

O Pulmão: Visões do Passado

Shen Jin'ao

Doctor Shen's Compendium of Honoring Life (*Shen Shi Zunsheng Shu*), 1773:

(Original em www.classicalchinesemedicine.org)

Tradução

Paulo Henrique Pereira Gonçalves

Supervisão e Revisão :

Ephraim Ferreira Medeiros

Projeto Medicina Chinesa Clássica

<http://medicinachinesaclassica.org>

O Pulmão é o mestre do Qi. Acima, conecta-se com a garganta; abaixo, conecta-se aos orifícios do Coração e do Fígado. Está encarregado da inalação e exalação e, em termos mais gerais, o fluxo de entrada e saída.

Encontra-se situado acima dos demais órgãos, de forma que os mantenha em ordem e seja capaz de empurrar os dejetos para baixo, todo o caminho até o Intestino Grosso. Em outras palavras, ele adquire o Qi puro e elimina o refugo; absorve o yin contido no *taiyang* para sustentar o Yang Qi do corpo [absorve a essência material do Qi universal para sustentar as funções corporais], e comanda o yang contido no *taiyin* para impulsionar as substâncias yin do corpo [comandando a força descendente para eliminar os dejetos]. Em cooperação com o canal do Baço, *taiyin* do pé, ele transporta e fornece o mesmo para todos os demais órgãos; é por esta razão que tanto o Pulmão quanto o Baço são chamados de *taiyin*.

O Pulmão está associado à fase do elemento metal, à direção oeste, e à estação do outono. No outono, o Qi sazonal se torna viçoso e claro, e todas as coisas vivas se apoiam em sua força para se tornarem maduras e completas. Metal é a mãe da água. O Qi do Pulmão, portanto, geralmente se movimenta para baixo. Quando nossos corpos descansam, ele descende até o palácio dos Rins e se combina com a água, um processo que o *Neijing* se refere como ‘a mãe que se recolhe em seu recém-nascido.’

Apenas o Rim é “a água verdadeira,” concebida nas esferas celestes onde o estado de unidade prevalece. É então apropriado que a mãe do Rim, o Metal, resida no topo da cúpula que é formada pela cavidade principal do corpo. Em um contexto cósmico, isto seria como se situar na fonte superior da corrente de energia celeste, fluindo de forma descendente pela cabeça, e finalmente adentrando o portão do Dragão [dos Rins] localizado abaixo, de forma a se combinar [com a água verdadeira] para formar o oceano [de Qi corporal]. Visto que o Pulmão portanto funciona transportando essência para os demais órgãos, sua ação principal poderia ser também comparada ao processo climático de se salpicar o orvalho matutino, uma substância celestial dispersada generosamente todas as manhãs para nutrir todas as criaturas vivas na terra.

Tipicamente, o Pulmão é sensível à secura, assim como ao frio e ao calor. Isto significa que a função do Pulmão de lubrificar os outros órgãos com essência possui a tendência de se desviar de seu modo de operação mais suave, provendo lubrificação de mais ou de menos. Ou, se invadido por um fator patogênico, será incapaz de assumir seu papel de comandante dentre os órgãos e canais, e irá, ao contrário, produzir enfermidade de uma natureza seca, ou quente, ou fria. Esta é a razão pela qual os livros antigos se referem ao Pulmão como ‘o órgão sensível’.

De Ye Tianshi, **A Handbook of Clinical Case Histories (*Linzheng Zhinan Yan*)**, 1746:

O Pulmão é a principal bomba por trás da ação de inalação e exalação. Encontra-se na região mais alta do corpo, e portanto se encontra em posição de receber o Qi puro que ascende dos demais órgãos. Sua natureza é ser limpo e estar no alto, e sua qualidade funcional é expandir para baixo – encarregando-se de todo o movimento descendente dentro do corpo. Também, o Pulmão é conhecido como o órgão sensível, o qual é extremamente sensível à influência do Qi patogênico. Cada uma das seis influências [*liuyin*], portanto, pode causar facilmente um estado de desequilíbrio no Pulmão. O Pulmão possui uma aversão inata ao frio, ao calor, à secura, à umidade e, acima de todos, ao fogo e ao vento. Na presença deste tipo de influências patogênicas, o Pulmão facilmente perde seu equilíbrio; será impedido de executar suas funções de descender e comandar, e como resultado disso, o fluxo normal e livre de Qi irá se tornar obstruído e estagnado.

De Yu Chang, **The Statutes of Medicine (*Yimen Falü*)**, 1658:

Todo Qi corporal possui sua origem física no Pulmão. Se o Qi do Pulmão for claro e correto, então não haverá um único tipo de Qi no corpo que não obedecerá e fluirá suavemente. No entanto, se o Qi do Pulmão se torna obstruído e turvo, então a dinâmica do Qi de todo o corpo começará a seguir de forma contrária ao seu fluxo natural e começará a se mover para cima ao invés de se mover para baixo.

De Yang Jizhou, **The Great Compendium of Acupuncture and Moxibustion (*Zhenjiu Dacheng*)**, ca. 1590. Este parágrafo aparece no capítulo referente ao canal do Pulmão, e se encontra marcado como uma citação de outra fonte Daoísta mais antiga, **The Original Classic of Guiding the Breath (*Daoyin Benjing*)** :

O Pulmão é a tampa dos cinco órgãos. Ele produz a voz, e também proporciona a hidratação adequada à pele. Assim que houver um dano interno decorrente das sete emoções, ou danos externos devidos aos seis fatores climáticos, o processo rítmico de inalação e exalação e o fluxo geral de Qi entre o interior e o exterior do corpo se encontrarão perturbados; o Pulmão então perde sua qualidade de pureza. Se desejarmos recuperar a pureza do Metal, devemos primeiro nos atentar para regular a respiração. Uma vez que a respiração se encontra regulada, o movimento errante não ocorrerá mais, e o fogo do Coração irá se acalmar por conta própria. O processo se dá como à seguir: primeiro, deve-se concentrar no dantian, e isto aquietará o curacao; então, devemos relaxar e expandir o centro de nosso torso; e finalmente, devemos visualizar que o Qi venha e vá livremente por cada poro de nosso corpo. Logo, não haverá obstruções, e se nos concentrarmos diligente e suficientemente, nossa respiração se tornará bem sutil. Isto, então, pode ser chamado de respiração verdadeira [como alcançada durante a meditação]. A respiração, portanto, tem sua origem no Coração. Quando o Coração se encontra em paz, o Qi se encontra em um estado de harmonia e pode retornar à sua raiz no abdomen inferior com cada respiração dada. Desta forma, o Pulmão e sua respiração poderão cumprir verdadeiramente seu papel como a mãe do dantian [inferior].

De **The Hidden Tao: A Collection (*Daozang*)** ; Compilação da Dinastia Ming sobre textos exotéricos Taoístas (ca. 1600), alguns datando de 600 a.C.:

Desordens do Qi do Pulmão se manifestam como tosse. A secreção [ye] associada ao Pulmão é a coriza nasal. O Qi do Pulmão se conecta ao cérebro acima e ao Baço abaixo. De forma geral, todos os tipos de Qi corporais são governados pelo Pulmão. Deitar-se por muito tempo fere os Pulmões. O Pulmão é a fonte da inalação e exalação. Trata-se do official encarregado do Qi. Caso algum Qi nocivo dos Rins penetre o Pulmão, haverá grande quantidade de coriza.

O Intestino Grosso é a viscera associada ao Pulmão. Caso esteja em harmonia com o mesmo, os pelos do corpo e cabeça apresentarão lustro. Caso os pêlos se tornem resecados e caiam, o Pulmão estará exaurido.

The **Central Juncture Classic (*Huangting Jing*)** afirma: O palácio do Pulmão pode ser comparado à uma tampa. Em seu interior se encontram as sete jovens encarregados de regular o Qi. No mundo exterior, corresponde ao Mt. Song [a mais alta dentre as Cinco Montanhas Sagradas]. O nariz é sua manifestação na superfície. 'Shang' é seu som, pungent é seu sabor, rançoso é seu odor. Se o Qi nocivo do coração penetrar o Pulmão, a pessoa sentirá aversão aos odores pútridos, rançosos. Sua disposição é a justice, seu humor é a cólera, seu fluido [*jin*] é a saliva. Caso um paciente sofra de consumo do Pulmão, haverá muita saliva. Durante os três meses do outono, o Rei Metal dá cabo de sua tarefa de conclusão, e tudo seca. A pessoa sábia que deseja manter seus *po* em repouso e assim preservar seu corpo material, deve reter sua semente

[evitar a ejaculação do esperma], nutrir as coisas, ser misericordioso, e evitar ser muito exuberante em suas expressões.

O Pulmão faz par com o Intestino Grosso. Na superfície do corpo, assume a forma do nariz. Se há Vento no Pulmão, o nariz estará congestionado. Caso a face aparente ressecada, o Pulmão está seco. Se o nariz coca, há um verme no Pulmão. Se uma pessoa está apavorada e constantemente assustada, os *po* estão deixando o Pulmão. Se pontos brancos e pretos aparecem ao longo do corpo, o Pulmão está fraco. Se alguém possui uma voz poderosa, o Pulmão está forte. Se não é possível suportar a exposição ao frio, o Pulmão está fraquejando. Se a pessoa anseia por alimentos picantes, o Pulmão está deficiente. Caso se desenvolva constipação, o Pulmão está obstruído. Caso se apresente uma face branca e lustrosa, o Pulmão está saudável.

Se o Pulmão está enfermo, haverá tosse constant, sintomas de movimento ascendente do Qi, uma face entumecida, e um desejo constante por se deitar, manchas na face, uma compleição amarelo-esbranquiçada, nariz frio, dor de cabeça, dor e distensão no tórax e costas, extremidades inquietas, comichão na pele, obstrução na garganta, sonhos de belas damas vestidas em seda e portando jóias – si mesmo vestindo uma armadura – ou bandeirolas e grandes heróis. Podemos remover estas condições ao se utilizar o mantra “ssssssssssssssssssss” e ao se bater os dentes durante o nascer do sol por nove vezes: primeiro, inale ar puro através das narinas, então gentilmente “ssssssssssssss” trinta-e-seis vezes para eliminar o calor do Pulmão e todos os demais tipos de Qi nocivo que podem estar alojados ali.

O Pulmão: Propriedades e Funções

1. O Pulmão está encarregado do Qi

De acordo com a visão do mundo tradicional Chinesa, tudo e qualquer coisa representa a transformação de um mesmo Qi. Yin(matéria) e Yang(função) são as duas diferenciações mais básicas deste Qi universal ÚNICO.

De acordo com diversas referências do *Neijing*, o termo Qi, quando utilizado no contexto do corpo humano, possui essencialmente dois significados:

1. Blocos de construção que são essenciais para a manutenção da vida física, como em *Yuan Qi* (Qi original), *Da Qi* (respiração) ou *Gu Qi* (Qi dos alimentos);
2. Aspectos funcionais dos órgãos, tais como Qi do Estômago, Qi do Fígado, Qi do canal *Taiyang*, etc.

Qi no corpo é produzido e mantido por duas fontes básicas: Jing Qi Pré-Natal (essência) do Rim e Qi Pós-Natal do Ar e Alimentos, processado no Pulmão e Baço/Estômago.

Qi, por definição, se move. É o movimento desimpedido do Qi corporal que facilita a saúde. Os movimentos básicos do Qi são ascender (*sheng*),descender (*jiang*), sair (*chu*) e entrar (*ru*).

As funções básicas do Qi corporal são:

1. Mover e circular as substâncias estruturais do corpo (circulação sanguínea, distribuição dos fluidos, processo de crescimento, função dos órgãos/canais e colaterais).
2. Aquecer as diversas camadas do corpo (caso pele e músculos não estejam aquecidos devido a deficiência de Qi, haverá aversão ao frio, mãos e pés frios, etc.).
3. Criar o efeito de um escudo protetor contra fatores patogênicos externos, como vento ou frio, assim como, em termos modernos, vírus e bactérias.

4. Estabilizar e manter as partes estruturais do corpo em seu devido lugar (caso contrário, sangramentos, transpiração, enurese e prolapsos dos órgãos podem ocorrer).
5. Dirigir o metabolismo (ex., no processo da produção de sangue, ou no funcionamento de certos órgãos, tal como a transformação do Qi facilitando o metabolismo da água na Bexiga).

Existem muitas camadas diferentes de Qi corporal, as quais são referidas pelos termos que se seguem:

Yuan Qi (Qi original), também chamado de *jing Qi* (Qi essencial) ou *shenjian dong Qi* (Qi que espirala para fora de entre os rins). Criado pela interação do *yuan yang* (yang original) e *yuan yin* (yin original). É considerado o Qi mais fundamental do corpo humano, a raiz e fonte do metabolismo. O médico da Dinastia Qing Xu Lingtai afirma em seu tratado, **Discussing the Origins and the Development of Medicine** (*Yixue Yuanliu Lun*, 1757): "E onde, então, este chamado Qi original está localizado? Todos os cinco órgãos possuem seu próprio Jing verdadeiro, que se trata de sua parcela do Qi original. No entanto, a verdadeira casa desta substância é o que os clássicos Daoístas chamam de dantian, ou o que o *Nanjing* (**Classic of Difficulties**) chama mingmen (portão da vida), e o que o *Neijing* 'o pequeno coração próximo à sétima vértebra.'"

Da Qi (Grande Qi), também chamado *tian Qi* (Qi celestial): a respiração.

Gu Qi (Qi dos Grãos), também chamado *di Qi* (Qi terreno): Qi destilado dos alimentos.

Zhen Qi (Qi verdadeiro): total de energia do corpo, sendo a combinação do Qi pré-natal original e o Qi pós-natal do ar/alimentos.

Zong Qi (Qi ancestral): combinação de dois aspectos do Qi pós-natal, a respiração, e a essência destilada dos alimentos. Ele se reúne no dantian médio que se localiza entre os mamilos, e se superficializa na garganta para auxiliar a respiração e a voz. Também adentra o canal do Coração para promover a circulação de Qi e sangue.

Ying Qi (Qi nutritivo): manufaturado da porção mais densa da essência dos alimentos; circula *dentro* dos vasos sanguíneos; pode se combinar com fluidos para produzir sangue; ajuda o sangue a circular. *Ying* (Qi nutritivo) e *xue* (sangue) podem ser diferenciados apenas de forma teórica – na forma física, são sempre uma coisa só.

Wei Qi (Qi defensivo): formado da porção mais etérea da essência dos alimentos; circula *fora* dos vasos; aquece os músculos, umedece a pele, encarrega-se da abertura e fechamento dos poros. É por isso que pode proteger o corpo contra a invasão de Qi perversos agredindo o corpo.

Zheng Qi (Qi correto), **Xie Qi** (Qi perverso): Qi correto pode ser entendido como o equivalente tradicional ao sistema imunológico, respondendo à invasão de patógenos externos. O estudioso Xie Liheng uma vez fez a seguinte observação sobre as origens do Qi correto: "'zheng qi (Qi correto) trata-se na verdade da manifestação do copoder do *yuan qi* (Qi original)." Seu colega Li Zhongzhai elaborou sobre o significado de seu antagonista, Qi perverso: "*xie qi* (Qi perverso, Qi patológico) não é nada além do que as seis influências patológicas do vento, frio, calor de verão, umidade, seca, e fogo."

Zangfu Jingluo Zhi Qi (Qi dos órgãos, canais e colaterais): Qi do órgão (Qi do Fígado, Qi do Baço, etc.) refere-se às respectivas funções dos diferentes órgãos. Qi dos canais e colaterais refere-se ao Qi fluindo através dos meridianos, que produz a sensação de distensão local durante o agulhamento ou acupressão.

Zhong Qi (Qi central): Qi do Baço e Estômago. Refere-se principalmente à função de transporte do Baço, especificamente referindo-se à sua ação ascendente. Quando o Qi central colapsa, há sinais de vazamentos para baixo, como diarreia, micção profusa, prolapso anal, etc.

É importante notar que todos esses tipos diferentes ou camadas de Qi são governados pelo Pulmão, e podem ser coordenados de uma forma produtiva apenas pelo Pulmão. Em outras palavras, todos os quatro movimentos básicos do Qi de ascensão, descendência, saída e entrada são influenciados pelo Pulmão. Este governo sobre o Qi inclui a influência sobre o Qi do Baço em ascender a essência dos alimentos para o Pulmão, de onde será distribuído para todo o corpo; Qi do Estômago descendendo, passando os dejetos para os intestinos de forma que sejam eliminados; yang do Rim “vaporizando” os fluidos vitais (*jing*) ascendentemente; ascensão do Qi do Fígado; descendência do Qi do Pulmão, etc.

2. O Pulmão contem os espíritos Po

Po trata-se de um antigo termo astronômico designando o *corpo material* da lua, enquanto sua contra-parte, hun, é utilizada para especificar a luz da lua. Na natureza, o termo po é então utilizado para representar a força de vida visceral que se encontra latente na terra, e em medicina é utilizado para descrever as funções fisiológicas mensuráveis e o desenvolvimento. O estudioso Kong Yingda explica: "O espírito da forma é chamado po. Quando seres humanos nascem, podem ver e ouvir, suas mãos e pés podem se mover; estas ações se devem graças ao trabalho do po." Zhang Jingyue, o grande médico da Dinastia Ming, posteriormente diz: "O efeito de po é que podemos nos mover e fazer coisas, que haja coceira e dor." Resumidamente, po engloba os instintos básicos que possuímos do nascimento, nos permitindo ver e ouvir, comer e chorar, mesmo com o estado prematuro de consciência e atividade do bebê. Visto que a respiração é o mais fundamental de todos os instintos, o Pulmão é a residência dos po. Conforme a definição clássica encontrada no *Neijing*, "Po segue jing." Na linguagem coloquial chinesa, pessoas com uma voz volumosa, olhos intensos, ou reflexos desenvolvidos pela prática de artes marciais é dito que “possuem uma grande quantidade de Qi de po.”

3 – O Pulmão está encarregado do fluxo ordenado (administração)

O Pulmão está intimamente associado ao Coração, assim como o Qi está intimamente associado com o sangue. O aspecto administrativo do Pulmão em grande parte refere-se à sua função controladora e harmonizadora em relação ao fluxo do sangue. Como diz a definição do *Neijing*: "O Pulmão abre os cem vasos." A respeito da relação íntima entre Qi e sangue, o clássico posteriormente afirma: “Qi é o comandante do sangue: se o Qi se move, o sangue se move.”

4.O Pulmão é o órgão delicado (não suporta o calor e o frio)

Assim como um objeto de metal absorve a temperatura de seu ambiente em um instante, o órgão do metal (Pulmão) é facilmente influenciado pelas influências externas do calor ou frio patogênico.

5. O Pulmão está encarregado do movimento descendente do Qi e, portanto, da abertura e regulação da passagem das águas

O Qi do Pulmão descende constantemente, movendo a água para baixo: ele então prove os demais órgãos com fluídos, e até mesmo regula a micção. Uma citação do *Neijing* diz: "O Pulmão é a fonte superior da água." Caso perca sua função descendente crucial, podem haver sintomas de peito cheio, tosse, asma, ou sinais de estagnações de água tais como fleuma, problemas urinários, edema, etc.

6. O Pulmão está encarregado da dissipação e dispersão do Qi para fora, e portanto se conecta com a pele e os pelos corporais.

O Qi do Pulmão está encarregado de propeler o Qi defensivo (*Wei Qi*), os fluidos, e a essência dos alimentos por todo o corpo. Ele então aquece os músculos e a superfície, harmoniza a ação de abertura e fechamento dos poros, e umedece os pelos e a pele. Se o Qi do Pulmão está fraco, o Qi defensivo (*wei qi*) não nutrirá os pelos de forma adequada, tornando-os quebradiços. Similar aos poros na superfície do Pulmão, os poros na superfície da pele são portões de Qi encarregados da "respiração corporal". Se o Qi defensivo for muito fraco para fechar os poros de forma adequada, o suor será eliminado. Se houver um excesso de Qi patogênico no Pulmão, por outro lado, o mecanismo de abertura dos poros facilmente é "emperrado"; então a função de ventilação dos poros se torna perturbada, e pode haver sintomas de transpiração impedida, como não transpirar durante a febre.

7. O Pulmão se conecta com o Intestino Grosso abaixo.

Um ramo do canal do Pulmão se conecta ao Intestino Grosso abaixo, formando assim um par. O Pulmão é conhecido como o metal Yin (estrutural, armazenamento de essência), o Intestino Grosso como o metal Yang (vazio, transmitindo). O Qi do Pulmão empurra a força por trás da ação do Intestino Grosso de transportar e descarregar os resíduos. De uma perspectiva mais geral, pode-se dizer que o Intestino Grosso age de acordo com o Qi dos cinco órgãos que chegam a ele através do Pulmão. A constipação pode se dar devido a uma deficiência ou estagnação da força propulsora, ou um problema nos fluídos (*secura*) relacionados ao Pulmão. O anus, devido a relação íntima entre o Intestino Grosso e o Pulmão, é chamado de portão dos po.

8. O Pulmão possui sua abertura no nariz e se conecta à garganta

O nariz é responsável pela respiração e pelo olfato; funções que dependem inteiramente de um Pulmão saudável. Também, o nariz é uma possível abertura por onde os patogênicos externos podem invadir o Pulmão. Se o Pulmão for invadido pelo Qi patogênico, podem haver sintomas nasais como obstrução nasal, coriza, ou perda do olfato. Caso haja uma obstrução aguda do Qi devido a calor no Pulmão, pode haver respiração asmática, caso no qual o nariz poderá “palpitar”.

A garganta é a responsável pela voz, a qual pode ser comparada ao som emanado de um sino de metal. Quando o órgão do metal (Pulmão) é afetado por uma doença, a voz pode aparentar alterada, abafada, ou até mesmo sumir em casos de inflamação ou rouquidão.

Artigo Continua