que enfatizaram a concepção dos organismos vivos como totalidades integradas.

O pensamento sistêmico, ao contrário do pensamento analítico que isola o objeto de estudo para entendê-lo, é contextual, isto é: coloca esse objeto no contexto de um todo mais amplo.

Na física, a compreensão dos sistemas como totalidades integradas não compreendidas pela análise, provocou um choque, pois, isto contraria a crença de que os fenômenos físicos podem ser reduzidos às propriedades de partícula materiais, rígidas e sólidas. A Mecânica Quântica é a parte da física que estuda o movimento de partículas muito pequenas, ou seja, em nível subatômico.) constata o fato de que os objetos materiais e sólidos da física clássica se dissolvem, no nível subatômico, em padrões de probabilidades

semelhantes a ondas. E mais: esses padrões representam probabilidade de interconexões. Na teoria quântica, nunca chegamos a alguma coisa, mas sempre lidamos com interconexões.

A abordagem holística tende a estabelecer pontes sobre toda espécie de fronteira e de reducionismo, baseada numa nova percepção que busca restituir a unidade ao conhecimento, com o objetivo de atingir a sabedoria e a plena consciência.

Na atualidade, numerosos movimentos de integração tendem a re-agrupar os elementos dispersos ou isolados da totalidade ou a corrigir os efeitos desastrosos das fronteiras criadas por e no espírito dos seres humanos. Como exemplo cita-se a ONU (Organização das Nações Unidas) e a UNESCO (União das Nações Unidas para a Ciência Educação e Cultura), esta última patrocinou a Declaração de Veneza (Comunicado final do Colóquio "A Ciência diante das Fronteiras do Conhecimento", realizado em 7 de março de 1986, animado por um espírito de abertura e de questionamento dos valores de nosso tempo) redigida em 1986, que pode ser considerada o primeiro documento oficial que recomenda uma abordagem holística do real.

Naquele encontro foram apontadas as causas essenciais dos males resultantes do paradigma dominante. Foi também reconhecido o limite a que chegou a ciência, que revela uma necessidade de encontro com as grandes tradições sapienciais; isto é: a essência dos antigos conhecimentos da humanidade, constatando a sua complementaridade. Ao mesmo tempo reconhece a urgência de uma troca entre as ciências "exatas", "humanas" a arte e a tradição, enfoque já inscrito em nosso cérebro pela interação dinâmica entre os seus dois hemisférios.

ABORDAGENS HOLÍSTICAS EM PSICOLOGIA

Psicologia (do grego *psykhé*, "psique", "alma", "mente" e *lógos*, "estudo") " sinteticamente definindo, é a ciência que estuda o comportamento e os processos mentais ". O principal foco da psicologia se encontra no indivíduo.

Tavares, 1994 em um resumo da historia da psicologia aponta que esta como ciência surge no séc XIX, mas suas raízes encontram-se no pensamento grego do séc VI a. C. lembrando que Sócrates (Atenas, 469 – 399 a.C.), foi quem usou pela primeira vez a palavra “psique” como sede da inteligência e do caráter.

A autora prossegue mostrando as diferentes correntes desta ciência chegando a uma das primeiras teorias holísticas dentro da psicologia que recomenda que se perceba o homem, assim como todos os fenômenos do mundo como um conjunto indissociável: a teoria da Gestalt (termo intraduzível do idioma alemão para o português - como possibilidades temos as palavras: figura, forma e configuração) no início do século XX, com as idéias de psicólogos austríacos e alemães, como Kurt Koffka (1886 - 1941). Inicialmente voltada apenas para o estudo da psicologia e dos fenômenos psíquicos, a Gestalt acabou ampliando seu campo de aplicação e tornou-se uma verdadeira corrente de pensamento filosófico. Max Wertheimer (1880-1943), um dos fundadores da Terapia gestaltista, afirma que os seres vivos não percebem as coisas em forma de elementos isolados, mas de *Gestalten*; ou seja, totalidades significativas que exibem qualidades ausentes em cada uma das partes individuais.

Carl Gustav Jung (1875-1961), discípulo de Sigmund Freud (1856-1939), transporta-se da abordagem psicanalítica para fundar uma escola de pensamento próprio. A abordagem junguiana da psicologia se encaminhou no sentido de compreender a psique em sua totalidade e especialmente em suas relações como o meio ambiente mais vasto. O referido autor viu a psique como um sistema dinâmico dotado de uma capacidade de auto-regulação. Jung também destaca, além do inconsciente pessoal, descoberto pela psicanálise, um inconsciente coletivo, que representa um estrato mais profundo da psique, comum a toda a humanidade, subentendendo um vínculo entre o indivíduo e o cosmos, considerando inclusive a espiritualidade como parte integrante da realidade humana.

Já a psicologia transpessoal (Termo empregado esporadicamente por Carl Gustav Jung e retomado por Stanislav Grof, principalmente) surgida nos EUA na década de sessenta no seio da psicologia humanista, dá ênfase ao reconhecimento da espiritualidade e ao potencial do indivíduo para a transcendência. O termo transpessoal se refere à ocorrência, no indivíduo, de um estado de consciência que ultrapassa os limites do ego, isto é: que vai além do indivíduo. Grof constatou que a linguagem da mitologia, por ser muito menos restrita pela lógica e pelo senso comum, via de regra, parece mais apropriada para descrever as experiências no domínio transpessoal. Propõe entrelaçamento de diversas áreas do conhecimento científico. A elas acrescentam-se as escolas místicas e contemplativas das grandes tradições espirituais tanto do Oriente quando do Ocidente. A realidade não é unidimensional; não é uma planície de substância uniforme, ostentando-se monotonamente diante dos nossos olhos. Ao contrário, a realidade compõe-se de dimensões diferentes, mas contínuas.

MEDICINA TRADICIONAL CHINESA E ACUPUNTURA

Yamamoto, 1998 Afirma que o conceito oriental de saúde é extremamente abrangente levando em consideração o estado físico, mental e espiritual do paciente. O importante para o terapeuta oriental é o estado de seu paciente enquanto pessoa e não sua doença. O autor salienta também que o importante é a manutenção do estado de sanidade. Nas palavras do autor: “antes que no ocidente se divulgassem conceitos como medicina holística os chineses antigos e outros povos já conheciam e trabalhavam de acordo a noção de que a prevenção é a melhor das terapias.

Campiglia, 2004 disserta sobre o pensamento simbólico caracterizado por ser circular e abrangente. Neste universo tanto a doença como seu tratamento são entendidos como um símbolo, como caminhos onde a pessoa aprende mais sobre si e sobre as relações do mundo interno com o externo. Para algumas culturas, pensar simbolicamente é mais fácil,

pois assim o faz por imagens e não por conceitos. Algumas línguas são escritas em imagens como a chinesa através dos ideogramas que atribuem função àquilo que pretende descrever. Cada ideograma possui uma gama de significados possíveis e os comunica falando direto à intuição, logo não podendo ser compreendido apenas pela razão. O ideograma *Chi* 氣 representa energia, mas não há palavra exata que o traduza. Significa respiração, sopro, ou ainda, arroz cru a ser transformado em alimento. A planta do arroz cresce da terra (*yin*) em direção ao céu (*yang*).

A característica do símbolo de abarcar e reunir em si a totalidade do que ele representa, mesmo sendo um fragmento do todo, nos permite afirmar que o próprio homem representa simbolicamente toda a natureza e todo o universo. Ele não é a natureza ou o universo, mas uma parte representativa única acrescida de características individuais. Por isso a abordagem simbólica equipara-se a abordagem holística. Nas palavras da autora: “O homem seria, segundo o holismo um todo indivisível, cujos componentes distintos não podem ser considerados separadamente”. A autora prossegue mostrando que assim como a língua chinesa é simbólica, a MTC também o é. Na época de seu surgimento não havia ferramentas como microscópios pra detectar microorganismos como vírus e bactérias, mas já se descrevia a existência de agentes externos patogênicos causadores de doenças tais como: vento, calor, secura, umidade e frio. Os padrões de funcionamento do corpo bem como as doenças, também se dão recorrendo-se aos símbolos, agrupando-se em torno dos cinco elementos: Água, Madeira, Fogo, Terra e Metal, cada qual representando um símbolo e reunindo em si vários significados. Estes cinco elementos em interação com os oito princípios, a saber: *Yin* e *Yang*, Profundo e Superficial, Deficiência ou Excesso, Frio e Calor, resultam em um grande numero de quadros clínicos e diagnósticos possíveis.

Um destaque para o conceito do *Yin* e *Yang*, se faz necessário pois a MTC se baseou primordialmente nela. Ele aparece na literatura desde o I Ching – O livro das

mutações, cujos primeiros exemplares de quase 5.000 anos desenhados em cascos de tartarugas continham o *Yin* na forma de linhas partidas __ __ e o *Yang* de linhas inteiras _____. Ele é usado em diversas áreas de conhecimento da China. Nas palavras da autora: “*Yin* e *Yang* são pólos de uma mesma coisa. Sem dia não haveria noite. Tudo tem um aspecto *Yin* e um aspecto *Yang*. Todo o *Yang* contém em si o *Yin* e todo *Yin* contém em si o *Yang*. Esse sistema mostra uma visão integradora e holística que não permite a dicotomia entre matéria e espírito, corpo e mente, céu e terra, homem e mulher”. Na China este conceito era a base da filosofia e da religião e de toda a visão de Universo refletindo-se na Medicina Chinesa. Juntos, formam o símbolo do *Tao* (☯), que significa caminho.

A teoria dos cinco elementos, que contém em si cinco movimentos energéticos, chamados de *Wu Xing*, também merece destaque pelo seu aspecto simbólico. Os movimentos são associados além dos elementos, também a cores, sabores, sons, órgãos e funções do corpo e da mente. O fogo (*Huo*) associa-se ao Coração (*Xin*), ao Sangue (*Xue*), ao Intestino Delgado (*Xiaochang*), à alegria, ao verão, à fala e ao espírito (*Shen*). A Madeira (*Mu*) associa-se ao fígado (*Gan*), a Vesícula Biliar (*Dan*), à raiva à primavera, aos olhos e a alma. Terra (*Tu*) associa-se ao Baço-Pâncreas (*Pi*) e ao Estômago (*Wei*) à reflexão, à digestão à boca e ao pensamento. O Metal (*Jin*) associa-se ao Pulmão (*Fei*), ao Intestino Grosso (*Dachang*) à respiração e à absorção de energia, à tristeza, ao outono, ao nariz e aos instintos. A Água (*Shui*) associa-se aos Rins (*Shen*) e a Bexiga (*Pangguang*), à vitalidade e a ancestralidade, ao medo, a adaptação, aos ouvidos, ao inverno e a força de vontade. Os nomes dos órgãos se referem aqui ao seu aspecto energético e não físico. Fogo e madeira são movimentos *Yang*: para cima e para fora. Água e Metal são movimentos *Yin*: para baixo e para dentro. Terra é um período de estabilidade, de pausa.

Ao se considerar corpo e psique como partes integrantes de um todo, pode-se compreender o simbolismo da doença dos sofrimentos trazidos pelo paciente e se questionar

sobre o que a psique deste está precisando, desta forma indo ao encontro dos significados mais profundos da vida de cada um. A importância dos vários aspectos simbólicos de cada elemento está em abrir possibilidades de associações e ampliar o espectro da consciência para abranger vários significados possíveis para um mesmo elemento. Campiglia, 2004 “A Medicina ocidental analisa e reduz, observa uma doença dissecando-a, separando em partes menores para que o entendimento seja minucioso. Esse é um passo importante, mas, atendo-se apenas a ele, perde-se a noção do conjunto. A MTC propõe um olhar sob o prisma do conjunto”.

Os aspectos mentais e espirituais da MTC assim como os demais, também são abordados sob esse prisma de conjunto. São chamados de *Shen*, *Hum*, *Po*, *Yi* e *Zhi*, que representam respectivamente a mente, a alma, os instintos a direção dos pensamentos e a vontade de viver. Cada um faz parte de um dos cinco elementos e está contido em um órgão energético, todavia não são entidades separadas entre si, mas sim fazem parte da mesma estrutura psíquica e espiritual do ser, com características distintas, porém não separadas. O *Shen* é o espírito, a consciência, a mente conecta-se com o alto, no elemento Fogo. *Hum*, *Po*, *Yi* e *Zhi* são desdobramentos do *Shen*. Ele é o espírito vivo que mora no corpo e rege suas funções, permitindo a expressão da vitalidade corporal, para que se possa experimentar e identificar as interações com o mundo e consigo mesmo. *Shen* como consciência, representa a origem da psique e conecta o indivíduo ao todo, ao coletivo.

Na MTC saúde é o resultado do equilíbrio entre *yin* e *yang*, logo quando estão em desequilíbrio observa-se o processo de adoecimento. Este equilíbrio bem como o equilíbrio entre o indivíduo e o meio e entre os órgãos e as vísceras (*Zang Fu*), não é estática, porém dinâmico, assim como a própria natureza. A doença ocorre também se o corpo perder o seu poder de adaptabilidade ao meio externo, o que pode ocorrer por diminuição da Energia Vital e do *Chi* correto onde o corpo não tem resistência para defender-se, e por excesso de

agentes patogênicos, também chamados de Energia Perversa (*Xie*). Logo, o desequilíbrio levando a doença depende da interação entre o “correto” e o “perverso”. Já o *Chi* correto depende dos seguintes fatores: alimentação, exercícios, hereditariedade, estabilidade ambiental e estado mental.

Chegando-se a raiz da doença se tem a possibilidade de tratar-lhe a causa. Nem sempre a origem de uma doença psíquica é um fator psicológico, assim como nem sempre o que leva a uma doença física é um fator externo. O tratamento na MTC, necessita na maioria das vezes de mudanças de hábitos de vida, cruciais para o estabelecimento da saúde. Os fatores de adoecimento podem ser: constitucionais, referente à energia herdada (*Jing*); externos como já mencionados os fatores patogênicos, (vento, frio, calor, secura e canícula); internos que se referem às emoções e outros que incluem uma gama variada de componentes tais como: alimentação, ocupação, excesso de trabalho e exercícios físicos, relações sexuais, traumas, epidemias.

As emoções fazem parte da vida e não constituem por si só, causas de doenças, mas quando muito intensas ou prolongadas podem se tornar fator de adoecimento gerando desarmonia nos *Zang Fu*, assim como estes em desarmonia geram emoções alteradas e distorcidas. As principais emoções estudadas pela MTC são: alegria (euforia), raiva (ira), tristeza (melancolia), pesar (preocupação) e medo (pavor). Importante ressaltar que os órgãos mais envolvidos nas questões emocionais são o Coração por armazenar o *Shen* e o Fígado que é responsável por manter o suave fluxo das emoções

A alegria em excesso pode criar o estado de super-excitação consumindo o *Chi* e afetando o Coração. Consequentemente o *Shen* perde sua base afetando a concentração, podendo alterar estados de mania e depressão. A raiva em excesso leva a desarmonia interna gerando alteração no Fígado impedindo o livre fluxo do *Chi* podendo levar a irritação, opressão torácica, síncope. A Tristeza prolongada leva ao estado depressivo e desânimo,

alterando o Pulmão e o *Zhong Chi* (energia do tórax) por consequência, resultando na diminuição da respiração e da energia geral. A preocupação excessiva leva à obsessão e inflexibilidade afetando o Baço-Pancreas, ocorrendo uma ruminação constante dos pensamentos. O medo excessivo impede a ação paralisando a vontade de agir, podendo levar a incontinência urinária e fecal, afetando diretamente os *Shen* causando fobias.

As alterações dos *Zang Fu* que geram emoções ou padrões de comportamento alterados são em decorrência da falta ou excesso do *Chi* nos mesmos, a saber: *Chi* do Rim em falta gera medo e indecisão; em excesso causa autoritarismo e extravagância. *Chi* do Pulmão em falta gera angústia e depressão; em excesso provoca super-excitação. *Chi* do Fígado em falta produz indecisão; em excesso cria raiva. *Chi* do Coração em falta leva ao choro; em excesso gera mania. *Chi* do Baço em falta gera astenia mental; em excesso leva a obsessão.

Ross, (2003) descreve dez tipos de personalidades a partir das características dos cinco elementos em seus aspectos *yin* e *yang*, sugerindo o que seria seu equilíbrio:

Elemento	Tipo Yin	Tipo Yang	Equilíbrio
Fogo Coração	<ul style="list-style-type: none"> Sério, triste, melancólico Sem interesse pela vida, pelos relacionamentos e pela atividade social. Sensação de solidão, de não ser amado e de não ter capacidade de não amado 	<ul style="list-style-type: none"> Agitado, muito excitado, muito entusiasmado e maníaco. Hiperativo social ou sexualmente. Tolo, irresponsável. Tendência em esgotar as reservas energéticas com exaustão, depressão com tendência ao suicídio. 	<ul style="list-style-type: none"> Experimentar o amor internamente e permitir que este se irradie, mas com calma e paz, alegria e vivacidade, equilibrando espontaneidade com contemplação, sabedoria com sobriedade.
Terra Baço	<ul style="list-style-type: none"> Preocupações infundáveis e elucubrações mentais, com muito pensamento e pouca ação. Sensação de vazio que torna difícil cuidar de si mesmo e dos outros. 	<ul style="list-style-type: none"> Devido aos medos e as inseguranças pode usar a solicitude para pender os outros, controlar e restringir suas vidas. Pode ser apegado, possessivo e intrometido na vida alheia. 	<ul style="list-style-type: none"> Ter uma mente calma serena e lógica, capaz de traduzir livremente raciocínio em ação. Personalidade estável e agradável. Que seja solidária prestativa e generosa sem invadir a privacidade dos outros.
Metal Pulmão	<ul style="list-style-type: none"> Dificuldade para formar laços duradouros ou temerosos de criar novos relacionamentos por medo da perda. Sem participação ativa no presente, vive no passado. 	<ul style="list-style-type: none"> Suprime ou se apega à própria magoa, fala das próprias aflições e contamina os outros com a sua negatividade. Usa novos relacionamentos apenas para amenizar mágoas passadas não resolvidas. 	<ul style="list-style-type: none"> Permitir o processo do pesar. Desprender-se do passado. Adquirir sabedoria. Aprender e crescer com cada relação. Participar da vida e formar novos laços, sem bloqueios pelo medo da perda.
Água Rim	<ul style="list-style-type: none"> Falta de energia. Medo. Desiste da vida e de ter o controle do próprio destino. Não realiza o suficiente. Facilmente desencorajado pelas dificuldades ou perigo. 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza muitas coisas. É ambicioso e cruel, sem consideração pelos outros. Pode ser afoito e imprudente. Suprime os medos, mas vive sob grandes estresses com temor de perder o controle. 	<ul style="list-style-type: none"> Ter um desejo firme, mas considerando o próprio bem estar e a dos outros. Não ficar desencorajado por dificuldade ou perigos, sem se tomar imprudente. Agir orientado pela força interior e

	<ul style="list-style-type: none"> Falta de determinação para atingir metas. 	<ul style="list-style-type: none"> Procura segurança através do poder e dominação sobre os outros. 	<p>fé em si mesmo sem ser pela compensação da insegurança e do medo.</p>
Madeira Fígado	<ul style="list-style-type: none"> Possui pouco senso do Self e insuficiente força pessoal. Incerto quanto à própria identidade e ao caminho a seguir. Tem dificuldade em expressar o próprio ego não consegue impor limites. Tímido, sofre com a falta de confiança e é atormentado pelos próprios conflitos. 	<ul style="list-style-type: none"> Sente uma incerteza opressiva, por isso fica impaciente e irritado. Intolerante e egoísta o ego sem considerar nas necessidades dos outros. Dominador, raivoso, agressivo, e talvez, violento, facilmente frustrado e depressivo. 	<ul style="list-style-type: none"> Ser confiante e intuitivo, ter clareza quanto ao caminho a seguir, com a devida paciência para permitir próprio desenvolvimento. Ser forte e independente, mas capaz de expressar própria personalidade de maneira suave e tranqüila, em harmonia com a vida dos demais.

A Acupuntura (do latim *acus* - agulha e *punctura* - colocação), conjunto de conhecimentos teóricos e empíricos da MTC, hoje reconhecida pela Organização Mundial de Saúde como método de tratamento complementar, sinteticamente consiste no estímulo de determinados pontos situados, em sua maioria, ao longo de canais energéticos, através de colocação de agulhas, mas que utiliza também pressão digital, e outras técnicas como ventosas, aquecimento por moxa (bastão de Artemísia), laser, eletroestimulação, e outras.

Em seguida, Ross na tabela abaixo indica também a combinação de pontos de Acupuntura para o tratamento:

Elemento	Tipo Yin	Tipo Yang	Combinação de Pontos
Fogo Coração	<ul style="list-style-type: none"> Conservar energia e construir forças; Usar moderação e evitar os extremos. Trabalhar em áreas que proporcione prazer e aceleração das afeições. Aprender como expressar os sentimentos e necessidades. 	<ul style="list-style-type: none"> Aprender quando parar, voltar atenção para si e achar. Equilibrar amor com contemplação e sabedoria, para permitir que o fogo interno do Shen (espírito) se irradie com moderação. 	<p>Tipo Yin</p> <p><u>Deficiência:</u> Ton/M-VC4, VC17, R3, E36 H-C7, PC7 M-C8, PC8. Alternar com VG4, VG11, VG20, B23, B44 Ton</p> <p><u>Estagnação:</u> H/M-VC6, VC17, BP4 H ou Dips-VC23, PC6</p> <p>Tipo Yang Disp-VC14, VC17, C8, R1. Ton-C6, R6.</p>
Terra Baço	<ul style="list-style-type: none"> Sair do seu mundo interior de pensamento, incorporar totalmente o corpo físico e usá-lo no mundo real. Gradualmente substituir seus pensamentos negativos por uma estrutura de afirmações positivas. Aprender a cuidar de si e dos outros. 	<ul style="list-style-type: none"> Desenvolver a forçar interior controlar o medo e a insegurança que o faz querer controlar os outros. Achar uma força de amor entre ele e os outros, para que não sinta um vazio interior que o faça depender da presença de outros. 	<p>Tipo Yin</p> <p><u>Falta de Ação:</u> Disp – VG20 M – BP1, E45 Ton/M – VC4, VC12, E36</p> <p><u>Falta de Interesse:</u> Ton/M – VC12, VC17, C8, BP2, BP3, E36. Alternar com B15, B20, B44, B49, Ton/M</p> <p>Tipo Yang H/M– VC4, VC12, VC17, E36, F1, F13.</p>
Metal Pulmão	<ul style="list-style-type: none"> Fortalecer o corpo físico e os centros Dan Tian, do Baço e do Coração, fortificando a habilidade de formar 	<ul style="list-style-type: none"> Aprender a passar as coisas e não permitir ofensas. Encarar a verdade e ser honesto 	<p>Tipo Yin</p> <p><u>Deficiência:</u> Ton/M – VC4, VC12, VC17, P10, C8, E36 Alternar com VG4, VG12, B20,</p>

	<p>laços e reduzir o medo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ganhar força e coragem para ir em frente. • Aprender a cuidar de si e dos outros. 	<p>consigo e com os outros, ao invés de usar as pessoas de modo egoísta para amenizar sua mágoa.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprender ajudar os outros com seus problemas e colocar a mágoa sob perspectiva. 	<p>B23,B42,B44,Ton/M</p> <p>Estagnação: H/M –VC6,VC17, H- P1,P6,P7,IG4,R6,E40. Alternarcom B13,B15,B17,B42,B44 H</p> <p>Tipo Yang H/M –VC6,VC17 H- P7,IG4,BP1,BP12,FI,F14</p>
Água Rim	<ul style="list-style-type: none"> • Conservar e fortalecer sua energia. • Não aceitar que estejam além de sua capacidade, mas não adiar ou deixar tarefas não terminadas. • Aprender a lição da ação, achar a força interior para superar o medo da falha. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aprender agir com calma e força interior e não com impaciência e medo. • Acalmar e aprender o equilíbrio da atividade e do descanso. • Aprender a ser o melhor que pode ser. • Abrir-se para o amor e aprender a ter consideração por si e pelos outros. 	<p>Tipo Yin Ton/M –VG20,VC4,C8,R1,R7, B64,E36. Alternar com VG2,VG4,VG20, B23,B52 Ton/M</p> <p>Tipo Yang Excesso: Disp –VG20,VC14,PC6,RI Ton- VC17,R6 Deficiência: Ton- VG20,VC4,R3,BP6,E36 Dips- PC6.</p>
Madeira Fígado	<ul style="list-style-type: none"> • Descobrir sua força interior e ganhar segurança sobre si. • Fortalecer a projeção de energia para criar laços mais fortes e reduzir a intrusão e a dominação dos outros. • Desenvolver a intuição para ter maior senso de certeza e de sentido da vida. 	<ul style="list-style-type: none"> • Acalmar e cultivar a disciplina da paz interior. • Agir com tranquilidade e segurança internas, não com impaciência e estresse, aprender a relaxar e aproveitar. • Desenvolver a intuição para fluir harmoniosamente com a vida, em sintonia com as necessidades dos outros. 	<p>Tipo Yin Ton- VC4,TA4,VB40,BP6,E36 H- VC14,VB13 Alternar com VG4,BP19,B23 B48, Ton</p> <p>Tipo Yang Disp-VG20,PC8,F2,R1</p>

Disp = Método de Dispersão; Ton = Método de Tonificação; H= Método de Harmonização; M= Moxa

Ross, também indica combinações de pontos para os fatores de estilo de vida e para os grupos de emoções, todavia cita-se aqui somente o estudo acima para servir de exemplo de como a Acupuntura é útil e pode tratar pacientes cujas queixas não se situam somente no corpo físico. Não se pretende também formular receitas de tratamento, pois isto iria contra o caráter dinâmico e integrativo da Acupuntura, podendo cada profissional, diante da peculiaridade de cada paciente selecionar os pontos para seu tratamento.

CONCLUSÃO

Pelo exposto, constata-se que a época atual é de rompimento com um antigo paradigma reducionista, para o surgimento de um novo integrativo, coadunado com antigas tradições sapienciais tal como a que originou a MTC e consequentemente a Acupuntura, constituindo esta uma forte técnica de tratamento e abordagem do ser em sua totalidade, incluindo o aspecto da psique, sendo de grande utilidade para os profissionais da psicologia

que se proponham a ter esse abordagem sistêmica, somando saberes, mas nunca aprisionando uma parte de qualquer saber sob a sua própria ótica, em prol de um atendimento mais abrangente de seus pacientes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Apostilas de disciplinas do curso de pós-graduação em Acupuntura do INCISA-IMAM turma seis;

BRANDÃO, D. M. S. CREMA, R. (orgs). Visão holística em psicologia e educação. São Paulo: Summus, 1991.

_____. O novo paradigma holístico. São Paulo: Summus, 1995.

CAMPIGLIA, Helena. Psique e medicina tradicional chinesa. Ed. Roca. 2004;

CAPRA, Fritjof. A teia da vida. Ed. Cultrix. São Paulo. 2001;

CHAUÍ, Marilena. Convite à Filosofia. Ed. Ática. São Paulo. 2000.

CREMA, R. Saúde e plenitude: um caminho para o ser. São Paulo: Summus, 1995.

_____. Introdução à visão holística. São Paulo: Summus, 1988.

HOLANDA, Aurélio. Minidicionário da língua portuguesa. Versão eletrônica;

MACIOCIA, Giovanni. Prática da Medicina Chinesa. Ed. Roca. 2010;

MORIN, E. Ciência com consciência. 4. ed. Trad. Maria D. Alexandre, Maria Alice Sampaio Dória. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1996.

ROSS, Jeremy. Combinações dos Pontos de Acupuntura. São Paulo. Ed. Roca. 2003;

TAVARES, C. Iniciação à visão holística. 2.ed. Rio de Janeiro: Record, 1994.

Weil, Pierre. Organizações e tecnologias para o terceiro milênio. Ed. Rosa dos tempos. 1995;

REQUENA, Ives. Acupuntura e Psicologia. Ed. Andrei. 1990;

Yamamoto, Celso. Pulsologia, Arte e ciência do diagnóstico na medicina oriental. Ed. Ground. 1998