



**Vergonha, Depressão e *Bēi díe*
na Cultura e Medicina Chinesa**

PARTE I

Tradução : Elice Carneiro Batista

Adaptação do Texto Original

THE APOLOGETIC HEART

Shame, Depression, and *Bēi Díe*

in Chinese Culture & Medicine

de Sonya Pritzker & Yuan Bing

JOURNAL OF CHINESE MEDICINE • NUMBER 76 •

OCTOBER 2004

www.medicinachinesaclassica.org

¹ Coração Apologético:

Vergonha (timidez), Depressão e *Bēi díe* na Cultura e Medicina Chinesa

Resumo

Vergonha, culpa e sentimentos de inferioridade são as poderosas emoções associadas com o diagnóstico moderno de depressão, mas raramente são discutidos nos textos médicos chineses. Quando eles são discutidos tendem a diferir muito em suas interpretações. Um dos motivos para a inconsistência é a obscuridade de uma categoria médico-chinesa clássica conhecida como transtorno *Bēi díe*, uma síndrome de deficiência onde o doente prefere ficar em salas escuras, sente-se amedrontado ao ver outras pessoas (fobia social) e cujo coração está cheio de “desculpas”. Ao explorar a sua história e estrutura metafórica, o presente artigo mostra como o transtorno *Bēi díe* apresenta um quadro clássico de vergonha (sentimento de inferioridade, timidez) na medicina chinesa, e como este exemplo pode ser traduzido para o tratamento clínico moderno de diagnóstico de depressão.

Palavras chave: Vergonha (Timidez); Depressão; *Bēi díe*; Medicina Chinesa; China; Metáfora

¹ A distinção entre culpa e vergonha tem uma história complexa na psiquiatria Americana, e também tem se mostrado insustentável em muitas populações ³⁹. Os parâmetros exatos de tais distinções estão fora do escopo deste artigo, mas a relação entre vergonha e culpa mostrou-se igualmente próxima na linguagem/cultura chinesa como ocorre nas culturas e idiomas americano e inglês e é complexo em qualquer cultura.

Introdução

Vergonha (sentimento de inferioridade, timidez), tem sido bem descrita, "é uma emoção biologicamente universal encontrada em todos os seres humanos"¹. Definido pelo American Heritage Dictionary², como "uma emoção dolorosa causada por um forte sentimento de culpa, indignidade, ou de desgraça", vergonha é uma experiência complexa tanto em conotações individuais quanto interpessoais. Sentimentos de inadequação, exposição e culpa muitas vezes são sentimentos que sobrecarregam de uma forma particular e específica cada indivíduo. cA forma como ele/ela percebe-se como internamente ou externamente inferior (aquém) a alguns conjuntos ou padrões*. Como sugere a definição do termo "doloroso", esta percepção de sensação de inferioridade parte de uma avaliação intelectual abstrata. Vergonha é uma sensação, experiência, tanto física como emocional, e embora a experiência exata provavelmente seja diferente entre os indivíduos e através das culturas, a sensação de vergonha é freqüentemente associada com uma sensação de queda ou desejo de cair (como através de um buraco no solo) e uma sensação dolorosa de exposição que acarreta um forte desejo de se esconder, fugir, ou desaparecer^{3,4}. A vergonha como um regulador de comportamento social, sem dúvida tem seus usos adaptativos, criação e aplicação em um senso de decoro e público padrão. Porém em uma forma extrema, a vergonha, pode ser "tóxica" (complexa e incapacitante), onde o doente se sente indigno de louvor, inferior para os outros e, finalmente, incapaz de enfrentar o mundo. Esse tipo de vergonha patológica geralmente acompanha² ansiedade, depressão e

outras características clínicas que definem síndromes psicológicas em ambos os pacientes chineses e ocidentais. The *American Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*⁵ (Manual Americano de Estatística de Diagnósticos de Desordens Mentais), quarta edição, *International Classification of Diseases* (Classificação Internacinal de Doenças), décima edição e o *Chinese Classification of Mental Disorders*⁶, terceira edição, incluem “sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva e inapropriada” como um critério de diagnóstico para a maioria das desordens depressivas. Na Medicina Chinesa, entretanto, a vergonha não está incluída entre as “sete emoções” nem é frequentemente discutida nos termos dos padrões clássicos de zang-fu.

A falta de teoria básica sobre a vergonha prova a problemática de textos atuais na China e no Ocidente para tentar traduzir a categoria biomédica atual “depressão” em termos médicos Chineses, como os autores fundamentam a explicação de vergonha e culpa sem referências ou orientação de material clássico. Alguns destes textos colocam vergonha e culpa excessiva na categoria de terra ou deficiência de baço^{7,8} enquanto outros dizem que essas emoções afetam primariamente o coração e os rins⁹. Outros ainda atribuem culpa excessiva e vergonha a uma combinação de danos causados ao coração e baço por pensamentos e preocupações excessivas (Huang, 1997)¹⁰. Por fim, muitos textos que procuram combinar a psiquiatria e a medicina chinesa simplesmente recusam-se a especificar o que exatamente a vergonha e a culpa excessiva associadas com a depressão significam em termos médicos chineses^{11, 12, 13, 14, 15, 16, 17}. A discrepância entre esses textos, os quais oferecem estratégias de diagnósticos e tratamento baseado em suas análises, cria uma sensação de confusão ao redor de como vergonha e culpa devem ser

interpretadas e tratadas na Medicina Chinesa. Com o exame de uma categoria de doença clássica, *Bēi díe*, torna-se possível preencher algumas das lacunas deixadas na atualidade, e compreender a psicologia médica chinesa de vergonha. *Bēi díe* é definida pelo Dicionário Prático de língua chinesa, de Medicina Chinesa, como uma doença em que o doente tem “desculpas no coração/centro do peito, prefere estar em um quarto escuro, apresenta tanto medo a ponto de querer se esconder ao ver os outros”¹⁸. Nesta definição, “desculpas do coração” podem ser entendidas como sentimentos de vergonha e embaraço. O desejo de permanecer em quartos escuros e medo de ver os outros descreve alguém cheio de vergonha e com vontade de se retirar. Os sintomas físicos associados com *Bēi díe* incluem a incapacidade de se alimentar ou beber e bloqueio e sensação de opressão no peito¹⁸.

**O desejo de permanecer em quartos escuros e o medo
de ver os outros descreve alguém cheio
de vergonha e com vontade de se esconder**

O estudo da origem e evolução do transtorno *Bēi díe* pode, assim, oferecer uma enorme ajuda na compreensão das origens da moderna categoria “depressão” na medicina chinesa antiga. Apreciando a origem linguística do termo também pode ajudar os médicos a compreenderem mais profundamente os pacientes, experimentando os sintomas da vergonha hoje. Da mesma forma, a compreensão da história clínica do transtorno *Bēi díe* pode ajudar na criação significativa de tratamentos da depressão através da medicina chinesa nos tempos modernos. O presente artigo pretende estabelecer este

tipo de associação cruzada e dar os primeiros passos na análise da desordem (transtorno, síndrome) *Bēi díe*.

II. Desordem Bēi díe: origens e significados

Análise dos ideogramas

O primeiro dos dois ideogramas que compõe o termo *Bēi díe* é 卑 é construído de “copo” e “mão” e retrata uma xícara sendo segurada na mão esquerda. A mão esquerda era tradicionalmente vista como inferior à direita¹⁹ e o dicionário fundacional Chinês, o *Shuowen Jiezi*, Xu Shen (C.E. 30-124) explica que o bēi refere-se a humildade em muitas formas. Como um termo médico, bēi foi usado pela primeira vez no *Shang Han Lun* (no dano do frio) para descrever a condição resultante da fraqueza da construção qì (yíng or róng). Em seu uso atual, bēi continua a significar baixo, inferior, modesto ou humilde. Quando é precedido por 自 zì, ele mesmo, a combinação significa auto-repugnância ou inferioridade. Esta combinação é muito utilizada na psicologia moderna em discussões de “complexo de inferioridade” e é frequentemente utilizada por pacientes psiquiátricos descrevendo seus próprios sentimentos de inadequação³⁸.

O segundo caracter, 慄 *díe*, não é comumente utilizado tanto no coloquial quanto no médico. Composto do radical coração e 朮 *yè* fonético, a definição atual de *díe* é “temeroso”. Em combinação com 息 *xì*, respiração, isso significa prender a respiração (sem dúvida um fenômeno associado com o medo). *Díe* foi primeiramente usado no *Shang Han Lun* para descrever a condição resultante da fraqueza defensiva (*wèi*) do *qì*. Interpretações posteriores, as quais serão discutidas em detalhes abaixo, associam *díe* com a batida rápida do coração que acontece quando a pessoa está com medo. Zhang¹⁹, que se opõe a associação de morrer de medo, argumenta que o primeiro significado de *díe* deriva da combinação do radical coração, que dá significante termo emocional, e o *yè* parte do ideograma, que por si só significa “magro”. Usando suas primeiras definições como ponto de partida para sua discussão, Zhang¹⁹ mostra como *bēi* e *díe* se juntam para criar uma imagem de algo “baixo e magro”. Ao mostrar como uma frase semelhante, também pronunciada como *Bēi díe*, foi usada para descrever uma estrutura baixa, magra e “fêminina”³, “Zhang insiste que o termo médico também surgiu do significado de “baixo e magro” e evoluiu para descrever alguém cujo *yì* e *zhì* são baixo e magro”. Separadamente, o *yì* e o *zhì* podem ser traduzidos como a “habilidade reflexiva” e “vontade”, mas juntos eles descrevem o que Elisabeth Rochat de la Valle refere como “orientação interna” de uma pessoa²⁰. Assim, a doença de *Bēi díe* capta uma imagem de fraqueza fundamental, humildade e magreza de orientação, um estado que leva à experiência de “desculpas” no coração (inferioridade/vergonha) e o desejo de se retirar (se esconder).

* Uma estrutura baixa era considerada representativa de humildade e inferioridade feminina em relação a estruturas altas ou “masculinas”.

História

O primeiro uso do termo *Bēi díe* parece estar relacionado a dinastia Han Oriental (C.E. 25-220) na seção de diagnóstico pelo pulso (ping mai fa) do *Shang Han Lun*, “Quando o wèi qì é fraco, é chamado de *dìe*; Quando o róng qì (yíng qì) é fraco este é chamado de *bēi*; A luta de *dìe* e *bēi* é chamada de dano”²¹. O texto original contrasta o termo “dano” com o termo “princípio” (gāng) que se diz resultar da interação do exuberante wèi qì, chamado gāo (alto ou elevado) e o exuberante yíng qì, chamado zhāng (estrutura). *Bēi díe* é assim entendido como uma condição de fraqueza e danos e é oposto ao conceito de exuberância e elevação.

Até a Dinastia Jin (1115-1234), quando Cheng Wu Ji primeiro enunciou as implicações de medo além de vergonha, *Bēi díe* caiu no esquecimento, como os estudantes de medicina consideravam um tipo de diān ou síndrome de fuga¹⁹. Com Cheng Wu Ji, porém, a interpretação de *Bēi díe* mudou, tornando-se mais associada com a desordem zhēng chōng (medo palpitante) do que com diān. Baseando sua avaliação sobre a noção de que o espírito (shén) surge a partir do sangue e o wéi qì surge no peito, Cheng conclui que “No *díe*, o coração bate rapidamente com timidez, enquanto no *bēi*, o coração com frequência conhece a vergonha”²¹. Apesar de Zhang¹⁹ encontrar algumas falhas na definição de Cheng (baseada principalmente na má interpretação alegada de Cheng de que *díe* é “taquicardia” ao invés de “vontade fina”), a designação de Cheng de *Bēi díe* como um distúrbio de medo além de vergonha e de fuga leva ao primeiro passo na solidificação da missão permanente da desordem de *Bēi díe* à

categoria de susto e medo. Se ele estava ou não “errado” é irrelevante, porque nós olhamos para trás a partir do presente e traçamos a formação do significado do *Bēi díe*.

Passando à frente de Cheng na Dinastia Ming (1368-1644), por exemplo, vemos sua influência na interpretação de Fang You Zhi do texto original *Shang Han Lun*. Com a sugestão de que o prejuízo ou redução decorrente da luta entre bēi e díe é baseada no medo de insuficiência de wèi qì (dìe) e queda/repressão de falta de yíng qì (bēi)²¹, Fang continua a cimentar a relação entre o medo e o Bēi dìe.

Bēi dìe associado com medo foi levado para a Dinastia Qìng (1644-1911) em textos como o *Za Bing Yuan Liu Xi Zhu* (Incisive Light on the Source of Miscellaneous Diseases)²² e o *Lei Zheng Zhi Cai* (Systemised Patterns with Clear-cut Treatments)²³. Um exame atento do *Za Bing Yuan Liu Xi Zhu* revela que este texto atribui aos sintomas de Bēi dìe a deficiência de sangue do coração e designa a síndrome como um tipo de desordem zhēng chōng²². Os sintomas de abstinência, a preferência por ficar no escuro, medo de ver os outros, desculpas no coração, incapacidade de se alimentar e beber, e sensação de opressão no tórax são neste caso comparados à “estupidez” ou “embriaguez”. As recomendações de tratamento são compostas de três fórmulas: *Ren Shen Yang Rong Tang* que trata o deficiência geral de qì do coração e do sangue²⁴; *Tian Wang Bu Xin Dan*, que é indicado para deficiência de yín de coração e rins²⁵; *Gu An Xin Shen Wan*, que também é utilizado para tratar vazio (deficiência) de coração e rins²².

Ao considerar cada uma dessas fórmulas*, vemos que por volta de 1773, o significado de Bēi dìe tinha se tornado intimamente ligado com o coração e, em certa dose, aos rins, e incluem sintomas de

* Para obter uma lista completa dos ingredientes de todas as fórmulas e suas indicações veja o Apêndice A.

ansiedade, medo, tristeza, dor, insônia e falta de apetite. Em 1839 *Lei Zheng Zhi Cai* retém a maior parte da definição do *Za Bing* do núcleo de *Bēi diè*, excluindo-se apenas a especificação da deficiência de sangue do coração como a origem da doença. O *Lei Zheng* também interessantemente escolhe para abordar a semelhança básica entre o *Bēi diè* e a síndrome *diān* (vontade de se recolher, esconder). O *Bēi diè*, segundo o que explica o texto, não deve ser tratada como um tipo de vazio (deficiência) mesmo sob circunstâncias de qualquer tipo de *diān*, e deve ser tratada primariamente com a fórmula *Ren Shen Yang Ying Tang*, o qual primariamente supre o qì do sangue²³. As outras duas fórmulas do *Za Bing* não são mencionadas no *Lei Zheg*.

Na discussão contínua de *Bēi diè*, outros intérpretes do *Shang Han Lun* da dinastia Ming e Qìng promovem excelentes perspectivas diagnósticas. Em Ming, Wang Ken Tang aborda a descrição de pulsos específicos de *Bēi diè*, afirmando que o pulso *Bēi* é profundo e perde a força, enquanto o de *diè* é fraco (deslizante, tênue) e ligeiro (pequeno). Quando existem ambos *bēi* e *diè*, continua ele, resultam danos de vazio (deficiência) de ambos, *yīn* e *yáng*²¹. Cheng Yīng Hao, escrevendo na dinastia Qìng, dá um passo para aprofundar a discussão estendendo o significado emocional do pulso de *Bēi diè* no reino da expressão física. Nesta interpretação, *diè* é a contração da cabeça e dos membros e *bēi* é a falta de força e aumento da inabilidade. Em contraste, a cabeça em *gāo* (exuberância de *wèi qì*) e os membros em *zhāng* (exuberância de *yíng qì*) para frente. O pulso em cada condição reflete a expressão física externa, com o pulso recua ao toque do Acupunturista em *bēi diè* e se estende em *gāo zhāng*. A habilidade de diferenciar pulsos específicos não é tão importante como a habilidade de reconhecer as expressões externas básicas destas condições,

afirma Cheng. Além do mais, continua ele, mesmo um pulso muito yáng pode ter esta qualidade retraída de *bēi diè*, como um pulso yīn pode ter uma qualidade de movimento exterior de *gāo zhāng*²¹. Seguindo o exemplo de Cheng, Zhang Nan continua a expandir a compreensão da expressão física de *bēi diè* sugerindo que no *bēi diè* os músculos estão soltos e finos e o pulso é relativamente inativo (inexistente). Após a Dinastia Qing até os tempos atuais não houve nenhum acréscimo ou novas interpretações originais no campo da discussão sobre o significado de *bēi diè* e seus tratamentos.

Continuação desse artigo na próxima edição



Vergonha, Depressão e *Bēi díe* na Cultura e Medicina Chinesa

PARTE II

