



Emoções de acordo com o Huangdi Neijing

Elisabeth Rochat de la Vallée

<http://elisabethrochat.blogspot.com/>

Traduzido por Marcelo Nunes

Revisado por
Ephraim Ferreira Medeiros

Projeto

www.medicinachinesaclassica.org

Desejos e paixões são considerados pelos pensadores chineses como os principais obstáculos para a verdadeira realização da vida humana e o cumprimento do destino de cada um. Eles são considerados na medicina chinesa como as principais causas de doenças e fraquezas que levam às doenças.

Assim, as emoções devem ser governadas pela força do autocontrole que vem das profundezas da natureza individual: um Coração vazio e silencioso, uma consciência clara, permitem um comportamento perfeito e uma relação autêntica com o Céu. Isso produz movimentos regulares de Qi e boa saúde.

O Coração é a nossa vida intelectual, mental, emocional e espiritual; é tudo o que acontece dentro de nós. Através dele sentimos nossa existência. É a nossa capacidade de pensar para desenvolver conhecimento, atenção, consciência e cultivar nossa realidade interior, a fim de construir nosso Espírito Vital (Jing Shen 精神). O Coração é o que permite ao ser humano assumir a responsabilidade por sua vida e por seu destino, e saber como nutrir a vida de acordo com a ordem natural.

Caso contrário, há desordem, doença e morte prematura. Assim, o Coração é o responsável, em última instância, pela ordem correta ou incorreta dos movimentos do Qi no interior de cada um.

De onde vêm as emoções? Elas são reações que temos quando estamos em contato com algo exterior (um ser, um objeto, um evento, etc.), ou quando recordamos algo na memória.

«Por natureza (Xing 性), o homem possui Sangue e Qi (Xue Qi 氣) e um Coração que permite o conhecimento (Xin Zhi 知). Tristeza e alegria, euforia ou raiva não existem permanentemente dentro dele; eles são movimentos reativos ao incitamento dos objetos. É então que a Arte do Coração (Xin Shu 術) opera.» (Liji, Yueji)

As emoções são ativadas por um objeto ou evento exterior, e a reação imediata é induzida e modulada de várias formas, como atração ou repulsão, amor ou medo, euforia ou raiva, tristeza ou alegria, arrogância, inveja, etc.

A reação diante de determinada situação dependerá da disposição natural, da natureza própria de cada indivíduo, bem como se a verdadeira natureza do indivíduo está de acordo com sua reação, e, portanto, de acordo com a ordem natural. A natureza da reação expressa se o desejo no Coração está voltado para o desenvolvimento da vida ou em conflito com ele.

Por isso existem variações de significado no ideograma mais comumente usado para emoções (Qing 情): disposições naturais, tendências, emoções, paixões.

Se os desejos estão em conformidade com a ordem correta, se as reações são apropriadas, então o indivíduo governa-se adequadamente (Zhi 治) e não há nenhuma desordem (Luan 亂). Ele está seguindo a ordem correta, seguindo a natureza e sua

própria natureza, de acordo com as circunstâncias; ele está cumprindo seu próprio destino (Ming 命).¹

A Arte do Coração (Xin Shu 術) assegura as reações apropriadas a partir da diminuição dos desejos que conduzem o indivíduo para "fora de si".

As emoções são percebidas como movimentos do Qi, e cada emoção aumenta excessivamente uma qualidade particular e atividade do Qi em um ser humano. Durante a era clássica, foram analisados todos os movimentos do Qi, caracterizados e classificados através da teoria do Yin/Yang e dos Cinco Elementos (ou fases).

Cada um dos cinco Órgãos (Zang) está, portanto, relacionado com uma emoção que é, fundamentalmente, a expressão do movimento do Qi pertencente ao mesmo Elemento (fase). Vindo das profundezas do Órgão, esse Qi influencia tudo que está sob seu controle no interior de um ser humano, na fisiologia e psicologia, no funcionamento do corpo, bem como no funcionamento da mente.

Como tal, o Fígado fornece uma onda e desencadeia movimentos ascendentes como a Madeira; o movimento do Qi chamado Nu 怒 é como uma onda impetuosa, que promove um movimento ascendente. A agitação desse movimento, do Fígado (ou da Madeira), se transforma na raiva, que é apenas o excesso dele. Assim, as Cinco Vontades (Wu Zhi 五志), que são as profundas propensões e tensões de vitalidade em cada um dos cinco Órgãos Zang, tornam-se as Sete Emoções (Qi Qing 七情), que são um distúrbio no movimento regular do Qi que produz vida.

Portanto, as emoções se originam nos cinco Órgãos Zang, que são os receptáculos dos Espíritos sob diferentes modalidades. Todas as faculdades mentais e equilíbrio psicológico, até mesmo a maneira de reagir a qualquer coisa, inclusive o que mexe com as emoções e libera as paixões, depende inteiramente do estado dos Cinco Zang, unidos por e no Coração. De modo que, quando um Órgão Zang é perturbado, ele não só traz à tona sintomas físicos e psicológicos relacionados com a perturbação específica, mas a pessoa sofre uma alteração na sua faculdade de perceber, conhecer com precisão, julgar sem paixão, sentir e reagir adequadamente.

Se os Cinco Órgãos contam com um Coração livre de paixão e apego, trabalhando sob uma luz espiritual (ou inteligência espiritual, Shen Ming 神明) e mantendo essa conduta, não há excesso. O Coração e o Espírito (Shen 神) inspiram cada um deles em direção ao seu núcleo. Esses são os Cinco Espíritos (Shen Wu 五神), a expressão quádrupla dos Espíritos em um ser humano, iluminando o funcionamento da mente.

Quando um Órgão perde o seu enraizamento nos Espíritos, seu Qi não flui corretamente, o que perturba o funcionamento psicológico e fisiológico. O capítulo 39 do Suwen descreve bem essas perturbações:

«Quando há raiva, o Qi sobe.
Quando há euforia, o Qi fica frouxo.
Quando há tristeza, o Qi desaparece.
Quando há medo, o Qi desce.
Quando há frio, o Qi é recolhido.
Quando há calor, o Qi flui para fora.

¹ Destino significa vida individual que se desenrola de acordo com a sua origem natural/celestial. Cumprir seu próprio destino é viver em harmonia com o cosmo, para permanecer integrado com a harmonia universal. Agir dessa maneira proporciona a realização mais profunda de seus dons naturais, bem como a saúde mais perfeita possível.

Quando o susto causa sobressalto, o Qi fica desordenado.
Quando há fadiga, o Qi está lesionado.
Quando há pensamento obsessivo, o Qi está atado.»

Cada um dos Cinco Zang é afetado por sua própria emoção, mas uma emoção pode prejudicar vários Órgãos, causando desordem nos seus movimentos do Qi. Portanto, um órgão pode ser ferido por diferentes emoções.

Quando um Órgão está sendo lesado com ou após outro, o distúrbio nos movimentos do Qi muda e, conseqüentemente, uma emoção pode se transformar em outra. Essa é a complexidade da interação entre os Cinco Movimentos do Qi e o padrão dos Cinco Elementos com todos os efeitos sobre o funcionamento do corpo e da mente.

Todos os níveis do ser se comunicam: uma perturbação emocional terá repercussões fisiológicas (nas áreas governadas pelo Órgão responsável pela emoção, bem como nas áreas governadas por outros Órgãos perturbados pela desarmonia). Por outro lado, um movimento do Qi desviado leva a perturbações fisiológicas, mas também a um estado emocional. Esse estado só pode ser de curta duração, como um reflexo da condição do Qi e do seu movimento durante esse período. Ou pode derivar do rompimento de um Órgão que provoca uma desarmonia mais abrangente e, portanto, não é mais capaz de controlar o movimento de seu Qi, já não pode tomar parte na composição harmoniosa do centro, nem no equilíbrio do psiquismo e dos aspectos mentais.

Este artigo foi utilizado para a Conferência de Rothenburg em 2013.