

O MEDO - 恐 - KONG

O MEDO E OS RINS

O medo corresponde aos Rins. O movimento de sopros característico do medo é a perversão do movimento do elemento Água.

É normal experimentar medo e temor: sábio temor e bem-vinda prudência, que fazem medir as conseqüências de uma ação. É o movimento da Água que retém no interno, atrai para baixo para manter solidamente as bases da vida. Mas se o movimento não é corretamente equilibrado pelos outros, se ele é muito intenso, então é o desabamento sem moderação, a descida sem controle. Já não é a imobilidade saudável que tudo contém, mas, sim, a ausência de reação e de retenção. Fica-se desnordeado, tudo desmorona e desaba; não se sabe onde nem quando tentar parar. A iniciativa tornou-se como que impossível e tudo se esquiva, tudo parece irremediável e perdido de antemão. O medo é uma emoção que corrói pouco a pouco a alegria de viver, o sentimento de pertencer com confiança à vida. Ela mina a base, atacando os Rins que são a fundação, o fundamento da vida.

Assim, o medo que nos pega brutalmente desequilibra em nós o movimento da água, dos Rins. Inversamente, uma deterioração lenta dos Rins pode levar a um estado psicológico de temor, de medo:

“O medo (*kong* 恐) prejudica os Rins” (Suwen 5)

“Quando os sopros do Shaoyin do pé, Rins, estão em insuficiência, inclina-se ao medo (*shan kong* 善恐), o Coração está temeroso (*xin ti ti* 心惕惕) como um homem quase a ser apreendido.” (Lingshu 10)

A insuficiência do meridiano dos Rins conduz a uma diminuição das essências e dos sopros dos Rins. Os sopros já não conseguem apoiar o trabalho sobre as essências; as essências já não conseguem sustentar o renovamento dos sopros e a riqueza do sangue e dos líquidos. Os Rins perdem seus espíritos, a vontade, eles já não dão fundamento e segurança. Ao mesmo tempo, a conseqüente falta de sangue no Fígado acarreta uma agitação nervosa, uma ansiedade permanente. Encontra-se aqui uma característica da patologia do Shaoyin pé: o yin se desregula gerando frio ou imobilidade; e, ao mesmo tempo, aparece uma instabilidade, uma impossibilidade de parar ou repousar. É a pessoa extremamente extenuada, mas incapaz de ‘se repousar’ cinco minutos sobre uma cadeira, seu espírito não mais sabe se fixar, nem seu corpo se manter tranquilo.

Os efeitos do medo

O medo repentino faz palpitar o Coração, que bate fortemente no peito. É o que mostra o carácter para o medo, *kong* 恐 : ter o Coração 心 que bate, exposto a repetidos golpes, como quando se constrói um obra 工 por meio de toques reiterados e de leves batidas 𠄎.

O desequilíbrio de sopros que resulta do medo é bem descrito no Suwen :

“Quando há medo, os sopros descem. [.....]

Quando há medo, as essências se retraem; retraindo-se as essências, o Aquecedor Superior se fecha; fechando-se o aquecedor superior, os sopros voltam para trás; os sopros voltando para trás, o Aquecedor Superior fica inchado. Assim os sopros não circulam.” (Suwen 39)

O medo repentino, inesperado, é como um golpe no meio do ventre que desassocia os sopros e as essências, perturbando assim a aliança harmoniosa do yin e do yang. Os sopros, que já não são fixados pelas essências, se precipitam em direção ao alto e obstruem o Aquecedor Superior. Sua contracorrente ascendente bloqueia as descidas, estorva a distribuição dos sopros, impede a circulação deles; o que faz com que o Aquecedor Superior esteja congestionado, fechado e inflado. A desordem nos sopros no nível do peito, onde se elabora a consciência, resulta em palpitações, em agitação e pânico. De seu lado, as essências – ou seja, a expressão corporal do yin: líquidos, substâncias... etc. – já não são mantidas pelos sopros e caem. A falta de sopros no Aquecedor Inferior é análoga a uma fraqueza do yang dos Rins; as aberturas e fechamentos dos orifícios inferiores já não são governados, as matérias já não são retidas; o que explica os relaxamentos dos esfíncteres que se observa em caso de grande medo.

Em baixo, no domínio dos Rins, não há mais sopros, há um vazio de yang. Em cima, no domínio do Coração, não há mais essências, há um vazio de yin.

Assim, o movimento dos sopros é perturbado pelo medo de tal forma que os sopros não mais asseguram o equilíbrio entre a subida e a descida. Em consequência, a relação entre o Coração e os Rins, o Fogo e a Água, já não é assegurada. O grande eixo da vida, entre origem e expressão consciente da vida pessoal, está perturbado.

Um yin sem yang

Poder-se-ia dizer que o medo esvazia o yin do yang que deve normalmente residir em seu seio. Da mesma forma em que o trigramma da água, kan 坎, se compõe de uma linha (contínua) entre duas linhas yin (partidas), o elemento Água, representado pelos Rins, é normalmente uma água animada de uma corrente, de essências trabalhadas pelos sopros; o que encontramos na aliança do yin e do yang dos Rins. O medo desenraiza o yang, pulsa os sopros em direção ao alto, os tornando incapazes de continuar a habitar o baixo e as essências dos Rins.

Ao inverso, o trigramma do fogo, li 離, se compõe de uma linha (partida) entre duas linhas yang (contínuas). O Fogo, representado pelo Coração, é normalmente uma potência de circulação e de aquecimento, expressa na substância do sangue. A alacridade (*xi* 喜) destrói a presença do yin, a possibilidade de guardar no interno, vazio de yin que acarreta finalmente um vazio de sopros.

Ruptura das comunicações entre Coração e Rins

O medo é então a ruptura das comunicações benéficas entre alto e baixo, entre Coração e Rins. As essências, privadas de dinamismo, já não se elevam. Os Espíritos do Coração, não mais gozando do suporte das essências dos Rins, se desviam, se afobam e a conduta é insensata. Já não há acesso à memória, não há retorno possível a um pensamento construído através do Baço; não há análise correta da situação graças ao Fígado, mas apenas uma urgência de fugir.

Sobretudo, já não há do que sustentar os espíritos vitais, esta sutil aliança, renovada sem cessar, de essências e de espíritos (*jing shen* 精神). Quando as essências já não conseguem tornar presentes os espíritos, aí então são a clareza e a pertinência da consciência e dos pensamentos, das reações, dos julgamentos e das condutas que se desviam.

Os movimentos do corpo não mais são comandados pela consciência: se os sopros estão fracos, as pernas – e mesmo todo o corpo – já não conseguem se mover. Não pode haver vontade real de mexer, uma vontade governada e potente não pode existir, pois os Rins estão fracos e não mais se comunicam com o Coração; não há circulações de sopros suficientes para efetuar o movimento. É frequentemente impossível determinar quanto é da fraqueza da vontade e quanto é da fraqueza dos sopros, pois é um todo, é a mesma fraqueza dos Rins que se expressa.

Se os sopros estão fortes, ou pulsados em direção ao exterior, eles agitam os membros da mesma maneira como fazem palpitar o Coração; foge-se, corre-se, mas não importa para onde, pois a consciência não mais esclarece a conduta.

Opõe-se o temor que faz tremer e a paz que regozija o Coração. Medo e temor são a insegurança, a ausência da tranquilidade, o desaparecimento da alegria de viver.

Esta ruptura pode vir de uma emoção violenta, causada por um choque exterior. Ela pode também vir de uma degradação lenta, mas inexorável, de um estado psicológico. Ela é por vezes o resultado de um estado psicológico de fraqueza.

“Em caso de bloqueio (*bi* 痺) no Coração, os *mai* já não circulam com facilidade; se há mal estar sob o Coração, isto faz como um tambor; há subida brutal de sopros e dispnéia; a garganta está seca e tem-se a tendência a eructar; quando os sopros em refluxo (*jue qi* 厥氣) sobem, há medo.” (Suwen 43)

Os sopros em refluxo são os sopros que já não atingem os lugares onde eles deveriam funcionar. Se há uma contracorrente ascendente do Coração, isto significa que o que deveria descer, a partir do Coração, é impedido de fazê-lo. A troca entre Coração e Rins se encontra então comprometida. Os Rins, não mais recebendo a impulsão do fogo do Coração, perdem sua força e não mais dominam sua vontade própria: o medo se apodera de um Coração que se tornou incapaz de se conduzir como mestre.

Pode, igualmente, existir aí um vazio: o Fogo do Coração vai gastar até os sopros, os “devorar”, causar um vazio, que deixará o frio e a Água dos Rins ganharem todos os estágios do tronco; o medo se instala então em um Coração que está como congelado.

Os efeitos de um medo violento

“Palavras cheias de furor (*kuang yan* 狂言), sobressaltos convulsivos (*jing* 驚), tendência a rir, gostar de cantar alegremente, fazer coisas insensatas (*wang xing* 妄行), sem trégua: isto se contrai por um grande medo (*da kong* 大恐). Trata-se nos Yangming, Taiyang e Taiyin da mão.” (Lingshu 22)

Um medo violento e repentino bloqueia os sopros no Aquecedor Superior, onde um yang muito forte perturba o Coração e perturba seu funcionamento: as palavras já não são serenas e justas, o riso já não é saudável, a doença dos Rins se transmitiu para o Coração. O bloqueio sentido no peito e no diafragma leva a cantar para expandir os sopros; canta-se com uma espécie de excitação alegre devido ao excesso de yang do Coração. Pela mesma razão, o mental está agitado e incerto; se está inclinado a atividades incessantes, porém desordenadas, irracionais.

O tratamento indicado no Lingshu visa dispersar a plenitude patológica no peito e clarificar o calor resultante do bloqueio de sopros, assim como sustentar os Rins.

O medo que se elabora pouco a pouco

Um sentimento, uma tendência pode facilmente degenerar e conduzir a uma verdadeira patologia. O Lingshu, cap. 8, descreve como tal evolução leva a um medo que se instala nas menores fibras do ser:

“Quando o Coração é acometido pela apreensão e pela ansiedade, pelos pensamentos obsessivos e pelas preocupações, os espíritos ficam prejudicados. Prejudicados os espíritos, sob o efeito do medo e do temor (*kong ju* 恐懼), o indivíduo perde a posse de si mesmo, as formas arredondadas se descarnam e a massa da carne fica devastada.”

Ser metucioso e consciencioso, temer fazer mal, não estar à altura, cometer um erro, não é em si patológico, se isto não se tornar obsessivo. Mas, se, pouco a pouco, todo pensamento é ocupado pela apreensão de falhar, se o indivíduo teme constantemente que algo ruim ou perigoso vai acontecer; então é todo o funcionamento do mental que está perturbado. Já não há liberdade no pensamento, pois não se consegue destacar-se de suas inquietações, das quais se está sempre à espreita. O Baço está incapaz de funcionar corretamente, bloqueado pelas preocupações ansiosas; ele não mais permite os deslizamentos e mutações do pensamento, ele já não distribui os líquidos e nutrientes que nutrem as carnes e a forma corporal.

Mas o dano é mais profundo; o desgaste do Baço se aprofunda nos Rins, que estão enfraquecidos por este medo crescente. Os Rins prejudicados, as essências perdem sua qualidade e os espíritos não mais podem estar presentes. Então o indivíduo perde posse de si próprio, não se reconhece mais como si próprio. O medo torna o indivíduo incapaz de fazer retorno a si, à sua base e à sua origem. Ele empobrece a fonte da vida e torna impotentes as essências comandadas pelos Rins. Os espíritos já não têm morada e repouso; eles não mais conseguem, pela presença deles, suscitar os espíritos vitais (*jing shen* 精神) que são a expressão de uma vida pessoal real, autêntica. Os espíritos do Coração já não conseguem irradiar, conseqüência destes enfraquecimentos sucessivos, deste encolhimento sobre o baixo: enterra-se, não mais se mostra à luz e a luz não se mostra mais.

O temor, *ju* 懼, é o sentimento interior (= 心 o coração) similar àquele dos pequenos pássaros 雀 que abrem grandes olhos temerosos 目 para manter a vigilância necessária à sua conservação : temor, inquietude, recear.

“Sob o efeito do medo e do temor (*kong ju* 恐懼) dos quais não se consegue se livrar, as essências ficam prejudicadas. Prejudicadas as essências, os ossos são tomados por uma dor surda, a impotência vai até o refluxo. Por vezes, as essências descem por si mesmas.”(Lingshu 8)

O medo se enraíza, o dano persiste; as essências dos Rins são deterioradas; elas já não dão robustez e riqueza aos ossos e à medula; elas já não sustentam os líquidos e o sangue que nutrem os movimentos musculares, de onde surgem as impotências - que englobam todas as formas de paralisias flácidas, mas também a impotência sexual. Elas já não permitem a renovação dos sopros dos Rins (refluxo)¹, deixando as substâncias vitais se perderem, como na espermatorréia.

O medo se torna um medo de viver, pois a vontade de viver ela própria está minada.

O MEDO E FÍGADO/VESÍCULA

O medo invade o Fígado-Madeira, que não mais encontra do que tomar seu impulso sobre uma base (Rins – Água) deficiente. Ele se opõe então ao ardor impetuoso do Fígado, à coragem viril da Vesícula Biliar.

“Quando os sopros do Fígado estão em vazio, há medo (*kong* 恐).” (Lingshu 8)

“Quando o Fígado está doente: dor sob as costelas dos dois lados, irradiando para o baixo ventre; tendência a se encolerizar.

Em caso de vazio, a vista se perturba, o olho não mais enxerga, a orelha não mais escuta. Tem-se medo facilmente (*shan kong* 善恐), como um homem quase a ser apreendido (*ren jiang bu zhi* 人將捕之).

Trata-se nos meridianos Jueyin e Shaoyang.” (Suwen 22)

O Fígado e a Vesícula já não são nutridos pelo yin dos Rins; eles perdem sua força, e sucumbem a uma agitação muito profunda que vem da ausência de essências dos Rins. Como o mal vem da fraqueza dos Rins, esta agitação se manifesta como uma inquietude constante, o sentimento permanente de estar sendo perseguido, sinal de uma deficiência grave da Vesícula, acometido pela fraqueza e pela covardia.

O medo faz parte dos sintomas da patologia pelo vazio da Vesícula Biliar:

¹ Chama-se "flexão" ou "refluxo" *jue* 厥 uma fraqueza, um vazio no interno que faz com que o que deveria ser distribuído, a partir deste interno, já não consiga atingir todos os territórios que deveria percorrer. A carência assim criada deixa livre o terreno para a intrusão do perverso. Aqui, este refluxo pode ser um esfriamento, começando nas extremidades dos Quatro membros.

“Doença da Vesícula Biliar: tem-se tendência a tomar grandes respirações; a boca está amarga, vomita-se sucos, angústias sob o Coração (*xin xia dan dan* 心下澹澹), tem-se medo como um homem a ponto de ser apreendido (*kong ren jiang bu zhi* 恐人將捕之); há obstáculos e barulhos roucos na garganta e escarra-se frequentemente.” (Lingshu 4)

A incapacidade dos Rins de sustentarem o impulso vital da Madeira se traduz por uma fraqueza destes sopros, e mais particularmente no seu aspecto yang: a Vesícula Biliar. O que falta então é o ardor generoso, a coragem de avançar, a capacidade de “lançar-se”; quando ela está gravemente ausente, o equilíbrio do mental nada mais tem de ativo e já não ousa nada. A patologia do elemento mãe (Água) se transmite assim ao filho (Madeira).

Um dano ao Jueyin do pé, meridiano do Fígado, pode assim acarretar estados mentais cheios de medo e de temor, sinal da insuficiência dos sopros do Fígado e da fraqueza dos Hun².

O MEDO E O ESTÔMAGO/BAÇO

“O estômago faz os sopros em contracorrente (*qi ni* 氣逆), as eructações (*yue* 噯) e os medos (*kong* 恐).” (Suwen 23)

Se o calor se instala no Estômago, um efeito possível da contracorrente assim induzida é de esvaziar o baixo para congestionar o alto, e criar então uma situação análoga àquela do medo.

“Quando o Baço é anexado (ocupado indevidamente), inquieta-se (*wei* 畏). (Suwen 23)

“Quando há medo (*kong* 恐), os sopros do Baço encavalam (*cheng* 乘 usurpam os dos Rins).” (Suwen 19)

Quando o centro, o elemento Terra correspondente ao Baço/Estômago, está vazio, ele não mais atua corretamente seu papel de intermediário entre o alto e o baixo, de centro rotatório das trocas entre os órgãos. Se o frio se instala, ele não consegue resistir à invasão pelos perversos da água, ou seja, ao movimento dos Rins que atrai com muita força as essências em direção ao baixo, fazendo refluir os sopros em direção ao alto. É o ciclo de contra-dominância, no qual o Baço é atacado pelo que ele deveria dominar: os Rins. A Água desequilibra a Terra, elemento que deveria normalmente controlá-la.

² Cf por ex. Suwen 36.

O MEDO PROTEIFORME

O medo pode vir de múltiplas causas e enfraquecer diferentes órgãos. O Suwen 21 dá um uma visão geral, que nos servirá de conclusão:

“No homem, o pavor e o medo (*jing kong* 驚恐), a irritação e a fadiga (*hui lao* 恚勞), a agitação ou a tranquilidade (*dong jing* 動靜), todos provocam alterações.

Assim então, se o indivíduo se ativa de noite, a dispnéia (*chuan* 喘) sai dos Rins, os sopros desregrados (*yin qi* 淫氣) tornam o Pulmão doente.

Se o medo (*kong* 恐) é devido a uma queda, a dispnéia sai do Fígado, os sopros desregrados danificam o Baço.

Se o medo é devido ao pavor, a dispnéia sai do Pulmão, os sopros desregrados prejudicam o Coração.

Se o indivíduo atravessa um rio e cai, a dispnéia sai dos Rins e dos ossos.

É por isso que tudo depende das circunstâncias: se o indivíduo é corajoso (*yong* 勇), os sopros circulam e isto é tudo; mas se está covarde, eles se demoram, o que acarreta doenças. Assim diz-se: O método (*dao* 道) para diagnosticar as doenças consiste em observar a coragem ou a covardia do paciente, os ossos e as carnes, as camadas da pele, a fim de poder conhecer suas disposições íntimas (*qing* 情). Eis a regra do diagnóstico.” (Suwen 21)

O Fígado tem a maestria sobre a atividade muscular e os Rins, sobre os ossos. Uma queda lesa músculos e os ossos. O medo faz desabar os sopros dos Rins. A Água já não consegue gerar a Madeira; o yang do Fígado já não está equilibrado e ele sobe em contracorrente, perturbando o Pulmão em sua passagem. A dispnéia, expressa no Pulmão, tem sua origem no Fígado, duplamente prejudicado no yin pela queda: no sangue dos músculos e no empobrecimento do yin que lhe vem dos Rins. A contracorrente do Fígado danifica o Baço, de acordo com o processo habitual.

O Coração entesoura os espíritos. De acordo com o Suwen cap. 39, em caso de pavor, de terror (*jing* 驚), os espíritos não mais têm onde se reportar, a desordem se instala nos sopros do peito. O Pulmão é o mestre dos sopros; se seus sopros se colocam em contracorrente ocasiona-se a dispnéia. O medo prejudica os Rins, e, em contragolpe, o Coração, pois há a subida perversa e com força do frio da Água dos Rins.

Se o indivíduo é corajoso, bravo, os sopros circulam e não há desenvolvimento de sintomas ou de doenças. Não se está perturbado no centro. Mas se o indivíduo é covarde, e os sopros da Vesícula são muito fracos para dar a orientação justa, há menos forças corretas para se opor ao movimento perverso dos sopros.

No diagnóstico é fundamental conhecer as disposições íntimas, os sentimentos do paciente. Isto permite saber não apenas quais são os movimentos de sopros perturbados, mas também como os sopros, que se toca pelo tratamento, vão reagir.