

Michael Odoul

**Diga-me
Onde dói
e eu te direi
por quê**



<http://groups.google.com.br/group/digitalsource>

Michael Odoul

Diga-me Onde dói e eu te direi por quê

"Na medicina oriental, a doença é testemunha de um obstáculo para a realização do Caminho da Vida. Assim, a consciência exprime, por meio de problemas ligados à energia que geram doenças, os entraves ao seu desenvolvimento pleno. Parece, então, mais lógico compreender os mecanismos psicoenergéticos que estão por trás da doença a fim de recobrar a saúde.

Por esta razão, este livro representa um manual prático perfeito para o uso de todos aqueles que procuram a chave para decodificar a linguagem do corpo. Graças à leitura, aprenderemos talvez a ver a doença não como um episódio do acaso ou da fatalidade, mas como uma mensagem da nossa consciência, do nosso ser interior. Seremos capazes talvez de descobrir por trás de determinado sofrimento uma doença 'criativa' um meio de progressão na nossa evolução."

Dr. Thierry Médynski

OBS.: A diagramação original do livro foi mantida porque há diversas citações no texto remetendo à páginas específicas, o que acarretou manter páginas em branco.

Atente para esse detalhe se for modificar esta diagramação.



<http://groups.google.com.br/group/digitalsource>

Esta obra foi digitalizada pelo grupo Digital Source para proporcionar, de maneira totalmente gratuita, o benefício de sua leitura àqueles que não podem comprá-la ou àqueles que necessitam de meios eletrônicos para ler. Dessa forma, a venda deste e-book ou até mesmo a sua troca por qualquer contraprestação é totalmente condenável em qualquer circunstância. A generosidade e a humildade é a marca da distribuição, portanto distribua este livro livremente.

Após sua leitura considere seriamente a possibilidade de adquirir o original, pois assim você estará incentivando o autor e a publicação de novas obras.



<http://groups.google.com.br/group/digitalsource>

[http://groups.google.com/group/Viciados em Livros](http://groups.google.com/group/Viciados_em_Livros)

Do original:

Dis-moi ou tu as mal, je te dirai pourquoi.

Tradução autorizado do idioma francês da edição publicado por Editions Albin Michel

Copyright @ 2002, Editions Albin Michel

@ 2003 Elsevier Editora Ltda.

Todos os direitos reservados e protegidos pelo lei 9.610 de 19/02/98

Nenhuma parte deste livro, sem autorização prévio por escrito da editora,

poderá ser reproduzido ou transmitido sejam quais forem os meios empregados:

eletrônicos, mecânicos, fotográficos, gravação ou quaisquer outros.

Editoração Eletrônica

Futuro

Copidesque

Marcelo Maldonado Cruz

Revisão Gráfico

Edna Cavalcanti

Projeto Gráfico

Elsevier Editora Lido.

A Qualidade do Informação

Rua Sete de Setembro, 111 -16º andar

20050-006 Rio de Janeiro RJ Brasil

Telefone: (21) 3970-9300 FAX (21) 2507-1991

E-mail: info@elsevier.com.br

Escritório São Paulo

Rua Quintana 753 -8º andar

04596-011 -Brooklin -São Paulo -SP

Telefone:(11) 5105-8555

ISBN 13: 978-85-352-1231-0

ISBN 10: 85-352-1231-0

Edição original: ISBN 2-226-13105-1

Nota: Muito zelo e técnico foram empregados na edição desta obra. No entanto, podem ocorrer erros de digitação, impressão ou dúvida conceitual. Em qualquer dos hipóteses, solicitamos o comunicação à nossa Central de Atendimento, para que possamos esclarecer ou encaminhar a questão. Nem a editora nem o autor assumem qualquer responsabilidade por eventuais danos ou perdas o pessoas ou bens, originados do uso desta publicação.

Central de atendimento

Tel:0800-265340

Rua Sete de Setembro, 111, 162 andar -Centro -Rio de Janeiro

e-mail: info@elsevier.com.br

site: www.campus.com.br

C/P-Brasil.Catálogo-na-fonte.

Sindicato Nacional dos Editores de Livros,RJ

023d Odoul, Michel

Digo-me onde dói e eu te direi por quê: os gritos do corpo

são os mensagens das emoções/Michel Odoul; tradução de

Ana Bana –Rio de Janeiro: Elsevier,2003 -10. reimpressão

Tradução de: Dis-moi ou tu as mal, je te dirai pourquoi

ISBN 85-352-1231-0

1. Corpo humano -Aspectos psicológicos. 2. Corpo e mente.

3. Medicina holística.

I. Título.

03-0611

CDD 616.08

CDU 616-056.3

A esse Mestre Interior que sabe ser
nossa inspiração quando deixamos
que a vida viva e respire dentro de nós...

Prefácio

Na medicina ocidental, determinado terreno genético predispõe a determinada doença. Esta predisposição pode ser congênita (ALH - Antígenos dos Leucócitos Humanos) ou adquirida (mutação cromossômica). No Oriente, a doença é testemunha de um obstáculo para a realização do Caminho da Vida. Assim, a consciência exprime, por meio de problemas ligados à energia que geram doenças, os entraves ao seu desenvolvimento pleno.

Essas duas visões não são necessariamente incompatíveis, sobretudo quando sabemos que no camundongo, por exemplo, as experiências em que o estresse é provocado podem gerar alterações cromossômicas. É por isso que, apresentando exatamente o mesmo terreno genético, um indivíduo manifestará a doença enquanto outro permanecerá são.

Na ausência de manipulações genéticas complexas e ousadas, parece-nos mais simples, mais lógico e menos dispendioso (nesta época de orçamentos restritos) compreender os mecanismos psicoenergéticos que estão por trás da doença a fim de recobrar a saúde.

Por essa razão, este livro representa um manual prático perfeito para o uso de todos aqueles que procuram a chave para decodificar a linguagem do corpo. Com a sua leitura, aprenderemos talvez a ver a doença não como um episódio do acaso ou da fatalidade, mas como uma mensagem da nossa consciência, do nosso ser interior, do nosso Mestre Interior. Seremos capazes talvez de descobrir por trás de determinado sofrimento uma "doença criativa", que viria a significar um meio de progressão na nossa evolução.

Ao nos revelar clara e simplesmente os mecanismos psicoenergéticos que regem a organização do macrocosmo e do microcosmo segundo a abordagem taoísta, o autor nos guia em uma descoberta do sentido em função da localização do sintoma. Ele nos apresenta o fruto da sua Experiência em relação ao delicado problema da lateralidade dos sintomas. Para mim, esta questão foi, durante muito tempo, um assunto vasto, cheio de interrogações que eram raramente abordadas ou que eram mesmo obscurecidas por conclusões contraditórias. A resposta que este livro trouxe tomou mais clara a minha experiência com a doença como paciente, como se ela pudesse oferecer um guia precioso no exercício da medicina. Parece-me muito mais justo que ela esteja de acordo com a visão das tradições ocidentais assim como foi mostrada, por exemplo, por Annick de Souzenelle.

No entanto, essa iniciativa tem um preço, pois nos custa crescer e adquirir nossa responsabilidade e nossa liberdade. É a esse preço que a vida ganha todo o seu sentido, mas para isso é necessário que renunciemos a nos refugiar atrás da imagem todo-poderosa do médico "salvador-curador".

Este livro também pode ser útil para os médicos que desejam ampliar seu campo de consciência para além de uma simples abordagem mecanicista do homem para, então, guiar todo ser no entendimento e na realização do seu caminho. Como o objetivo maior do século XXI reside na reconciliação dos opostos, talvez possamos sonhar com o dia em que medicina alopática, homeopatia, acupuntura, abordagem psicossomática e medicina oriental (ou pelo menos os princípios filosóficos subjacentes) convivam harmoniosamente.

Doutor Thierry Médyński
Médico homeopata e psicossomata,
é co-autor de *Psychanalyse et ordre mondial*

Sumário

Introdução..... 19

Primeira Parte

ALGUNS DADOS FILOSÓFICOS.

O QUE PODE SER O JOGO DA VIDA? 23

O processo de encarnação..... 24

O Caminho da Vida ou a Lenda Pessoal 25

O Céu Anterior e o Céu Posterior 28

 O Céu Anterior 28

 O Céu Posterior 33

O Consciente e o Não-Consciente..... 36

 O Não-Consciente 36

 O Consciente: densificação e liberação das energias 40

As traduções fisiológicas 51

As tensões psíquicas e psicológicas 52

Os traumatismos do corpo e dos membros 53

As doenças orgânicas e psicológicas..... 55

Os atos "falhos" 57

O efeito espelho 59

Segunda Parte

COMO É QUE ISSO ACONTECE?

COMO UNIR AS COISAS DENTRO DE NÓS? 65

O Conceito do "Homem entre o Céu e a Terra" 65

As energias Yin e Yang no homem.....	65
Como as energias funcionam, se estruturam e se Equilibram.....	76
Como as energias circulam em nós (os meridianos).....	80
As repartições Yin/Yang dentro do corpo.....	84
O baixo e o alto	84
A direita e a esquerda	86
O profundo e o superficial	86
O que é que une as coisas dentro de nós (os meridianos e os Cinco Princípios)?	87
O Princípio do Metal.....	88
*O meridiano do Pulmão (signo astrológico chinês do Tigre)	89
*O meridiano do Intestino Grosso (signo astrológico chinês da Lebre).....	90
O Princípio da Terra.....	90
*O meridiano do Estômago (signo astrológico chinês do Dragão)	91
*O meridiano do Baço e Pâncreas (signo astrológico chinês da Serpente).....	91
O Princípio do Fogo	92
*O meridiano do Coração (signo astrológico chinês do Cavalo).....	93
*O meridiano do Intestino Delgado (signo astrológico chinês da Cabra).....	93
*O meridiano do Mestre do Coração (signo astrológico chinês do Cachorro)	94
*O meridiano do Triplo Aquecedor (signo astrológico chinês do Porco).....	95
O Princípio da Água.....	96
*O meridiano da Bexiga (signo astrológico chinês do Macaco)	97
*O meridiano do Rim (signo astrológico chinês do Galo).....	97

O Princípio da Madeira	98
*O meridiano da Vesícula Biliar (signo astrológico chinês do Rato)	99
*O meridiano do Fígado (signo astrológico chinês do Boi)	100

Terceira Parte

ESTADO DOS LUGARES

MENSAGENS SIMBÓLICAS DO CORPO.....	101
------------------------------------	-----

Da utilização de cada órgão ou parte do corpo.....	101
--	-----

Para que servem as diferentes partes

Do nosso corpo?.....	106
----------------------	-----

O esqueleto e a coluna vertebral	107
---	-----

Os males do esqueleto e da coluna vertebral	109
---	-----

A escoliose.....	112
------------------	-----

Os membros inferiores	114
------------------------------------	-----

Os males dos membros inferiores.....	115
--------------------------------------	-----

O quadril	115
------------------------	-----

Os males do quadril	116
---------------------------	-----

O joelho	118
-----------------------	-----

Os males do joelho.....	119
-------------------------	-----

O tornozelo	121
--------------------------	-----

Os males dos tornozelos.....	121
------------------------------	-----

O pé	123
-------------------	-----

Os males do pé.....	123
---------------------	-----

Os dedos do pé	125
-----------------------------	-----

Os males dos dedos do pé.....	125
-------------------------------	-----

O dedo grande do pé (o "polegar" do pé)	126
---	-----

O segundo dedo do pé (o "indicador" do pé)	126
--	-----

O terceiro dedo do pé (o dedo "médio" do pé).....	126
---	-----

O quarto dedo do pé (o "anular" do pé).....	126
---	-----

O dedo pequeno do pé (o dedo mínimo do pé)	127
---	-----

A coxa, o fêmur	127
------------------------------	-----

Os males da coxa e do Fêmur.....	127
----------------------------------	-----

A panturrilha, a nota e o perônio	129
--	-----

Os males da panturrilha, da tíbia ou do	
Perônio	130
Os membros superiores	132
Os males dos membros superiores	133
O ombro	134
Os males do ombro.....	134
O cotovelo	135
Os males do cotovelo	136
O punho	137
Os males do punho	138
A mão	139
Os males da mão	140
Os dedos	142
Os males dos dedos	142
O polegar	142
O indicador	143
O dedo médio	144
O anular.....	144
O dedo mínimo.....	144
O braço (bíceps e úmero)	144
Os males do braço	145
O antebraço, o cúbito e o rádio	146
Os males do antebraço,do cúbito e do rádio	147
A nuca	147
Os males da nuca.....	148
O tronco	149
PARA QUE SERVEM OS NOSSOS DIFERENTES ÓRGÃOS?	150
O sistema digestivo.....	151
Os males do sistema digestivo.....	152
O estômago	152
Os males do estômago	152
O baço e o pâncreas	153
Os males do baço e do pâncreas	153
O fígado	155
Os males do fígado	156
A vesícula biliar	157
Os males da vesícula biliar	157

O intestino delgado	158
Os males do intestino delgado	158
O intestino grosso	158
Os males do intestino grosso	159
O sistema respiratório	159
Os males do sistema respiratório	160
Os pulmões	160
Os males dos pulmões.....	161
A pele	163
Os males da pele.....	165
O sistema urinário.....	166
Os males do sistema urinário.....	167
Os rins	167
Os males dos rins	167
A bexiga	168
Os males da bexiga.....	168
O sistema circulatório	169
Os males do sistema circulatório	170
O coração	170
Os males do coração	171
O sistema venoso	171
Os males do sistema venoso	171
O sistema arterial	172
Os males do sistema arterial	172
O sistema nervoso.....	173
O sistema nervoso central	173
Os males do sistema nervoso central.....	173
O cérebro	174
Os males do cérebro.....	175
A medula espinhal	176
Os males da medula espinhal.....	177
Os nervos	177
Os males dos nervos.....	177
O sistema nervoso autônomo	178
Os males do sistema nervoso autônomo	178
O sistema reprodutor	179
Os males do sistema reprodutor.....	180

As outras partes do corpo e os seus males particulares.....	181
O rosto e os seus males.....	181
Os olhos e os seus males	182
As orelhas e os seus males.....	183
A boca e os seus males	184
O nariz e os seus males.....	185
A garganta e os seus males.....	186
As alergias.....	187
As inflamações e as febres	188
As doenças auto-imunes	188
As vertigens.....	189
A espasmofilia	190
Os quistos e os nódulos	190
O excesso ou o ganho de peso.....	190
A bulimia.....	191
A anorexia.....	191
O lumbago.....	192
A ciática	192
As dores de cabeça e a enxaqueca.....	193
Os cabelos	193
O câncer, os tumores cancerosos	194
A deficiência física ou mental.....	195
 Conclusão.....	 199

ADVERTÊNCIA

Todos os exemplos citados neste livro são reais. No entanto, para proteger o anonimato, as pessoas foram identificadas apenas por seus primeiros nomes, nomes esses modificados por elas mesmas. Qualquer semelhança com alguém que tenha o mesmo nome e viva a mesma situação é, provavelmente, sinal de que as informações contidas neste livro são corretas, mas, de maneira alguma., apontam alguém especificamente.

“Nenhum homem pode lhe revelar nada”, a não ser o que já repousa meio adormecido no despertar do seu conhecimento... ”

Khalil Gibran

Introdução

"Vivemos numa época moderna", diz um conhecido locutor de rádio. A comunicação e seus meios nunca estiveram tão desenvolvidos, poderosos e "performáticos" como na época em que vivemos. A imagem do homem moderno é a do "executivo dinâmico", sentado atrás da sua mesa do escritório sobre a qual os telefones (convencional e celular), o fax, o "Minitel" (terminal de videotexto) e o microcomputador representam os acessórios do poder de comunicação com o mundo inteiro e a todo instante.

No entanto, o quadro está longe de ser tão idílico quanto esse. Essa comunicação é, de fato, vazia na maioria das vezes e só entretém a sua própria ilusão (quando não é, aliás, praticada de maneira deliberada). Todos esses dispositivos não passam de próteses, de excrescências, compensadoras da nossa incapacidade de ser e de mudar verdadeiramente e que nos deixam enganar cada vez mais, ou então de transcender o nosso medo do outro. Basta constatar o sucesso fulminante do "Minitel" ou do correio eletrônico para nos convenceremos disso.

Nosso modo de vida atual, a onipresença e o poder soberano da mídia, a armadilha do materialismo, a aceleração permanente do nosso cotidiano nos levaram, pouco a pouco, a confundir vida com existência, vida com agitação, vida com frenesi. Isso ocorreu com o nosso consentimento implícito, até mesmo para satisfazer as nossas exigências. Sempre mais, sempre mais rápido, eis o nosso slogan, o nosso motivo condutor, mas para fazer o quê? Para acordar um dia doente ou deprimido, seja qual for a idade, e constatar tristemente que passou ao largo de si mesmo, ao largo da vida?

A nossa sociedade, a nossa educação e também uma certa facilidade atual nos levaram a procurar a satisfação de nossos desejos através do que nos é exterior. Aprendemos então a gerar, disciplinar, dominar, possuir ou comunicar-nos com esse exterior. Essa corrida desenfreada nos distancia de nós mesmos cada vez mais e nos esvazia do nosso próprio conteúdo. Somente a morte ou a doença nos coloca, por obrigação ou à nossa revelia, novamente diante de nós mesmos. Nesse momento, a confusão é grande.

Então, que homem é esse que nós descobrimos se olhando tristemente no espelho? O que significa esse corpo que nos faz sentir dor? Que ser é esse, quase desconhecido, que jaz aí na cama? Contudo, ele é nosso primeiro e único interlocutor verdadeiro. Aquele com o qual, na verdade, nunca falamos e que nem tivemos tempo de identificar, ou seja, nós mesmos! Essa descoberta é, pois, tão intolerável que pedimos ao nosso médico para nos dar algo que faça calar esse sofrimento que não deve acontecer em nossa vida. No entanto, se nós soubéssemos! Na realidade, esses males são somente os gritos desesperados que a vida e o nosso corpo enviam aos nossos ouvidos tapados, ensurdecidos por todo esse barulho que fazemos ao nos agitarmos. São sinais de alerta, testemunhas dos nossos desequilíbrios, mas não podemos ouvi-los e, menos ainda, compreendê-los.

A proposta desta obra é atenuar essa falta, fazendo com que nossos ouvidos se abram.

Vamos devolver o ser humano à sua ambiência e à sua globalidade. Vamos estudar as razões e as regras de funcionamento deste jogo extraordinário que é a vida. Vamos, enfim, aprender a identificar e a compreender nossas dores, tensões e sofrimentos, a fim de poder detectar a recepção da mensagem e de fazer o que for necessário para que isso mude.

Após inúmeros anos de prática de técnicas energéticas e, em particular, de shiatsu, pude constatar até que ponto o corpo de cada um de nós fala (grita mesmo) sobre o que realmente sofremos dentro de nós mesmos. Nossa realidade profunda, nosso inconsciente, nossa psique, nossa alma (o que cada um escolha), nos falam, nos dizem permanentemente o que vai mal. Mas não escutamos nem ouvimos. Por quê?

São dúbias as razões da nossa surdez. Para começar, não somos capazes, ou então não temos vontade, de prestar atenção nas mensagens "naturais" que nos são enviadas (sonhos, intuições, premonições, sensações físicas etc.).

Elas devem se tomar cada vez mais fortes e poderosas (doenças, acidentes, conflitos morte etc.) para que possamos, enfim, ouvi-las ou para nos obrigar a parar de uma maneira ou de outra. A segunda razão é que se não podemos, na maioria das vezes, evitar a dor (como fazer de outra maneira?), não sabemos decodificá-la, lê-la. Ela só pode servir, então, para interromper momentaneamente o processo inadaptado, mas não para compreendê-lo e mudá-lo radicalmente.

Ninguém nos ensinou de fato a traduzir tudo isso. Nossa ciência parcial separou o nosso corpo do nosso espírito. Ela o analisa, o diseca e o estuda como se fosse uma máquina e os nossos médicos, em sua maioria, tomaram-se excelentes mecânicos. Somos, tal qual marinheiros que recebem mensagens em Morse apesar de jamais tê-lo aprendido. O bip-bip incessante acaba sendo desagradável e nos constrangendo, nos incomodando. Apelamos para o mecânico de bordo para que bloqueie o sistema ou então, mais grave ainda, corte os fios para fazê-lo calar-se e conquistar, assim, uma paz aparente. Só que o bip-bip nos prevenia sobre a existência de uma rachadura no casco e de que teria sido necessário tapá-la.

É essa linguagem que aprenderemos a decodificar neste livro. Mas podemos também tentar compreendê-la. A meu ver, não me parece uma boa idéia simplesmente propalar que certa dor significa tal coisa. Isso seria praticar um sintomatismo elaborado. Creio ser importante explicar também por que isso funciona assim. É por esta razão que este livro está dividido em três partes bem distintas.

Na primeira, a minha proposta é uma abordagem filosófica global, holística do homem e da sua existência, colocando-os num conjunto coerente em que tudo se relaciona. Poderemos, assim, compreender melhor as "razões da escolha", relacionando a psique, a alma, a psicologia consciente e inconsciente ao corpo físico do qual já falamos.

Na segunda parte desta obra, vou buscar apoio na codificação taoísta das energias e reapresentar ao homem o seu meio energé-

tico. O Yin, o Yang, os meridianos de energia conhecidos pela acupuntura. Através deles, veremos como as coisas estão relacionadas entre si dentro de nós.

Na terceira e última parte, farei o "estado das coisas". Darei uma explicação simples sobre o papel de cada parte e órgão do nosso corpo. Mostrarei, enfim, que efeitos são produzidos por quais causas, ou seja, mostrarei a simbologia das mensagens do corpo.

"Aquele que tem uma idéia correta da providência não se coloca ao pé de uma parede que ameaça ruir."

Mong Tseu

PRIMEIRA PARTE

Alguns dados filosóficos. O que pode ser o jogo da vida?

A meu ver, é difícil compreender as relações entre o corpo e o espírito e, por isso, a significação dos males do corpo em relação às dores da alma, se não lançarmos um olhar mais abrangente sobre o homem e sobre a vida. Na realidade, se permanecermos na fase do homem "máquina", ou seja, feito de peças independentes e que podem ser trocadas em função dos progressos técnicos da ciência, as relações que vou estabelecer posteriormente ou mesmo as que foram feitas por outros autores nos vão parecer repletas de magia, de vidência ou de um imaginário puro e simples.

Pois é bem aí que o problema se situa, em saber como e por que relacionar as manifestações físicas, os sintomas, as doenças ou os acidentes ao que acontece, ao que se passa conosco. A observação mecanicista não pode fazê-lo porque o seu olhar está "grudado" demais no sintoma, o seu campo de observação é restrito demais, seja no tempo ou no espaço. Isso a impede de ir ao encontro da verdadeira causa que, então, só pode ser justificada pelo acaso

(acidente) ou por elementos que nos são exteriores (vírus, micróbio, alimentação, meio ambiente etc.).

Ao lançarmos um olhar mais abrangente e observarmos o homem na sua totalidade física e temporal, poderemos novamente unir as coisas. É o que se esperava que as religiões (do latim *religare*, que quer dizer unir) fizessem, ao dar ao ser humano a sua dimensão verdadeira, que é, antes de tudo, espiritual. Então, talvez poderemos compreender a razão de ser do homem e, portanto, também as razões do seu mal-estar.

o processo de encarnação

Segundo a codificação oriental, a vida tem sua origem no Caos. Massa disforme, desordem aparente que a ciência moderna e particularmente a mecânica quântica "descobrem" nos dias de hoje, o Caos se organizou sob a ação de uma força estruturante, o Tao. Este, por sua vez, se estruturou ao se manifestar através do Yin e do Yang, em que o Céu (Yang) e a Terra (Yin) são as representações terrestres (ver ilustração na página 82).

Colocado entre esses dois pólos, o homem é o encontro dessas duas expressões energéticas do Tao, as quais terei a oportunidade de retomar posteriormente. Vindo da massa caótica, o ser humano é, pois, apenas uma vibração energética sem forma aparente que os taoístas chamam de Shen Pré-natal, e que nós chamamos de espírito ou de alma, de acordo com as nossas crenças. Para poder existir, esse Shen vai decidir buscar apoio nas vibrações Yin de uma mulher (a mãe) e nas vibrações Yang de um homem (o pai). A sábia mistura dessas três energias (Shen + energia da mãe + energia do pai) vai permitir que ele encarne, ou seja, exista num corpo físico.

Esse processo de encarnação é, naturalmente, muito mais elaborado. Escrevi uma obra mais completa sobre esse tema, e explicarei num capítulo posterior como isso acontece no nível das energias. A explicação nos é aqui suficiente para que possamos compreender o que segue adiante. Porém, nos interessa estudar como esse processo se desenrola buscando apoio nas noções de Céu Anterior e de Céu Posterior, seguindo uma espécie de fio condutor

que é o que a Tradição chama de "o Caminho da Vida". Gosto muito também do termo que Paulo Coelho usa no seu belo livro O Alquimista. Ele o chama de "a Lenda Pessoal". Também explica bem a significação profunda e de iniciação do que é o Caminho da Vida.

o Caminho da Vida ou a Lenda Pessoal

O Caminho da Vida é uma espécie de fio condutor que todo ser humano segue ao longo da sua existência. Podemos compará-lo ao roteiro de um Filme ou ao "livro de rota" dos pilotos de rali atuais. Seguiremos esse caminho usando um veículo particular que vem a ser o nosso corpo físico. Os orientais nos propõem uma imagem muito interessante para esse veículo e esse Caminho da Vida. Somos, assim o dizem, como uma charrete, uma Carruagem que representa o nosso corpo físico e que se locomove num caminho que simboliza a vida, ou melhor, o Caminho da Vida. Vejamos até onde podemos levar esta imagem.

O caminho pelo qual se locomove a Carruagem é um caminho de terra. Como todo caminho de terra, inclui buracos, lombadas, pedras, rastros deixados pelas rodas, e valas nas laterais. Os buracos, as lombadas e as pedras são as dificuldades, os choques da vida. Os rastros são esquemas já existentes que retomamos dos outros e reproduzimos. As valas, mais ou menos profundas, representam as regras, os limites que não devem ser ultrapassados sob pena de acidente. Esse caminho, às vezes, comporta curvas que impedem a visibilidade ou, por outras, atravessa zonas de neblina ou de tempestades. Essas são todas as fases da nossa vida em que ficamos "no meio do nevoeiro", em que temos dificuldade para ver com clareza ou para conseguir prever algo porque não podemos "enxergar adiante".

Essa Carruagem é puxada por dois cavalos, um branco (Yang), que fica à esquerda, e outro preto (Yin), que fica à direita. Esses cavalos simbolizam as emoções, o que nos mostra até que ponto são elas que nos impulsionam, até mesmo nos conduzem na vida. A Carruagem é conduzida por um Cocheiro que representa o nosso mental, o nosso Consciente. Ela tem quatro rodas, duas na frente

(os braços), que fornecem a direção, ou melhor, demonstram a direção dada aos cavalos pelo Cocheiro; e duas atrás (as pernas), que sustentam e transportam a carga (aliás, elas são sempre maiores que as da frente). No interior da Carruagem, há um passageiro que não vemos. Trata-se do Mestre ou Guia interior de cada um de nós, do nosso Não-Consciente, da nossa Consciência Holográfica. Os cristãos o chamam de "Anjo da Guarda".

Nossa Carruagem pessoal segue, então, no Caminho da Vida, aparentemente dirigida pelo Cocheiro. Digo aparentemente porque, se quem a conduz é ele, na realidade, o passageiro é quem lhe deu a destinação. Nós encontraremos posteriormente uma explicação a respeito ao mencionarmos o Céu anterior e o Não-Consciente e sobre as escolhas estabelecidas pelo Shen Pré-natal, mais tarde o Shen encarnado. O Cocheiro, que é o nosso mental, conduz a Carruagem. Da qualidade da sua vigilância e da sua condução (Firme, porém vagarosa) vão depender a qualidade e conforto da viagem (existência). Se ele maltratar os cavalos (emoções) e os submeter ao ridículo, esses vão se irritar e, num dado momento, se arrebatam e a condução da Carruagem correrá risco de acidente, da mesma maneira que as nossas emoções, às vezes, nos conduzem a praticar atos desprovidos de qualquer razão e, mesmo, perigosos. Se o condutor estiver relaxado demais, se a vigilância lhe escapar, a atrelagem vai se encaminhar pelo rastro (reprodução dos esquemas parentais, por exemplo) e seguiremos, então, as pistas dos outros, correndo o risco de cair na vala se eles assim o fizeram. Da mesma forma, se não mantiver vigilância, o Cocheiro também não saberá evitar os buracos, as lombadas, as depressões (golpes, erros da vida) e a viagem será muito desconfortável para a Carruagem, para o cocheiro e para o Mestre ou Guia interior.

Se ele adormecer ou não segurar as rédeas, serão os cavalos (emoções) que dirigirão a Carruagem. Se o cavalo preto for o mais forte (porque o alimentamos melhor...), a Carruagem vai puxar para a direita e será guiada pelas imagens emotivas maternas. Se for o cavalo branco o que dominar, pois foi mais bem tratado, a Carruagem vai puxar para a esquerda em direção às representações emotivas paternas. Quando o Cocheiro conduzir rápido demais, forçar demais, como às vezes o fazemos, ou se os cavalos se arre-

batarem, é a vala, o acidente, que pára com maior ou menor violência a atrelagem e provoca alguns estragos (acidentes e traumatismos).

Às vezes, uma roda ou uma peça da Carruagem se solta (doença), seja porque ela era frágil, seja porque passou em cima de mui tas lombadas e entrou em muitos buracos (acumulação de atitudes, de comportamentos, inadequados). É preciso, então, fazer o conserto e, de acordo com a gravidade da pane, poderemos fazer o reparo nós mesmos (repouso, cicatrização), chamar um técnico (medicina alternativa, natural) ou, se for ainda mais grave, um mecânico (medicina moderna). Mas, de qualquer forma, seria importante que não nos contentássemos com a troca da peça. Será de suma importância refletir sobre a condução do Cocheiro e a maneira como vamos mudar nosso comportamento, nossas atitudes em relação à vida, se não quisermos que "a pane" se repita.

Às vezes, a Carruagem atravessa áreas de pouca visibilidade, ou seja, não podemos ver exatamente por onde vamos. Pode se tratar de uma simples virada. Podemos vê-la e nos preparar para a sua chegada por antecipação. Devemos, então, reduzir a marcha, descobrir para que lado o caminho vira e seguir a curva, segurando bem os cavalos (dominar nossas emoções quando vivemos uma fase de mudanças, intencional ou não). Quando há neblina ou tempestade, fica mais difícil conduzir a nossa Carruagem. Devemos "navegar à vista", diminuindo a marcha e nos guiando pelas bordas mais próximas da estrada. Nessa fase, devemos ter total, para não dizer "cega", confiança no Caminho da Vida (leis naturais, regras da Tradição, Fé etc.) e no Mestre ou Guia Interior (Não-Consciente) que escolheu esse caminho. Nessas fases da vida é que estamos perdidos "no meio do nevoeiro" e não sabemos para onde vamos. Nesses momentos, não podemos fazer nada além de deixar a vida nos mostrar a rota.

Às vezes, enfim, chegamos a cruzamentos, a bifurcações. Se o caminho não estiver sinalizado, não sabemos que direção tomar. O Cocheiro (o mental, o intelecto) pode tomar uma direção ao acaso, a risco de se enganar, e mesmo de se perder: é grande. Quanto mais o Cocheiro estiver seguro de si, persuadido de que tudo conhece e tudo domina, mais vai querer saber que direção escolher e, então, mais ainda, o risco será importante. Estamos,

pois. no reino da "tecnocracia racionalista", em que a razão e o intelecto crêem poder resolver tudo. Se ele for, ao contrário. humilde e honesto consigo mesmo. perguntará ao passageiro (Mestre ou Guia Interior) que estrada tomar. Este sabe aonde vai. conhece a destinação final. Poderá indicá-la ao Cocheiro, que a seguirá, contanto que este tenha sido capaz de ouvi-lo. Na realidade, a Carruagem às vezes faz muito barulho enquanto roda e é preciso parar para que se possa dialogar com o Mestre ou Guia Interior. São as pausas. os retiros que fazemos para nos reencontrarmos. pois às vezes nos perdemos.

Eis uma imagem simples, mas que representa realmente bem o que é o Caminho da Vida. Graças a ela poderemos compreender facilmente de que forma as coisas se passam na nossa vida e o que pode fazer com que elas escapem ao nosso controle. Vamos ampliar um pouco esta apresentação abordando as noções de Céu Anterior, de Céu Posterior, de Consciente e de Não-Consciente que pertencem à estrutura do Caminho da Vida. da Lenda Pessoal.

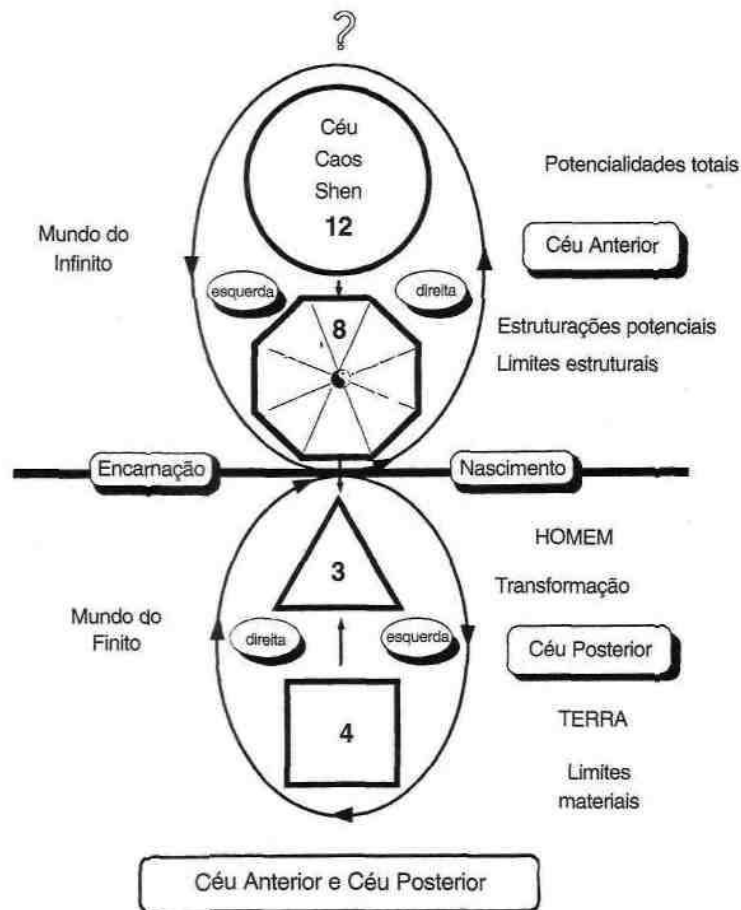
O Céu Anterior e o Céu Posterior

Segundo a concepção taoísta. existem dois planos na vida de um homem. O primeiro é aquele que precede o seu nascimento, e o segundo, o que se situa após. O nascimento. na verdade. é o limiar entre esses dois "Céus", assim como o chama essa filosofia.

O Céu Anterior representa tudo o que "está" ou acontece antes do nascimento, ou seja, o momento em que o homem se manifesta no nosso mundo. O Céu Posterior simboliza tudo o que "está" ou acontece após o nascimento até a morte. O esquema a seguir faz com que possamos visualizá-los melhor. Vamos detalhar esses diferentes níveis. usando-o como apoio.

***O Céu Anterior**

O que se passa nesse nível? O que acontece nessa fase? O Céu Anterior representa toda a fase pré-existencial de um indivíduo. É aí que o Shen Pré-Natal existe e se estrutura, e é o Shen que pode



ser visto como aquilo que mais se aproxima, conceitualmente falando, da nossa alma ocidental. Esse Céu corresponde ao mundo do infinito, pois não tem limites, seja no tempo ou no espaço. Carrega consigo todas as potencialidades da vida e pode ser representado por um círculo (em que todos os pontos que ali estão ficam à mesma distância do centro). Estamos no nível do Caos, da massa original. O Shen Pré-Natal individual pertence a esse mundo, assim como a gota de água ao oceano. Esta aqui guarda a sua "consciência" individual de gota de água, mantendo sempre a sua pertinência ao global presente na sua memória.

Gosto muito de usar, para representar essa consciência, a imagem do holograma. No holograma, na verdade, cada ponto se localiza de forma coerente (luz) porque ele "sabe", porque carrega consigo todos os dados - a memória - dos outros pontos. É por isso que uso o termo "Consciência Holográfica" para o Shen ou a Consciência, com C maiúsculo. Encontramos esta Consciência Holográfica no nível mais sutil do ser humano. Ela faz com que possamos compreender melhor como se organiza o crescimento celular, desde o ovo até o homem (ou o animal), e também o processo permanente de renovação celular. Ela também faz com que possamos progredir quanto a uma hipótese interessante para esses mistérios extraordinários que são, de um lado, a cicatrização, e, de outro, as doenças "estruturais" como o câncer, as doenças auto-imunes ou a AIDS.

O objetivo de cada Shen individual é realizar a sua Lenda Pessoal e para isso ele deve viver todas as polaridades existenciais a fim de transcendê-las e de se tornar o que chamamos de um ser "realizado". Todos nós temos nossos "trabalhos de Hércules" para cumprir. Uma vez que os limites materiais do mundo manifestado (tempo, espaço, matéria) impedem a vivência simultânea de todas as potencialidades, ele vai retomá-los um certo número de vezes para esgotar as opções da paleta. Essa realização atravessa a experiência vivida. O Shen deverá, então, encarnar, isto é, aprender numa escola especial que é a escola da vida. Mas como acontece na escola, algumas aulas ou algumas lições são muito difíceis de se assimilar, aceitar ou mesmo pura e simplesmente compreender. O Shen deve então repetir. Ele deverá reencarnar para retomar a lição lá onde ela foi abandonada. É o princípio próprio da reencarnação. Aliás, veremos mais tarde que um princípio equivalente, a "reprodução de esquemas", existe para o Céu Posterior, a vida consciente e presente.

Estamos diante do conceito cármico da vida, do qual alguns autores já falaram. Só gostaria de dar certa ênfase ao argumento de base do carma, pois, às vezes, ele é proposto de forma pouco satisfatória. Trata-se, na verdade, de uma conceituação evolutiva da vida e não de uma filosofia punitiva como, às vezes, falam, crêem ou o fazem crer certos espíritos, eles mesmos culpados, marcados por sua cultura judaico-cristã. Não voltamos para expiar,

pagar ou sofrer punição por comportamentos passados. Tudo isso é maniqueísta e não corresponde, de maneira alguma, ao nível energético das coisas, em que as noções de bem e de mal não existem. Aliás, tudo isso não pode ter sentido "histórico" no encadeamento dos carmas, uma vez que as noções de valor mudam de acordo com as épocas, as tradições e as culturas. O princípio cármico é muito mais simples e tem por base a necessidade de experimentação e de integração de todas as potencialidades da vida. A escola da vida se desenvolve como todas as escolas (aleatoriamente), ou seja, com aulas, recreio, lições a serem aprendidas e compreendidas até serem assimiladas, e também, naturalmente, com "cobranças" relativas a comportamentos inadequados (ou seja, se não respeitarmos as regras do jogo, se não tivermos uma boa conduta).

É aí que pode haver a confusão e o amálgama com o punitivo. Porém, cobrança não quer dizer punição. Cobrança significa que há um efeito que se associa a cada causa, que para cada comportamento existe um resultado, e que se o comportamento não está de acordo com a ordem das coisas, ele produz um resultado que não é satisfatório ou não é agradável. Consideremos um simples exemplo. Se tivermos vontade de comer doce, sabemos que uma confeitaria vai nos oferecer esse doce. Nós o comemos e realmente nossa necessidade de comer doce é satisfeita. Se estivermos perto de uma chapa quente e sentirmos frio nas mãos, vamos nos esquentar usando essa chapa. Mas sabemos também que uma chapa quente pode nos queimar e que devemos então manter certa distância. No entanto, se estivermos com pressa, por exemplo, e, para aquecer as mãos mais rapidamente, nós as aproximamos demais da chapa, o efeito dessa atitude será uma queimadura. Esta queimadura não se trata, de maneira alguma, de uma punição, mas simplesmente do resultado de um comportamento inadequado, que não respeita um dos critérios da situação. O processo é exatamente similar no nível psicológico. Não existe punição nisso tudo, ou seja, sanção estabelecida, decidida e aplicada por alguém ou alguma coisa exterior ou transcendente, mas simplesmente o efeito, o resultado lógico de dado processo comportamental. Precisamente nesse caso, ele não estava de acordo com as leis do contexto. Produziu então um efeito negativo, o sofrimen-

to, a queimadura. No caso da confeitaria, o comportamento da compra permanece de acordo e produz um efeito positivo que é a satisfação de uma vontade. Mas se o comportamento de compra se torna excessivo (bulimia), ele desfaz seu acordo com as leis naturais e se torna, então, portador de um efeito negativo que nos chega como uma cobrança na forma de ganho de peso.

Voltemos agora ao Céu Anterior. Como é que as coisas acontecem? O Shen decide viver, realizar a sua Lenda Pessoal, o seu Caminho da Vida, e aprender assim uma lição com essa vida. Para que essa lição seja aprendida, é preciso que ela tenha os meios para essa realização. Sua escolha vai se fazer em função do objetivo determinado, do trabalho a ser executado, mas também em função das experiências já vividas e assimiladas que não precisarão ser repetidas. Todos esses dados "anteriores" estão "registrados" no que chamamos de "Anais Akkashiques", espécie de mitologia interior, de memórias holísticas (holográficas) próprias de cada um e que os taoístas chamam de "velhas memórias" ou "memórias anteriores". Para obter os meios que lhe possibilitam viver essas novas potencialidades, o Shen vai escolher estruturas e limites que vão lhe permitir viver as suas escolhas nas melhores condições, ou seja, não só as mais favoráveis como também as mais eficazes.

E essa noção de eficácia causa receio, pois está longe de ser confortável ou agradável. Tocamos aí num ponto crucial da noção do Caminho da Vida. Na verdade, como vimos anteriormente, todos os caminhos podem apresentar rastros ou curvas em que o veículo da nossa existência passará por solavancos ou por momentos de perda de visibilidade, da mesma maneira que todas as lendas se realizam através de provas. São esses elementos que a astrologia, e em especial a astrologia cármica, pode nos ajudar a apreender. A escolha das condições de realização vai estabelecer os dados da escolha da encarnação, quer dizer, de todas as condições físicas e ambientais. Época, família, país, região, sexo, raça etc. tornam-se o quadro estrutural da encarnação e estabelecem os limites materiais para a realização do ser sob a forma do quê e na qual o Shen decidiu encarnar.

* O Céu Posterior

Com a encarnação e depois o nascimento. deixamos o plano do Céu Anterior para passar para o do Céu Posterior. O Shen Pré-Natal acaba de imantar numa base (o óvulo fecundado) que corresponde à sua frequência vibratória. à sua busca. Ele se junta então às energias dos pais que acabaram de fecundar esse óvulo eternamente mágico que vai se transformar num ser humano. Essas energias se juntam por si próprias às energias ambientais (planetas, lugar, época) para resultar no Shen individual. Esse aqui, ainda "não ativo", vai continuar a enriquecer, armazenando informações até o momento do nascimento. do corte do cordão. em que ele se torna realmente ativo. É por esta razão que o mapa astral é calculado a partir da data de nascimento e não a partir da data de concepção.

Como é que as coisas acontecem no nível do céu posterior? Estamos no nível do mundo finito. Os limites das coisas são os do mundo materializado e tangível. O ser encarnou e vive a sua existência através de um corpo físico e entre impedimentos materiais. A sobrevivência desse corpo envolve certas regras e obrigações que são. ao mesmo tempo, universais (comer, beber, dormir etc.) e locais (cultura, lugar, clima...). Esses limites impõem ao indivíduo um quadro de funcionamento bem preciso, que é o que mais se adapta à realização da sua escolha quanto à encarnação. Sua realidade física, seu corpo. submete-se completamente às pressões desse quadro, enquanto as suas realidades psicológica e emocional têm um pouco mais de liberdade quando se trata dele.

O interesse no conhecimento desses limites materiais reside no seguinte fato: como eles são os pontos de apoio da nossa realização, através dos quais esta última existe e se exprime, podem ser, por outro lado, um meio de decodificação e de compreensão essencial no que diz respeito à parte que nós representamos, ao que acontece conosco. Isso vale para o nosso corpo, para as nossas emoções, nossa psicologia, nosso ambiente e tudo o que "nos acontece". Na verdade, temos aí uma extraordinária ferramenta de conhecimento; ainda falta tentar decifrá-la.

Como podemos ver no esquema da página 29, temos, tanto no Céu Anterior como no Céu Posterior. uma direita e uma esquerda.

No entanto, podemos constatar que elas estão invertidas. Tocamos aí num importante elemento de decifração que vem a ser o das lateralidades. Essa inversão nos faz compreender por que a psico-morfologia e a psicologia moderna colocam, no nível do corpo humano, a relação com a mãe do lado esquerdo do corpo e a relação com o pai do lado direito, enquanto a medicina tradicional chinesa e a filosofia taoísta fazem o inverso. A explicação para tal fato é que o Ocidente sempre se "preocupou" muito mais com o não-manifestado, com o espírito e com a alma, ou seja, com os elementos que vêm do Céu Anterior, do que com o corpo e com a realidade física e material, considerados elementos inferiores, que pertencem ao Céu Posterior. O Oriente, por outro lado, preocupou-se sempre com "o aqui e agora", com a vivência atual e real, com o manifestado, com o Céu Posterior. O corpo físico e a realidade material são muito importantes para os Orientais, pois é por intermédio deles que o Shen se expressa.

Assim sendo, o Ocidente fundamenta a sua abordagem em elementos que pertencem principalmente ao Céu Anterior, enquanto o Oriente fundamenta a sua principalmente no Céu Posterior, pelo menos quanto às lateralidades físicas. É por essa razão que elas estão invertidas, como se isso se passasse entre a imagem da realidade, percebida pelo olho humano, e a invertida, que é transmitida e "reconstruída" dentro do cérebro. Para os orientais, o lado direito do corpo está, então, relacionado ao Yin e, por conseguinte, à simbólica materna, e o lado esquerdo está relacionado ao Yang e à simbólica paterna. Esta precisão é extremamente importante, pois as lateralidades físicas dos sintomas e dos traumatismos serão para nós elementos particularmente expressivos e reveladores no que diz respeito ao que se passa dentro de nós. Ora, levando em conta que essas manifestações pertencem ao manifestado, ao Céu Posterior, elas são codificadas pela lateralidade proposta pelos orientais (direita = simbólica materna). Por outro lado, tudo o que se passa na psicologia, no imaginário, no sonho, ou que tomou forma antes do nascimento, pertence ao Céu Anterior e corresponde desta forma à lateralidade mais usada pelos ocidentais.

Consideremos o exemplo a seguir. Uma criança que nasce com a orelha direita ligeiramente maior do que a esquerda vai ter uma relação e uma dependência quanto à capacidade de escuta privi-

legiada com o seu pai. Por quê? Se a criança nasceu com esta orelha maior, é porque ela se formou assim antes do nascimento; ela se estruturou sob esta forma no Céu Anterior, no não-manifestado. Nesse nível, a direita está relacionada com a simbologia paterna, e a esquerda com a simbologia materna. Tudo o que vier do seu pai, quanto à educação, à cultura, será recebido e percebido com uma maior sensibilidade, uma maior capacidade de escuta, mas também, provavelmente, uma maior dependência.

Se, ao contrário, essa criança apresentar uma otite no ouvido direito, nós estamos no mundo manifestado. Na experiência vivida pela criança após o nascimento. Então, essa orelha direita agora está relacionada à simbologia materna pois estamos no Céu Posterior, no manifestado. É a criança que desencadeou uma manifestação sintomática no seu corpo físico presente e após o seu nascimento. Aqui, as lateralidades se invertem e a direita fica relacionada com a simbologia materna. Essa otite significará que ela não quer ouvir o que vem da sua mãe, que a sua capacidade de escuta no que diz respeito a ela não a satisfaz. Talvez a mãe grite com muita frequência ou passe o tempo todo a lhe dizer: "Preste atenção, não faça isso. você vai cair, vai se machucar, não pegue frio" etc.

Podemos considerar também um segundo exemplo. É o caso de uma pessoa que sonha que torce o tornozelo esquerdo. Embora esse incidente se passe depois do nascimento, estamos, apesar de tudo, precisamente neste caso, no não-manifestado, no virtual, uma vez que isso acontece no mundo onírico (sonho). Esta entorse deverá ser relacionada à simbologia materna. Por outro lado, se esta pessoa realmente torcer o tornozelo esquerdo, estamos no manifestado e esta entorse assume um significado na simbologia paterna e pode exprimir, por exemplo, um problema de posição, de atitude relacional com um homem.

Levando em consideração a importância dessas noções de lateralidade, podemos sintetizar o que foi dito anteriormente no quadro da página a seguir.

Vamos poder retomar agora esta noção de Céu Anterior e Posterior e ampliá-la, reconduzindo-a, segundo o princípio do "todo em tudo", ao nível do indivíduo encarnado, manifestado no nosso mundo. Por analogia, podemos transpor totalmente esta representação do macrocosmo universal para o microcosmo do indi-

Antes do Nascimento		Depois do nascimento	
Formação do corpo		Traumatismos, doenças, sintomas	Estados "alfa", premonições, sonhos
Lado direito do corpo	Simbologia paterna	Simbologia materna	Simbologia paterna
Lado esquerdo do corpo	Simbologia materna	Simbologia paterna	Simbologia materna

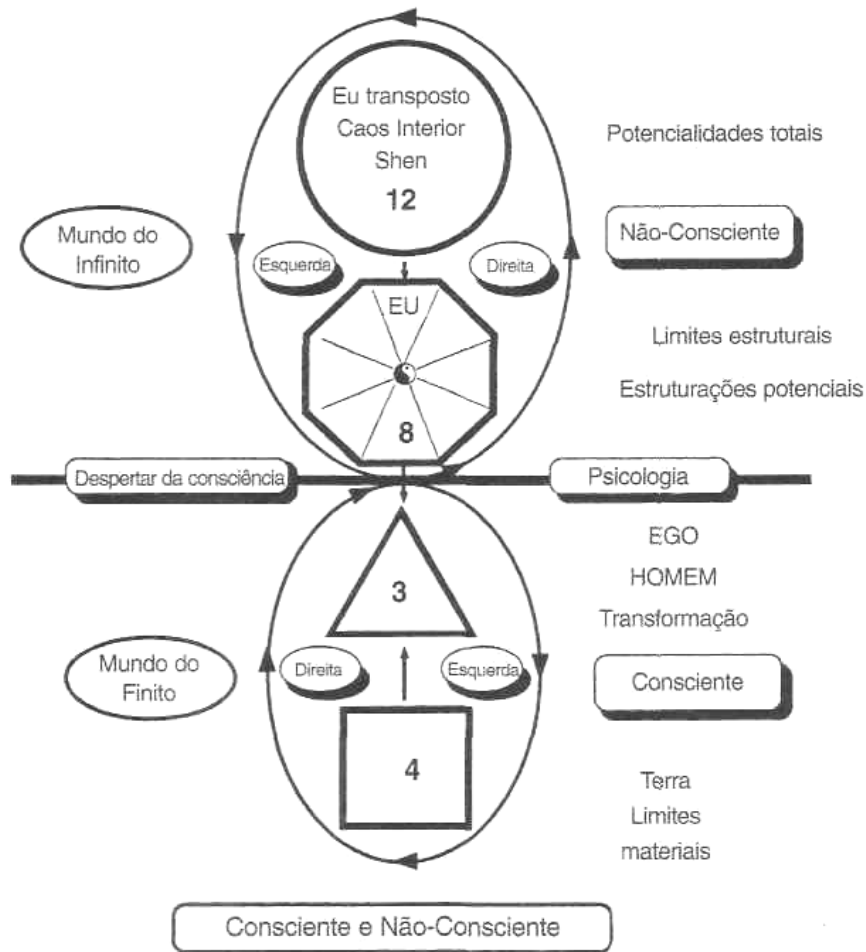
víduo e trazer à tona assim as noções de Consciente e de Não-Consciente.

O Consciente e o Não-Consciente

O que podemos constatar? Retomando exatamente a mesma construção do esquema precedente Céu Anterior / Céu Posterior na página 29, o Céu Anterior vem a ser então o Não-Consciente, a consciência de noite, o silêncio interior; e o Céu Posterior vem a ser o Consciente, a consciência de dia, o fenomenal, o som exterior.

* O Não-Consciente

Observemos detalhadamente as informações de que dispomos. Sabemos que o Céu Anterior representa o nível pré-existencial, a fase em que se "prepara" a existência em todos os planos (regras, estruturas, escolhas etc.). Quando o transpomos e o Céu Anterior se torna o Não-Consciente, este representa então o pré-manifestado, o nível em que se prepara o "manifestado", ou seja, o que se passa no mundo tangível e consciente. Os atos, as ações, as realizações pertencem ao domínio desse manifestado, daquilo que podemos perceber e que pode estar diretamente associado à "horizontalidade", e são "preparados" no Não-Consciente.



É nesse Não-Consciente que se encontra aquela Consciência Holográfica da qual falei anteriormente. É ela que elabora as ações que vão nos permitir concretizar as escolhas de realização do Caminho da Vida, da nossa Lenda Pessoal. Essa Consciência carrega a memória e o conhecimento das escolhas interiores que fizemos no Céu Anterior e "conhece" por completo os nossos "Anais Akkashiques", a nossa mitologia pessoal. O Não-Consciente dispõe de todas essas informações que estão gravadas na Energia Ancestral. Ele sabe, por exemplo, quais são as nossas escolhas e as nossas necessidades de experimentação e é, assim, capaz de determinar os melhores processos para que tenhamos sucesso.É

aqui (da mesma forma que com a "punição") que as confusões entre liberdade, determinismo, destino e fatalidade podem aparecer, pois se os processos são observados a posteriori e sem o devido distanciamento podemos, então, dizer "Estava escrito". Realmente estava escrito. mas não num primeiro sentido em que nos teria sido necessário seguir um roteiro estabelecido por algo ou alguém exterior a nós, em que seríamos apenas fantoches animados e dirigidos pelo exterior. Estava escrito no sentido em que nós o havíamos escrito, que nós mesmos havíamos escrito no nosso interior o melhor roteiro possível para alcançar o objetivo traçado.

Poderíamos compreender isso mais facilmente se pegarmos uma imagem. Se, por exemplo, quero ir a Nice para ver o carnaval, esse objetivo, essa decisão, vai me levar a fazer escolhas logísticas para ser atingido. Em primeiro lugar, devo tirar uns dias de folga e reservar um hotel para esse período. Meus gostos naturalmente influenciarão a escolha desse hotel. Se, por outro lado, não tenho experiência no assunto, corro o risco de fazê-lo tarde demais e de não haver mais lugar. Em seguida, vou me decidir por um meio de locomoção. Se gostar de carro e de velocidade, pegarei uma auto-estrada. Se forem as belas paisagens que me interessam, escolherei as pequenas estradas que passam pelo interior, mais distantes da costa de Nice. Neste caso, deverei provavelmente partir um dia antes. Se tiver medo de carro, irei de trem e se tiver muita pressa, irei de avião. Já podemos ver aqui como o que está dentro de nós condiciona nossos comportamentos e nossas escolhas. Para atingir um mesmo objetivo, cada um procederá de uma maneira que lhe é própria, sendo que esta maneira está condicionada pelas suas memórias pessoais.

Assim sendo, mesmo que a decisão já tenha sido tomada, fico livre para mudar de opinião a qualquer momento e não mais ir a Nice. Nada me impede de descer do trem em Lion ou em Marselha se o desejar, de parar nos Alpes se estiver de carro. Mas se estiver em um avião, isso se tomará mais difícil para mim, se não houver escala (pode ser interessante meditar sobre a validade das escolhas de "rapidez" dentro da evolução pessoal e sobre sua real flexibilidade). Quanto mais tardia for a minha decisão de mudar de objetivo, mais risco ela corre de ser dispendiosa (férias perdidas, multa de hotel, despesas com passagem de trem etc.), mas ela será sempre

possível. Então, o determinismo da escolha de base não é total. No entanto, está claro que me sentirei frustrado por não ter assistido ao carnaval. Se o objetivo da viagem era, ao contrário, resolver um negócio difícil e desagradável, minha liberdade potencial se traduziria em fugir. evitar esse momento difícil. Mas, de qualquer forma, um dia esse negócio terá de ser resolvido. Quanto mais tarde o fizer, mais difícil e dispendioso (desagradável) ele me sairá.

Por outro lado. se tiver feito corretamente tudo o que convém, estarei em Nice para assistir ao Carnaval nas condições que me convêm. Isso parece lógico para todo mundo e não há nada de espantoso. Podemos ver melhor novamente como as coisas se elaboram dentro de nós e de que maneira as escolhas interiores estão condicionadas às memórias existentes. A única diferença em relação ao meu exemplo é que, na maior parte do tempo, tudo isso não é consciente, enquanto, precisamente neste caso, sei o que decidi e o que quero obter.

Suponhamos agora que alguém do exterior, um ser extraterreno que não está a par dos costumes e hábitos terrestres e que não sabe da minha escolha, da minha decisão, me observe. O que ele vê? Vê um indivíduo assistindo ao carnaval de Nice. Se estudar o que se sucedeu antes da minha chegada a Nice, o que ele constata? Todos os meus atos anteriores à minha chegada (saída de férias, reserva de hotel, trajeto etc.) parecem lhe mostrar uma só coisa: tudo se estruturou, desenrolou-se para que eu estivesse em Nice neste dia. Se ele se perguntar a respeito da minha presença e da sua razão de ser, só pode concluir uma coisa: é que estava escrito que eu devia ir a Nice, pois todos os meus atos foram registrados e desenvolvidos nesse sentido, como se tivessem sido determinados para me fazer chegar a esse resultado. Vou lhe parecer um fantoche que foi conduzido da mesma forma que um ramo de palha boiando no rio, e que vai para onde a corrente o leva. Falta-lhe a informação mais importante para que pense de outra maneira: saber que fui eu quem escolheu e decidiu ir a Nice. Não estou determinado (uma vez que escolhi). Para esquematizar, podemos comparar, assemelhar a nossa existência a um teatro em que o Céu Anterior seria o autor da peça, e o Não-Consciente o diretor.

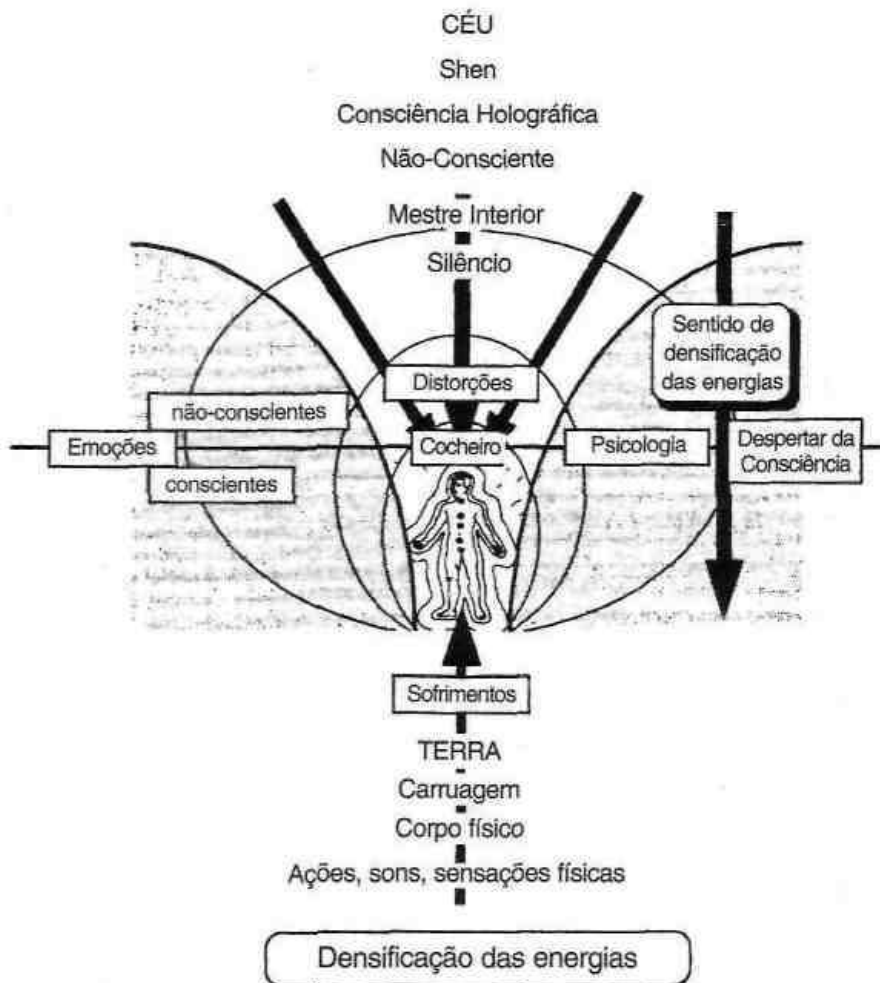
Toda a trama da nossa história é escrita no nosso Shen Pré-natal, na nossa Consciência global, Holográfica; e a sua direção é

realizada pelo nosso Não-Consciente, o nosso Mestre ou Guia Interior. O nosso Consciente (nosso Cocheiro) e o nosso corpo físico (a Carruagem) são os seus atores visíveis e privilegiados. Eles devem respeitar a direção e o seu papel, mas têm, no entanto, uma certa liberdade, uma possibilidade de improvisação que é condicionada pelo respeito à trama principal (caminho, lenda). Quando tudo se passa normalmente, no fim do espetáculo (morte) temos a satisfação de ter respeitado essa trama e representado o papel com sucesso (Caminho da Vida). Quando, ao contrário, não seguimos mais a direção, não respeitamos mais a trama, há uma distorção entre o Não-Consciente e o Consciente, entre o ator, o papel e a direção. É assim que as tensões, os sofrimentos, as doenças, os acidentes e outros atos falhos surgem.

Na realidade, parece que a grande finalidade da existência é chegar à coesão, à coerência entre o Não-Consciente e o Consciente, entre o Mestre ou Guia Interior e o Cocheiro. Está aí, creio eu, todo o segredo da harmonia profunda, da verdadeira serenidade, que nos mostra o quanto tudo isso não é o atributo de uma cultura ou de uma educação, mas tão "simplesmente" o resultado de um trabalho individual claro e sem concessões. É porque essa noção de harmonia está muito distante daquela do intelecto ou da cultura, mas depende unicamente do nível de coesão do indivíduo entre o que ele é, o que ele faz e o seu Caminho da Vida. Por isso, vamos poder encontrar e sentir esta força profunda num lama tibetano, num pastor do Larzac, numa professora primária do interior das montanhas do Canta! (onde nasci), num pescador da Bretanha, num filósofo moderno, num biólogo ou num velho jardineiro inglês, por exemplo.

*** O Consciente: densificação e liberação das energias**

No mundo do Consciente, as coisas vão aparecendo pouco a pouco, manifestando-se de forma cada vez mais tangível. Isso acontece, antes de tudo, no nível das energias do corpo; depois das emoções, desta vez conscientes; e enfim da psicologia, ela também consciente, do indivíduo. O processo continua em seguida no plano físico e se manifesta nos meridianos, depois nos órgãos

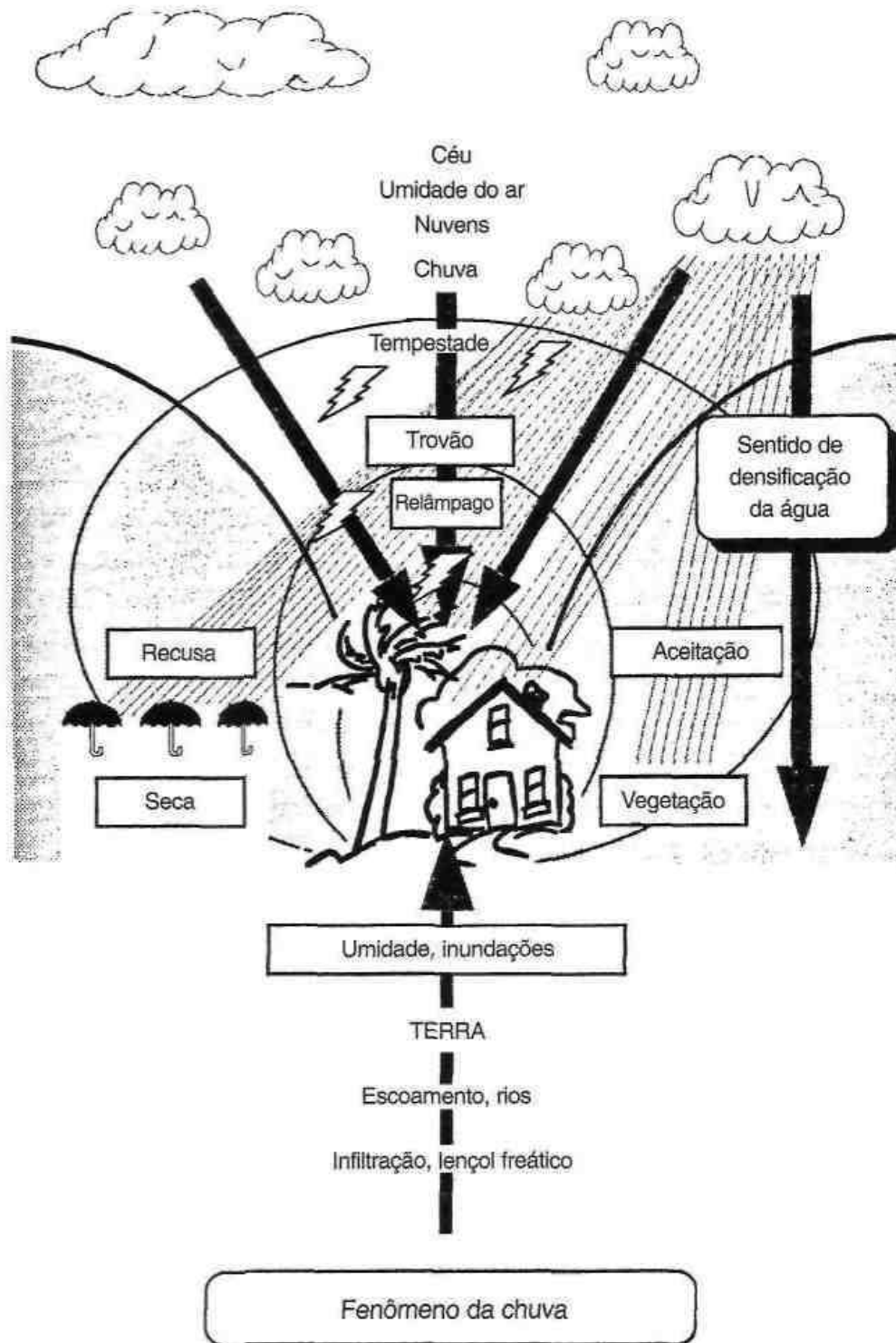


e, enfim, nos membros. Chegamos ao último estágio de densificação das energias, o mais baixo. Chegamos no nível da Terra, lá onde os limites materiais são os mais pesados e os mais constrangedores.

O processo de densificação funciona exatamente da mesma maneira que o fenômeno natural da chuva. Antes de tudo, há a presença de uma certa umidade no ar. Essa não é perceptível (Não-Consciente) a não ser com aparelhos muito sofisticados. Depois de certo tempo e sob certas condições, essa umidade começa a se densificar, condensando-se sob forma de vapor de água. No Céu, ela forma, então, nuvens (idéias, pensamentos, emoções, vontades, intenções etc.) que são perceptíveis, porém ainda pouco

consistentes. Algumas dessas nuvens são leves e não apresentam qualquer risco de tempestade (emoções, pensamentos, intenções negativas). O vapor de água continua a se densificar nessas últimas, condensar-se e termina por produzir gotas de água, chuva, e mesmo tempestades. O aguaceiro cai então no solo, na terra (nosso corpo), que fica molhado e encharcado dessa água (sensações, tensões, sofrimentos). Quando a tempestade (tensões) é forte, começa a trovejar e, às vezes, os raios caem mesmo (ataque cardíaco, crise de epilepsia, síncope, loucura etc.). Isto está resumido no esquema simples adiante e podemos facilmente compará-lo ao anterior (página 41) que poderá ser compreendido com a ajuda deste.

A alternância entre o Não-Consciente e o Consciente se dá com o despertar da consciência. Este acontece com a passagem para a ação, o "fazer", que representa o último estágio de densificação das energias. Com o resultado produzido por essa ação, podemos constatar onde estamos e ter então o que se chama de uma "tomada de consciência". Se obtivermos um "bom" resultado, ou seja, um que se enquadre no objetivo traçado antes, isso significa que o processo foi coerente em seu conjunto e que respeitamos todas as fases intermediárias da realização, quaisquer que sejam. É claro, isso não é totalmente consciente e é por esta razão que, às vezes, precisamos vivenciar o erro ou a dor para entender em que nível as coisas não funcionam. É por isso que escrevo "bom" entre aspas, pois, na realidade, algumas experiências desagradáveis são "boas" experiências, como a chuva que molha e encharca, mas que também beneficia toda a natureza. Nossa recusa ou uma busca excessiva por proteção vai nos impedir de vivê-las, assim como se abrigar contra a chuva provoca a seca, pois essas experiências vão nos obrigar a refletir sobre o que se passa e, provavelmente, a provocar as mudanças necessárias (e, assim, a crescer), se estivermos prontos para "ouvir", é claro. Do contrário, nos precipitaremos sobre um processo de reprodução de esquemas até que compreendamos. Reencontramos aqui exatamente o mesmo processo que o da lei cármica. A única diferença é que "revivemos" a experiência, retomamos a lição, no mesmo plano de consciência, sem precisar morrer fisicamente, mudar de plano de vida. Está claro que, a cada



vez, a experiência se tomará mais forte, o que parece um pouco com uma situação em que nos dirigimos a alguém que tem dificuldade de ouvir ou não quer nos escutar. Somos obrigados a falar cada vez mais alto, e até mesmo a gritar, até que ele possa ou até que ele decida nos ouvir.

A Vida e, através dela, a nossa Consciência Holográfica, o nosso Não-Consciente, o nosso Mestre ou Guia Interior são levados, às vezes, a fazer a mesma coisa com a gente. Os gritos que eles nos enviam são nossas tensões e nossos sofrimentos físicos e psicológicos, morais ou emocionais. Naturalmente, mensagens prévias nos haviam sido enviadas antes que se chegasse a esses gritos, mas a nossa surdez, presunçosa ou medrosa, impediu-nos de recebê-las e de percebê-las. É muito importante restituir ao sofrimento e à doença o seu verdadeiro sentido e poder recolocá-los no seu eixo. A corrida da ciência moderna, que luta contra essas expressões profundas da nossa relação com a vida e com a nossa vida, está perdida de antemão. A vida chegará sempre antes e nós não conseguiremos (felizmente!) fazê-la calar, amordaçá-la. Cada passo adiante dado pela ciência mecanicista é sempre compensado por um passo equivalente, ou mesmo maior, da do pela vida. Quanto mais a medicina aprende a "cuidar" das doenças mais estas se tomam profundas, difíceis de dominar e capa zes de mutação.

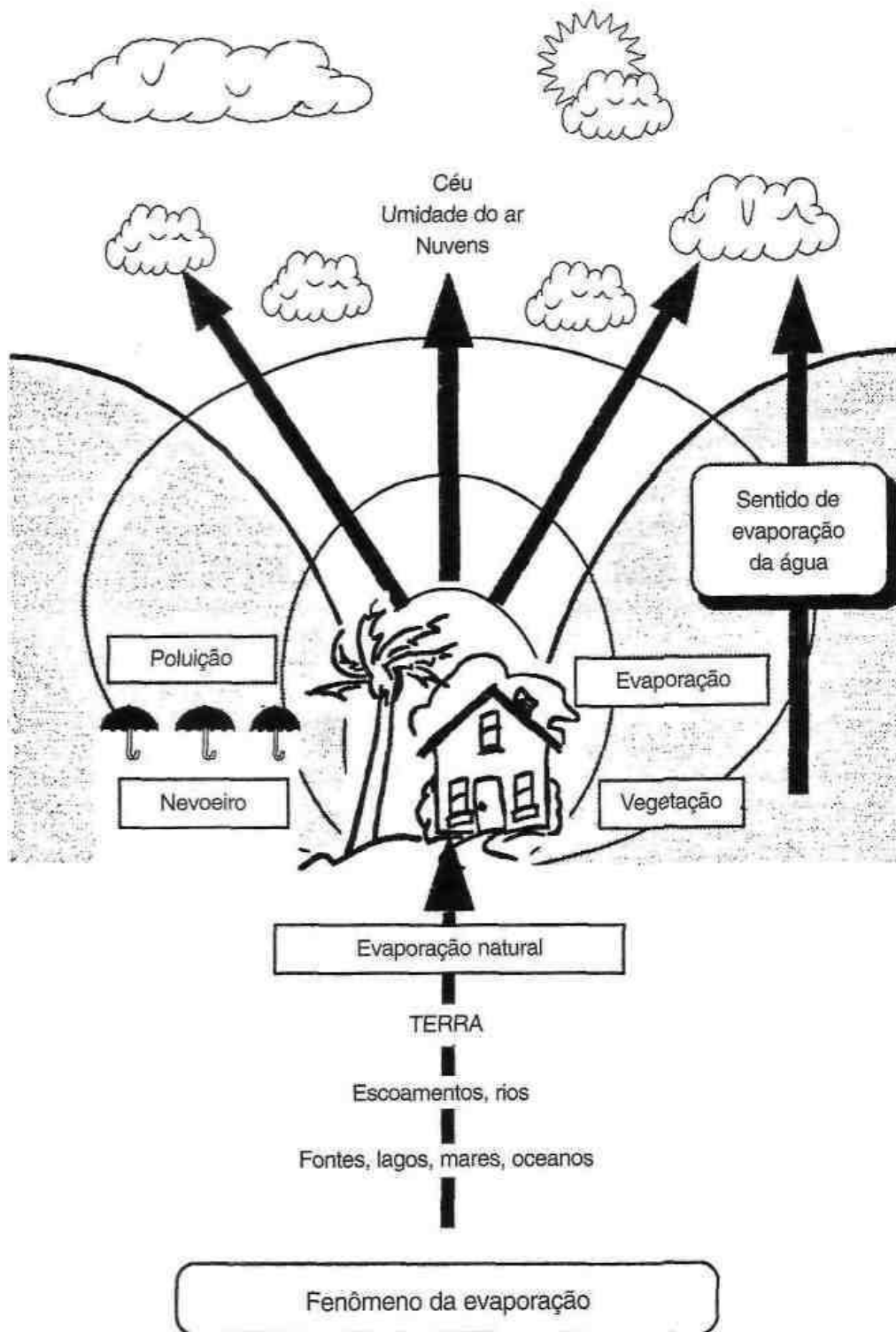
É infinitamente preferível tentar compreender o sentido daquilo que vivemos, antes de fazê-lo calar-se (medicina alopática) ou de tomar nossos sofrimentos obrigatórios, invencíveis e merecidos (dogmatismo ou fanatismo religioso) sem procurar mais adiante, por medo ou por necessidade de conforto e de facilidade num determinado instante. Sejamos, no entanto, extremamente vigilantes no que diz respeito à significação e à razão das coisas. Na realidade, se for verdade que essas tensões, esses sofrimentos ou essas doenças são, às vezes, necessários para que "compreendamos", para crescer, eles não são jamais obrigatórios ou invencíveis. Não se trata de fatalidades, alguns que me perdoem! Só são necessários porque, algumas vezes, não queremos ou não podemos "compreender" de outra forma. Não se trata tampouco de uma punição, mas de uma "lição de coisas", como a criança que se queima porque precisa experimentar o fogo.

Podemos evitá-los. Quando aceitamos verdadeiramente uma busca de compreensão nova, mesmo diante da morte, podemos instaurar um processo de feedback. Este aqui pertence ao princípio próprio da vida. Uma vez que tenha atingido o seu ponto mais baixo, ou seja, o nível físico e materializado, a dor ou a doença pode retomar e partir no sentido inverso para se transformar num processo de alívio, de liberação. Mas essa transformação só pode acontecer se não bloquearmos as energias densificadas. "Matando" o seu potencial de expressão com a medicação química ou com o efeito das crenças lineares, dogmáticas e cristalizadas, na verdade nós as fixamos lá onde estão e no seu modo de expressão, impedindo-as assim de recuar, de retomar à sua origem para que se apaguem. Elas guardam toda a sua força potencial e são prisioneiras do ponto em que as "reduzimos ao silêncio". Na primeira oportunidade, vão se manifestar novamente, liberando não somente a energia tensional do momento, do contexto, como também a das situações anteriores que não puderam ser liberadas ou que tínhamos amordaçado. Possuem então um poder de expansão que foi aumentado, para não dizer multiplicado, por todas as tensões anteriores já armazenadas. Geralmente escolhem se exprimir em outro lugar, em outros pontos do corpo e do espírito, pois guardam na memória a informação segundo a qual não podem se exprimir através do primeiro meio que haviam escolhido, uma vez que conseguimos reduzi-las ao silêncio. Isto faz com que possamos compreender um pouco melhor por que as expressões patológicas (doenças) necessitam tomar-se cada vez mais profundas (câncer) ou móveis, inatingíveis (espaçofilia) ou ainda capazes de mutação (vírus, AIDS) em sua nova forma.

Podemos retomar a minha imagem da chuva para compreender mais facilmente esse processo de liberação. A chuva molhou a terra, esta última "devolve" a água ao céu ao fazê-la escoar naturalmente nos rios e ribeiros até o mar. Depois a água se evapora e se transforma então em vapor e em umidade do ar. Se, ao contrário, a terra guardar a água (lençol freático confinado, barragem etc.), os lugares onde ela a aprisiona enchem um pouco mais a cada chuvarada. Após uma tempestade mais forte, que não pode ser absorvida, tudo estoura e temos o deslizamento de terra ou a barragem que cede com todos os efeitos devastadores que conhecemos.

Acontece exatamente o mesmo conosco. Se bloquearmos essas energias com a poluição interna (emoções, rancores, ressentimentos etc.), as tensões e os sofrimentos permanecem dentro de nós e produzem um ciclo bumerangue que se auto-alimenta e escurece o nosso cotidiano, assim como a poluição do ar cria sobre nossas cidades uma cúpula cada vez mais opaca. Se não bloquearmos essas energias, especialmente se "aceitarmos" a dor (ficar molhado) na sua significação, se a anteciparmos mesmo e evitarmos assim que ela precise se produzir, o processo de liberação (evaporação, ver esquemas das páginas 47 e 49) pode, então, se desencadear. Ele se manifestará por meio de uma liberação física, material do sofrimento, e será verdadeiramente sentido como uma "liberação", e mesmo como um "milagre". Não acredito que exista alguma outra coisa por trás dessas "curas milagrosas" como, por exemplo, esses perdões espontâneos tão surpreendentes e inexplicáveis para o mundo racional.

Não posso deixar de pensar aqui num exemplo desse processo de liberação que experimentei e que é particularmente espetacular. Uma jovem tinha acabado de se consultar comigo para um trabalho de relaxamento e de harmonização das suas energias, pois ela estava muito tensa e sofria profundamente com o seu corpo. Na verdade, ela sofria de uma hérnia de disco importante para a região cervical e devia, aliás, submeter-se a uma operação. Com a nuca bloqueada num colete ortopédico e o rosto marcado por numerosas noites sem dormir, esta pessoa atravessava um período difícilíssimo no que diz respeito ao seu corpo. Depois de ter feito um primeiro trabalho de harmonização, pudemos abordar o fundo do problema, ou seja, o que realmente existia por trás deste sofrimento físico. Em primeiro lugar, eu a levava progressivamente a identificar qual traumatismo emocional podia se esconder por trás dessa hérnia; depois a tentar compreender o que ele devia significar, como se inseria na sua vida, qual era o seu sentido. O que se passou foi espantoso. Sem que essa jovem pudesse ao menos perceber, sua nuca relaxava a olhos vistos à medida que ela falava, deixava suas lágrimas rolares, expressava suas sensações e compreendia o sentido das coisas. Cada vez mais, ela se pôs a mexer a cabeça, a virá-la, de tal forma que depois de um momento eu a interrompi para lhe dizer: "Você já se deu conta de que você

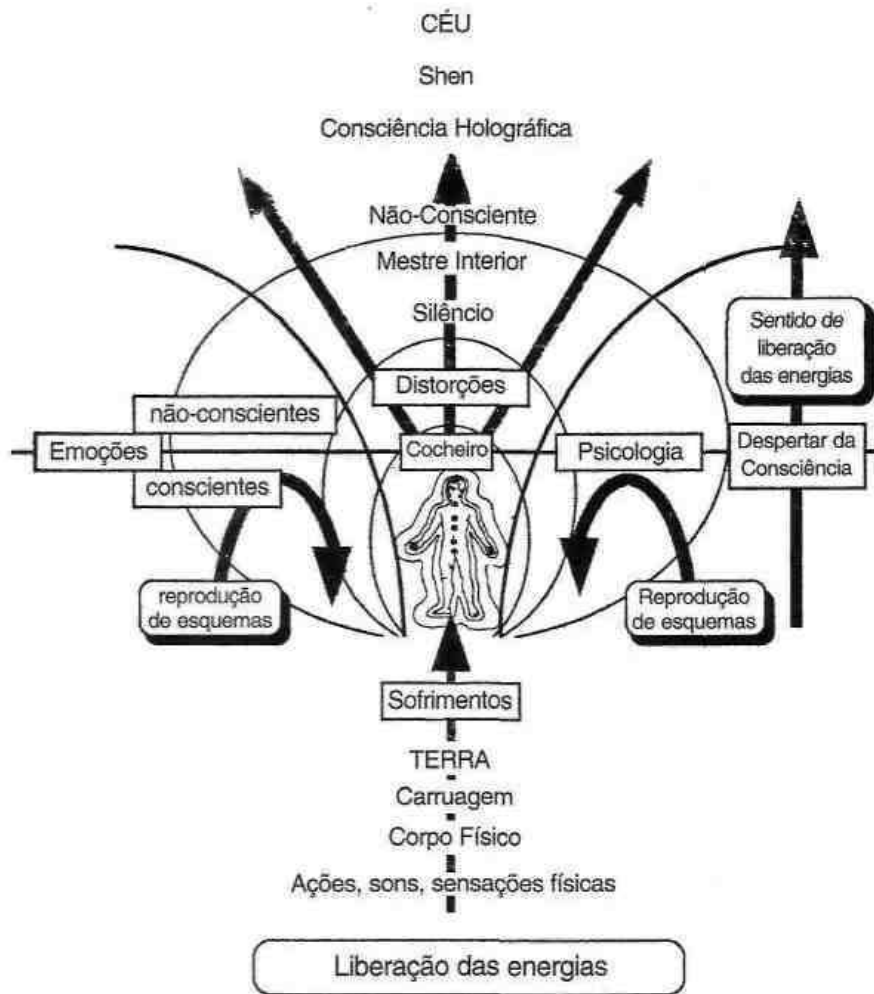


mexe a cabeça de forma normalmente, sem qualquer evidente mal-estar?" Então, ela parou de falar por alguns segundos e depois caiu na gargalhada, ainda com algumas lágrimas nos olhos. O colete ortopédico tomou-se inútil, aliás, assim como a dor. Ela havia compreendido e aceitado o sentido da prova penosa que a havia atingido e podia apagá-la da memória emocional que permaneceu bloqueada na sua nuca.

Se esta pessoa tivesse se submetido à operação, o que já havia sido o caso quando de uma hérnia anterior, não teria sido capaz de compreender o que estragava a sua vida, o que estava escondido por trás do seu sofrimento físico. Ela teria sido obrigada a reincidir (o que estava precisamente fazendo) para poder entender. É, então, muito importante para nós decodificar, e mesmo aceitar, os processos dolorosos que vivemos. Se, na medida do possível, deixarmos que eles se expressem, eles vão aumentar até um paroxismo e depois se inverter em seguida, desmoronando completamente, desaparecendo. Não é sempre que este ponto paroxístico pode ser alcançado pelo indivíduo. Isso não é o mais importante. O que é importante é ir até onde podemos e ganharemos terreno cada vez mais. É como um treinamento esportivo ou a prática da dança, por exemplo. Os estiramentos cotidianos abrem os eixos articulares e o trabalho com a dor nos deixa ir sempre um pouco mais longe na abertura do corpo. Mas atenção, tudo isso funciona de forma saudável contanto que tenhamos "a inteligência" de não ir longe demais, de não transformar o processo evolutivo em comportamento mortífero.

O despertar da consciência vai nos ajudar com isso, representando o seu papel de "porteiro". Através da abordagem da psicologia do indivíduo, consciente e não-consciente, através do trabalho com suas emoções, essas também conscientes e não-conscientes (memórias emocionais), vamos poder facilitar esse despertar da consciência que fará, por si próprio, com que o processo liberatório se efetue no Não-Consciente. Ele poderá, assim, retomar até a Consciência Holográfica e registrar ou escolher novos modos experimentais (novos roteiros).

É nesse nível que o indivíduo encontra a fase de aceitação, de integração da experiência, dessas sensações que podem ser mais ou então menos agradáveis. Essa fase é difícil, pois ainda pertencem-



ce ao mundo do Consciente e se choca com as emoções existentes. A aceitação da experiência vivida vai permitir que as memórias emocionais conscientes sejam anuladas, apagadas graças à integração ponderada do sentido da experiência. E, se for necessário, também vai permitir o perdão. Essa fase é fundamental e condiciona a alternância para o plano do Não-Consciente. Se ela não se realizar, o indivíduo recai no seu esquema anterior. Sua revolta, sua recusa em compreender, sua não-aceitação vão obrigá-lo a reviver a experiência, pois elas significam a não-compreensão da mensagem. Elas mostram também que continuamos

a funcionar na dinâmica na qual "saldamos as contas" (com a vida, com os outros, com nós mesmos) em vez de apurá-las. Encontramo-nos na reprodução de esquemas e na necessidade de reviver "de maneira mais forte" o que há para ser compreendido. Encontramo-nos na tensão e no conflito, na dinâmica da guerra, que nos afastam sempre mais do equilíbrio, da paz interior, da paz com a vida.

Se, por outro lado, a alternância se faz corretamente, o processo de liberação passa então para o plano do Não-Consciente, onde as fases seguem a mesma lógica do Consciente. O indivíduo se depara com uma fase de sensações, e mesmo de sofrimento, mas ela não se manifesta mais no físico e materializado, e sim na psicologia profunda, nos seus sonhos. Essa fase busca apoio nas emoções não-conscientes do indivíduo e se alimenta das feridas interiores profundas ligadas, por exemplo, à sua infância ou a outros planos da consciência. Ele deverá tentar compreender essas memórias e procurar ter compaixão dessas emoções, ou seja, amá-las, reconhecê-las pelo que elas são, sem julgá-las ou lutar contra elas. É nesse nível que são feitas as verdadeiras "concessões", aquelas que se realizam quando a vida nos levou até o extremo, o último limite. Somos então obrigados a relaxar, pois esgotamos todas as nossas forças lutando sem resultado. Não sabemos mais o que "fazer" e não podemos mais, na nossa lógica cartesiana, compreender o que nos acontece e por que isso nos acontece. Só nos resta então aceitar o que se passa e, se necessário, perdoar. É o estágio cristão do "que seja feita a Vossa Vontade", é o "Inch'Allah" (o verdadeiro) islâmico, é a "concessão" oriental. Em momento algum eles seriam sinônimos de abandono, de displicência ou de abdicação, mas sim de "aceitações", de acolhidas interiores de uma razão das coisas que nos ultrapassa. É então que as coisas mudam de forma espantosa e que situações inextricáveis da nossa vida retornam completamente.

Para retomar o exemplo das remissões espontâneas, são realmente muito explícitas. Na realidade, sempre se dão em pessoas que estão no último estágio de um câncer e condenadas pela medicina. Nada pode salvá-las ou curá-las. Já lhes foi mesmo dito que têm pouco tempo de vida. É nesse momento que alguns se alternam nesse último nível, nessa fase de aceitação, de integra-

ção. Num tempo espantosamente curto (alguns dias), seu corpo torna-se completamente novo. Quando chegamos a esta liberação de energias, as memórias e as escolhas experimentais podem ser apagadas para dar lugar a outras memórias e a outras escolhas. Se não passarmos por um desses estágios, deveremos recomeçar o processo sem resistência alguma, até "aceitarmos". É claro que todos esses processos funcionam permanentemente, em todos os níveis e com intensidades variáveis, e não somente através das doenças graves ou dos sofrimentos importantes. Na maior parte do tempo, eles são inconscientes e é apenas nos casos difíceis que se manifestam com tanta força. No entanto, esses processos vão se traduzir permanentemente no nosso nível energético mais densificado, ou seja, nosso corpo físico. Como isso acontece e quais são os meios privilegiados dessas manifestações?

As traduções fisiológicas

Como todas as realidades energéticas do nosso mundo, a realidade humana precisa da sua base manifestada, do seu corpo físico para poder traduzir, exprimir o que se passa nos seus arcanos mais profundos. É evidente para qualquer pessoa que precisamos de gestos, de palavras ou de desenhos para poder exprimir nossas idéias, nossos pensamentos, nossos sentimentos. Todos esses fenômenos intangíveis não existiriam, no sentido em que não poderiam ser percebidos, se não tivessem essa possibilidade de se manifestar. Da mesma maneira e indo um pouco mais longe, o mais belo computador do mundo não teria utilidade alguma se não possuísse periféricos (tela, impressora, scanner etc.). Parece então que um espírito humano tem pouca razão de ser sem a sua projeção materializada, que vem a ser o corpo físico.

Se eu retomar o exemplo do computador, o fato de ser formidavelmente poderoso não lhe serve de nada se os seus periféricos não puderem "acompanhar", ou seja, exprimir esse poder. Também não lhe serve de nada ter periféricos extraordinários se a sua capacidade de memória ou de cálculo não está à altura, como, por exemplo, ter uma impressora colorida se ele só pode trabalhar em preto-e-branco. Acontece o mesmo com o homem que deve buscar

esse equilíbrio entre o corpo e o espírito. O mais importante é que, através da expressão do corpo, ele vai poder, se realmente o quiser, decodificar o que se passa no seu espírito. Quando o conjunto funciona de forma coerente, a realidade física está em concordância com a realidade espiritual do indivíduo. A existência se desenvolve "normalmente". Quando há uma distorção entre os dois, entre o Consciente e o Não-Consciente, o roteiro e o ator, vão aparecer as mensagens, os sinais de alerta. O ser humano apresenta sobretudo três tipos de sinais, três maneiras de viver no seu corpo essas mensagens interiores de distorção. Todas com uma intensidade diferente. Esses três tipos de mensagem são as tensões físicas ou nervosas, os traumatismos físicos ou psicológicos e as doenças orgânicas ou psicológicas. Os "atos falhos" que, na verdade, participam desses três níveis, vão ser comentados separadamente.

As tensões psíquicas e psicológicas

O primeiro tipo de sinal vai ser o de uma sensação de tensão, de desagrado, como, por exemplo, as tensões dorsais, as dificuldades digestivas, os pesadelos, os mal-estares ou um mal-estar psicológico etc. Estamos no estágio "normal" de expressão da tensão interior. O Não-Consciente faz uso de uma sensação fisiológica ou psicológica para exprimir o que se passa. É O Mestre ou Guia Interior que bate na janela da Carruagem para fazer sinal e dizer ao Cocheiro que algo não vai bem (caminho errado, condução desconfortável ou perigosa, cansaço, necessidade de determinar exatamente em que lugar se está etc.). Se a pessoa estiver "aberta", pronta para compreender e aceitar a mensagem no nível do seu Consciente, implementará as mudanças comportamentais necessárias e as tensões desaparecerão. Quanto mais o indivíduo houver trabalhado a sua própria pessoa e estiver em coerência consigo mesmo e com as partes mais sutis e mais poderosas de si próprio (Não-Consciente), mais sensível e mais capaz ele será de perceber e receber as mensagens do primeiro tipo e de compreendê-las. Havendo chegado a um certo nível, ele poderá mesmo preveni-las. Infelizmente, temos muita dificuldade em ser receptivos a

partir desse nível. Há numerosas razões para isso, sobretudo a nossa tendência natural para o que é fácil e a nossa cultura, que separa as coisas e faz com que não saibamos mais como uni-las. Assim sendo, desenvolvemos nossa surdez interior. Este primeiro nível de mensagens é, no entanto, riquíssimo e não é o único. Numerosos sinais também chegam até nós, vindos do nosso meio ambiente, particularmente através do que chamamos de "efeito espelho". Retomarei esse assunto mais adiante.

Para poder se fazer ouvir, o nosso Não-Consciente às vezes também recorre aos dois outros tipos de mensagens, os traumatismos e as doenças. Devido à preocupação e à necessidade de eficiência, ousou dizer que esses tipos são visivelmente mais fortes e percussivos. Eles apresentam um segundo inconveniente que não deve ser negligenciado no que diz respeito às mensagens mais diretas. Os traumatismos e as doenças nunca coincidem no tempo quando o problema é a origem da tensão. Esse desajuste é proporcional à nossa surdez, à nossa incapacidade de entender as mensagens. Talvez isso se deva à existência de uma sensibilidade extrema que os tomaria mais fortes ou simplesmente à nossa recusa em mudar. O desajuste é mais importante para a doença do que para o traumatismo. E é ainda maior quando se trata da tensão, ou melhor, sua significação é "recusada" especialmente porque esta atinge zonas de sensibilidade muito fortes no indivíduo. Quando ela está relacionada aos pontos-chave da pessoa, seus efeitos chegam mesmo a se manifestar nos planos do consciente, em encarnações diferentes.

Os traumatismos do corpo e dos membros

Eles representam o segundo modo de comunicação. Trata-se nesse caso de um segundo estágio na escala das mensagens. Na verdade, representam uma fase em que o indivíduo busca uma solução por meio de seu Não-Consciente. O traumatismo é, então, uma expressão ativa, partindo do princípio que representa uma tentativa dupla por parte da pessoa que o vivencia. É, antes de tudo, uma nova mensagem, mais enfática do que o tipo anterior mas, apesar de tudo, ainda é um modo de comunicação aberto. O

Mestre ou Guia Interior bate bem mais forte na janela e chega mesmo a quebrá-la para fazer bastante barulho e assim obrigar o Cocheiro a escutá-la. Este estágio pode ainda admitir uma mudança direta da situação em questão, pois aparece durante o processo de densificação ou de liberação das energias. Porém, ainda não significa que deveremos passar por uma reprodução de esquemas, contanto que "acusemos recepção". Seu destino é dar um intervalo para a pessoa, obrigá-la a deter momentaneamente sua dinâmica não adaptada para compreender e mudar.

Mas o traumatismo também é uma tentativa ativa de estimulação ou de liberação de energias tensionais que se acumularam em função da distorção interior das pessoas. É por essa razão que nada se produz no corpo a esmo. O choque, o corte, a entorse, a fratura etc. vão surgir num ponto bem preciso do corpo físico, a fim de estimular as energias que circulam nesse ponto ou de expulsar o bloqueio de energias desse ponto, às vezes até os dois últimos ao mesmo tempo. Assim sendo, ele nos fornece informações de uma precisão extrema sobre o que se passa dentro de nós. Torcer o tornozelo direito ou cortar o polegar esquerdo, deslocar a terceira cervical ou bater com a cabeça, cada um, por sua vez, vai determinar o que não vai bem.

Um dia, durante um dos meus seminários, eu expunha essa idéia e dava exemplos. A um certo momento, falava dos problemas no joelho e explicava que esses denotavam problemas de tensões relacionais com os outros e, em particular, dificuldade em proferir, ceder, aceitar algo ligado a essa relação com o outro. Obtive uma gigantesca gargalhada como resposta. Dirigi-me então à pessoa que acabara de expressar o seu desacordo dessa forma e lhe perguntei o que havia de tão engraçado no que acabara de dizer. Esse homem me respondeu que havia tido uma entorse num joelho dois anos antes, simplesmente porque disputava uma partida violenta de futebol e porque havia chutado a bola ao se virar. Não havia então, nesse caso, nada a ser compreendido senão o fato de que no esporte, entre outras situações, podemos nos ferir por acaso. Então, eu lhe perguntei simplesmente qual joelho havia ferido. O direito, respondeu-me. Eu lhe propus então que refletisse sobre o assunto e checasse se, na época, não vivia algum tipo de tensão relacional conflitante com uma mulher, diante da qual

ele se recusava a proferir alguma coisa. Depois, não querendo estender o assunto, simplesmente retomei outra coisa, sem lhe pedir resposta. Durante a meia hora que se seguiu, percebi que ele refletia, procurava e aí, de repente, sua face começou a empalidecer brutalmente. Fiz uma interrupção para lhe perguntar o que estava acontecendo. Ele compartilhou então o que acabara de lembrar com todo o grupo. Na véspera do jogo, havia recebido a carta oficial de pedido de divórcio da sua esposa, com a qual vinha vivendo em conflito durante vários meses. Tratava-se de um divórcio que ele se recusava a aceitar.

Os traumatismos são ativos porque se manifestam no Yang; estão geralmente relacionados às partes do corpo que pertencem ao exterior, como os membros, a cabeça, o busto. Agem também no nível das energias defensivas que circulam principalmente na superfície do corpo. A lugar ferido vem a ser uma informação essencial para que haja compreensão, mas a lateralidade faz com que essa compreensão se torne ainda mais clara. Uma entorse no punho tem um significado global, mas o fato de se tratar do direito ou do esquerdo vai tornar essa significação ainda mais precisa. É preciso saber que quanto mais forte for a tensão ou quanto mais tempo durar sem ter sido "percebida", mais chances o traumatismo tem de ser algo importante, e mesmo violento. Ele não se torna menos "positivo", ou seja, ativo, mesmo que leve ao acidente mortal, tendo em vista que representa uma tentativa, às vezes extrema, de ação, de eliminação, de mudança das coisas. Está claro então que ele deverá ser compreendido e, se necessário, tratado dentro dessa compreensão. Caso contrário, corremos o risco de impedir uma busca de solução que poderia vir a ser vital.

As doenças orgânicas e psicológicas

O terceiro tipo de mensagem, enfim, é aquele que se apóia nas doenças, sejam elas orgânicas e/ou psicológicas. Estamos aqui num estágio de eliminação das tensões, das distorções internas que podemos chamar de "passivo". Estamos no Yin, nas profundezas do corpo ou do espírito. O indivíduo elimina suas tensões mas, dessa vez, de forma "fechada". O Mestre Interior vai fazer com

que a Carruagem enguice para obrigar o Cocheiro a parar. Essa eliminação, mesmo que carregue um significado, força essa parada e não admite mais uma mudança direta. Ela aparece ao final do ciclo de densificação ou de liberação. quando este não se desenvolveu totalmente ou completamente e quando a nossa "teimosia" cristalizou, fixou as coisas dentro de nós. Assim, vai ser obrigatório passar pela reprodução de esquemas, de experiências. pela experiência vivida novamente, para integrá-la e, se possível, mudar a memória da sua Consciência Holográfica. No entanto, essa reprodução pode ser feita quando se tem uma consciência enriquecida. Vai depender da compreensão que tivermos da experiência, da nossa capacidade em ter decodificado e aceitado a mensagem da doença.

A doença nos permite duas coisas. Antes de tudo, liberar as energias tensionais armazenadas e, nesse sentido, ela faz o grande papel de válvula. Podemos meditar seriamente sobre o que representa o modelo "moderno", ou seja, alopático (medicamentos químicos), de tratamento das doenças. Esse modelo amordaça as doenças ou mesmo as "mata" na sua origem ou quando estão em plena força, impedindo-as assim de se exprimir. Mas a doença também serve como sinal de alerta. com uma precisão tão grande como a dos traumatismos. Ela nos fala muito precisamente sobre o que se passa no nosso interior e nos oferece indicações interessantes para o futuro.

Enquanto mensagem passiva. trata-se afinal de uma fuga, de uma fraqueza da pessoa que padece e chega a ser mesmo inconscientemente, às vezes, vivenciada como se fosse uma derrota. Uma Carruagem que enguiçou e foi consertada não é tão sólida quanto uma nova ou ainda não inspira mais tanta confiança no seu proprietário. A doença representa, conscientemente ou não, uma constatação de fracasso ou de incapacidade de compreender, de admitir, ou até mesmo de simplesmente sentir a distorção interior. Não soubemos reagir ou fazer qualquer outra coisa que pudesse mudar as coisas ou, pior ainda, achamos que não fomos fortes o suficiente para resistir. Efetuamos assim a eliminação, porém sabemos bem, mais conscientemente ou menos, que podemos fazer melhor. Se tivermos aprendido a lição, depois da recuperação, desenvolveremos nossa imunidade interior. Caso contrário, nos

enfraqueceremos ainda mais e desenvolveremos as doenças de maneira cada vez mais fácil. Quanto mais antiga for a tensão a ser eliminada, mais poderosa ela será e mais necessidade terá a doença de ser grave e profunda.

Essa diferença entre o caráter "passivo" da doença e "ativo" dos traumatismos é fundamental. Ela aparece até mesmo na maneira em que o corpo físico o "resolve". No caso dos traumatismos, o corpo conserta os estragos graças ao fenômeno miraculoso da cicatrização. Tal fenômeno é ativo, pois são as células traumatizadas ou outras do mesmo tipo que se reconstituem. O Cocheiro pode, ele mesmo, fazer o conserto. No caso da doença, o corpo faz o conserto graças ao sistema imunológico. Esse processo é passivo a partir do momento em que são células de um tipo diferente daquelas que estão doentes que intervêm. É preciso fazer apelo a um técnico para consertar a Carruagem. A ajuda, a assistência, a solução vêm do exterior, de elementos estrangeiros (os glóbulos brancos, por exemplo), enquanto que, no caso do traumatismo, é a parte traumatizada que ajuda a si mesma, que faz o conserto com as suas próprias células.

Os atos "falhos"

Junto com o que havia chamado de ato "falho", Freud nos forneceu um elemento extraordinariamente rico da psicologia individual e das interações corpo-espírito. Ele dizia que exprimíamos, liberávamos tensões interiores que não havíamos podido ou sabido liberar de alguma forma através dos nossos lapsos, dos nossos gestos desastrados e acidentais. Assim, quando cometemos um lapso considera-se, na verdade, que este exprime o que realmente pensamos.

O que sempre me surpreendeu é que ele tenha chamado esses atos de "falhos". Eles são, em razão disso, automaticamente percebidos, sentidos como um erro, algo que não está adaptado e que deve ser evitado (ao menos pela maioria dos indivíduos). Isso é uma pena, pois, na medida do possível, iremos procurar impedir que eles aconteçam, particularmente quando instalamos uma censura interior mais eficaz. Prefiro chamá-lo de um ato "bem-suce-

dido", mesmo se o resultado tangível não for aquele esperado pelo Consciente da pessoa, pois esse ato é a manifestação real de uma tentativa de comunicação com o nosso Consciente por parte do nosso Não-Consciente. Trata-se de uma mensagem, às vezes codificada, através da qual o nosso Não-Consciente exprime uma tensão interior; para o nosso Consciente isso significa que as coisas não estão coerentes, não se encaixam. É o Mestre ou Guia Interior que vem puxar as rédeas que o Cocheiro adormecido segura, esperando que as sacudidelas causadas pelos buracos e lombadas do caminho venham acordar este último.

Assim como as mensagens das quais falava anteriormente e das quais ele faz parte, o ato "bem-sucedido" pode tomar três formas. Pode se tratar de um lapsus linguo, e, ou seja, de um "erro" de expressão verbal (empregar uma palavra no lugar da outra), de um gesto "desastrado" (derrubar uma taça em alguém ou quebrar um objeto), gesto esse que não apresenta o resultado esperado, e, enfim, de um ato mais traumatizante como um corte, uma entorse ou um acidente de carro. Vimos este último tipo no capítulo sobre os traumatismos.

O que acaba de ser colocado nos permite compreender por que Freud falou em ato "falho", uma vez que este sempre toma uma forma de aparência negativa. A razão é muito simples. O nosso Não-Consciente se comporta como uma criança. Quando uma criança acha que seus pais não lhe dão atenção suficiente, não a escutam o bastante, ela faz o que for necessário para que isso mude. No berço, ela chora, urra e isso funciona, então o sistema é bom. Mais tarde, estará fazendo a mesma coisa ao quebrar um prato, tirar notas ruins na escola ou bater na irmã ou no irmão menor. E nós agimos como os pais. Estamos ocupados demais para nos dar conta das necessidades da nossa criança interior. Então só reagimos quando o apelo se torna incômodo, ou seja, negativo. Não soubemos captar nada anteriormente. Acontece o mesmo entre o nosso Consciente e o nosso Não-Consciente. Este último nos envia muitas mensagens "positivas", como as que eu menciono no capítulo sobre o efeito espelho ou como os sonhos, mas, na maioria das vezes, não somos capazes ou não estamos prontos para ouvi-las.

O Não-Consciente, o Mestre ou Guia Interior, passa então para o segundo estágio, que é o das mensagens de caráter "negativo", ou seja, que oferecem dissabor, a fim de que escutemos e prestemos atenção. Se a comunicação ainda existir, uma vez que não foi cortada por uma hipertrofia do Consciente, a mensagem passará através de tensões físicas ou psicológicas, de pesadelos ou de atos "falhos" leves (lapsos, quebra de objetos significativos etc.). Se a comunicação for de má qualidade, mesmo quase inexistente, a força da mensagem vai aumentar (quando a linha está ruim no telefone, às vezes devemos urrar para que o nosso correspondente nos ouça). Vamos entrar na fase acidental ou conflitante para provocar e obter os traumatismos dos quais falei no capítulo anterior. Podemos também fazer com que fiquemos... doentes (pegar frio, beber ou comer em excesso ou em quantidade insuficiente etc.). Se, enfim, a comunicação for totalmente cortada, temos então a doença profunda, estrutural (doenças auto-imunes, cânceres etc.).

O efeito espelho

A vida vai sempre nos oferecendo meios de informação e de reflexão sobre o que se passa conosco até que todas as possibilidades se esgotem. A cada instante o nosso meio ambiente nos envia essas mensagens que nos fornecem constantemente informações corretas e profundas. Esse primeiro nível de mensagens mandadas pela vida para nos ajudar a compreender quem somos e o que temos de viver se chama "o efeito espelho". Na verdade, a vida busca apoio em numerosos suportes, a fim de se comunicar conosco e nos guiar, e cabe somente a nós escutá-la. Observando o que se passa ao redor de nós e o que os outros representam no nosso meio biológico, contamos com um campo inesgotável de compreensão a respeito de nós mesmos. É nessa compreensão da vida que se insere esse "efeito espelho", sobre o qual Carl Gustav Jung dizia: "Percebemos nos outros as outras mil facetas de nós mesmos."

O que é, pois, esse efeito espelho? Trata-se de um dos conceitos filosóficos mais difíceis de aceitar durante a minha busca pessoal.

Na verdade, significa que tudo aquilo que vemos nos outros é apenas um reflexo de nós mesmos. Quando algo nos agrada em alguém, geralmente se trata de uma parte de nós mesmos na qual não ousamos acreditar ou que não ousamos exprimir. Até então, o princípio é aceitável. Vamos mais longe. Quando não suportamos algo no outro, isso quer dizer que se trata de uma polaridade que também nos pertence, mas que não suportamos. Recusamo-nos a vê-la, a aceitá-la, e não podemos tolerá-la no outro porque ela nos remete a nós mesmos. É isso que se torna muito mais difícil de admitir. Reflitamos, no entanto, sinceramente a esse respeito. Qual é a única parte do nosso corpo que jamais poderemos ver com nossos próprios olhos, mesmo sendo o melhor contorcionista do mundo? Trata-se do nosso rosto! Ora, o que representa esse rosto, para que serve? Representa nossa identidade e, aliás, é a sua foto que está colocada nas cédulas ditas de identidade. A única maneira que encontramos para ver o nosso rosto seria olhá-lo no espelho. Vemos, então, o nosso reflexo, a imagem que ele nos devolve. Na vida, o nosso espelho é o outro. O que vemos e a imagem que ele nos devolve são o reflexo fiel de nós mesmos, do que se passa conosco. Isso ganha ainda mais força se acrescentarmos o fato de que "escolhemos" as pessoas que encontramos. Trata-se, então, de um tapa na cara! Trata-se de um tapa quando, por exemplo, encontramos pessoas injustas com frequência. Isso nos obriga a refletir a respeito da nossa própria injustiça em relação aos outros. Reflitamos sobre a nossa avidez se encontrarmos pessoas ávidas com frequência, sobre a nossa infidelidade se formos constantemente traídos.

Naturalmente, como eu mesmo já o fiz muitas vezes, não vemos, não encontramos em nós mesmos aquilo que somos, que nos desagrade ou nos incomoda no outro. Mas se formos totalmente sinceros, se aceitarmos nos observar realmente sem fazer julgamentos, logo descobriremos em quem o outro se parece conosco e quando fomos como ele. A vida é feita de forma que só vemos, só percebemos, só somos atraídos por aquilo que nos interessa, nos diz respeito.

O segundo elemento desse efeito espelho é que a nossa Consciência Holográfica, o nosso Não-Consciente, o nosso Mestre ou Guia Interior, nos levam ao encontro de pessoas que convêm. Esse

princípio funciona tanto no sentido negativo como também no positivo. Quando realmente queremos alguma coisa, é ele que faz com que encontremos, como que por acaso, as pessoas, os livros ou as emissões de radio ou de televisão que vão nos ajudar. Porém, é também o princípio que C. G. Jung chamava de fenômeno da "sincronicidade" que faz com que encontremos as pessoas que nos "des-convêm", quando temos que compreender, mudar alguma coisa quanto à nossa atitude de vida. Aliás, às vezes é difícil perceber ou aceitar mas, em todo caso, a única pergunta que podemos nos fazer é: "O que é que eu tenho que compreender nesta situação?", ou mesmo: "O que é que este encontro, esta situação pode me ensinar?" Se formos sinceros, a resposta vem rapidamente. Aliás, os sacerdotes e budistas tibetanos dizem que na vida "os nossos melhores mestres (os que nos fazem agir, progredir) são os nossos piores inimigos, aqueles que nos fazem sofrer mais"...

Mas, infelizmente, muitas vezes permanecemos surdos ou equivocados no que diz respeito a essas mensagens que atentam para nos prevenir do que acontece e do que devemos trabalhar na nossa vida. Então, somos obrigados a ir mais adiante, ao encontro dos atos falhos, dos traumatismos, ou mesmo das doenças. Eles falam conosco mas é preciso aprender a decodificar a sua linguagem. Nós o faremos na terceira parte desta obra, estudando os diferentes elementos do nosso corpo, especialmente a função deles. Isso pode parecer inútil, pois se espera que todos saibam para que serve um braço, uma perna, um estômago ou um pulmão. Mas tudo o que temos é uma imagem parcial dessas partes de nós mesmos, das quais só compreendemos e só conhecemos a função mecânica. Vale a pena ampliar a significação global dessa função, particularmente a sua representação, a sua projeção psicológica. Poderemos assim extrair daí a significação das tensões que se manifestam em um ponto ou outro do corpo. Se você está interessado somente nisso, deve então passar diretamente para a Terceira Parte.

Antes me parece útil explicar como e graças a que isso acontece. Acabamos de ver por que as coisas se desenrolam dessa forma através da apresentação global da realidade humana. Vamos agora abordar de que maneira elas funcionam em nós. É o domí-

nio da energia, da compreensão energética do ser humano. A minha proposta é a codificação taoísta dessas energias e, particularmente, a sua estruturação no corpo. Yin, Yang, meridianos de acupuntura, Chacras, todos esses conceitos vão permitir que localizemos as coisas no interior do nosso corpo e que percebamos as inter-relações que aí existem. Graças a eles, vamos poder unir entre si todas essas partes que nos pertencem, que a ciência moderna separa e segmenta. Poderemos assim lhes dar novamente um sentido do qual, provavelmente, nos esquecemos um pouco.

"Meu coração tem medo de sofrer, diz o jovem ao alquimista, numa noite em que eles olhavam para o céu sem lua. -Diga-lhe que o medo de sofrer é pior do que o sofrimento por si só. E que o coração de alguém jamais sofreu enquanto estava à procura dos seus sonhos."

Paulo Coelho, O Alquimista

"Não é o céu que interrompe prematuramente a linha da vida dos homens; são os homens que, através dos seus desvarios, atraem a morte para si mesmos em plena vida. "

Mong Tseu

SEGUNDA PARTE

Como é que isso acontece? Como unir as coisas dentro de nós?

O conceito do "Homem entre o Céu e a Terra"

As energias Yin e Yang no homem

Entre as tradições que souberam codificar e conservar uma conceituação holística do homem, a tradição chinesa me parece particularmente interessante. A filosofia taoísta, através da idéia "do todo em tudo", recolocou o indivíduo no seu verdadeiro lugar. O microcosmo do homem é construído de forma idêntica à do macrocosmo do Universo. Partindo desse amplo princípio de base, o corpo humano é construído, arquitetado segundo as mesmas regras do universo e deve respeitar as mesmas leis cíclicas. As mais fáceis de serem reconhecidas são as estações, as lunações

(correspondem ao mês lunar), ou o ciclo dia/noite, mas há ainda muitas outras.

O Homem, situado "entre o Céu e a Terra", recebe a energia de ambos. O seu papel consiste em catalisá-la, transformando-a dentro de si para "humanizá-la" e, então, desenvolver-se. Por essa razão, ele participa diretamente do equilíbrio geral e não pode ser compreendido se for desconectado do conjunto, do "todo". Os físicos "quânticos" certamente concordarão com isso. Na verdade, eles redescobrem essa noção do "todo em tudo" e até constataram um nível tal de interação entre as coisas que até o pesquisador e os instrumentos de medida escolhidos têm influência, e até determinam o resultado das experiências. Será que a realidade é assim tão segmentada como nos fazia crer um certo cartesianismo?

Esses físicos quânticos deram, aliás, um grande passo adiante quando conheceram e colaboraram com homens como C. G. Jung, Wolfgang Paoli ou então Krishnamurti ou David Bohm (aluno e protegido de Einstein). O físico David Peat, por sua vez, "trabalha" com os Indígenas da América do Norte, os Blackfeet, pois a maneira particular com que descrevem e compreendem o mundo faz com que não falem nem descrevam coisas, objetos, mas sim processos, funções. Veremos na Terceira Parte como esse olhar pode enriquecer a compreensão das coisas e suas interações. O "olhar" deles jamais permanece estático, estando dessa forma numa dinâmica permanente. Enfim, Fritjof Capra mostra bem no seu livro O Tao da física como ele "reencontra", através dessa abordagem quântica, todas as leis descritas há vários milhares de anos pela filosofia do Tao. Pois, faço questão de repetir, o Taoísmo é uma filosofia de vida e não uma religião, ao contrário do que alguns quiseram pensar.

Lao-Tse e Confúcio, que foram os precursores, os "escribas teóricos" dessa filosofia e, em especial, da filosofia do Yin e do Yang, eram, aliás, filósofos, homens letrados, e não religiosos. Toda vida que existe no Universo e que reside no ser humano foi Codificada e estruturada através dessas duas linhas conceituais - o Yin e o Yang, e a lei dos Cinco Princípios, ou lei dos Cinco Elementos. Como tudo isso foi possível? Simplesmente através da observação empírica, porém "inteligente", das coisas e através da capacidade de "abrir" certos campos de consciência.

A primeira linha conceitual é a temia do Yin e do Yang. Ela se baseia na idéia de que todas as coisas existem e funcionam graças à ação e interação permanentes e imutáveis de duas forças, o Yin e o Yang. Essa bipolaridade Yin/Yang é totalmente complementar. Na realidade, apesar dessas duas forças serem "opostas", elas nunca são antagonistas e monolíticas. É sempre no momento em que uma delas se encontra no seu máximo que carrega consigo o início, o ponto de nascença da outra.

Tudo é então construído, observado e compreendido ao redor desse conceito. Há o dia e a noite. Há o céu e a terra, o preto e o branco, o alto e o baixo, o jovem e o velho, o belo e o feio, o positivo e o negativo, o calor e o frio etc. A estruturação bipolar Yin/Yang de toda materialização da Vida aparece claramente, e conta ainda com essa sutileza capaz de compreender que nada é total mente um ou o outro, assim como o mostra o célebre símbolo do \square ão, em que cada parte carrega um ponto da cor do seu inverso.

Todos os planos da vida estão relacionados aos famosos Kouas e são também representados por estes - linhas cheias ou partidas que representam todas as combinações possíveis do Yin e do Yang



Tai Chi, símbolo do Tao

(2, bipolaridade) associadas em trigramas (3, trindade). Cada trigrama, composto por três linhas Yin (partida) ou Yang (cheia) corresponde a uma representação maior da vida em família (pai, mãe, filho, filha etc.) ou da natureza (vento, trovão, pântano, montanha etc.) e simboliza todas as potencialidades através das quais a vida se exprime. Combinados dois a dois, esses trigramas resultam nos "hexagramas", que constituem a base analítica do famoso I Ching ou Livro das Transformações. Este livro, que não se trata de forma alguma de uma obra divinatória, é, na verdade, uma ferramenta essencial de tradução das nossas mensagens interiores e dos sinais que o nosso Mestre ou Guia Interior nos envia. Veremos posteriormente o quanto essas mensagens são importantes às vezes.

Como podemos constatar no quadro a seguir, todas as manifestações da vida podem ser classificadas em função da forma Yin ou Yang. Naturalmente seria impossível citá-las todas, e eu só proponho alguns exemplos. O mais importante é ter percebido o espírito dessa segmentação aparente.

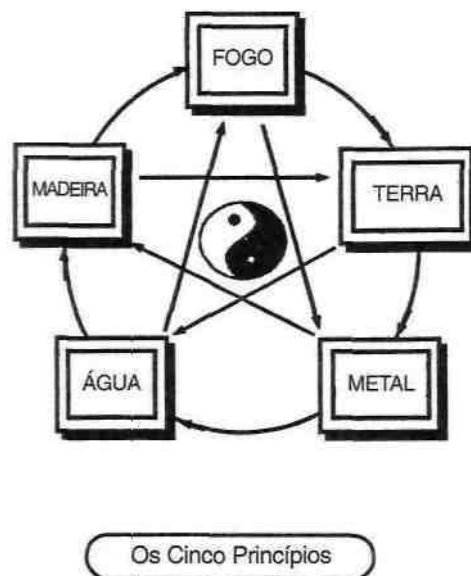
Com a sua inabalável lógica, os filósofos chineses utilizaram esse recorte para todo o Universo, o macrocosmo; e para o homem, o microcosmo. No corpo humano, por exemplo, a parte baixa é então Yin e a parte alta Yang, a direita Yin e a esquerda Yang, a parte

Yin	Yang
A lua, o inverno, a água, o norte, o frio, a noite, o feminino, a mãe o passivo, o negativo, a recepção, o sentimento, o afeto, o profundo, o preto o escuro, a obscuridade, o interior, o escondido, o espaço, o baixo, a direita, o suave, o maleável, o manifestado, o tangível, o gesto, o real, o par, a matéria, a quantidade, a substância , etc...	O sol, o verão, o fogo, o sul o calor, o dia, o masculino, o pai, o ativo, o positivo, a dádiva, a ação, a reflexão, a superfície, o branco, o claro, a luz, o exterior, o aparente, o tempo, o alto, a esquerda, o duro, o rígido, o não-manifestado, o intangível, o pensamento, o virtual, o ímpar, a energia, a qualidade, a essência, etc...

anterior do corpo Yin e a parte posterior Yang, a profundidade Yin e a superfície Yang.

No entanto, repito, essas noções de Yin e de Yang não são noções estáticas, muito pelo contrário. Estão totalmente relacionadas ao nível de observação e ao ponto observado. Se o frio é Yin, o menos frio do frio é Yang e o mais frio do frio é Yin. Se o escuro é Yin, o menos escuro é Yang e o mais escuro Yin. Se o quente é Yang, o menos quente é Yin e o mais quente Yang. Se o luminoso é Yang, o menos luminoso é Yin e o mais luminoso Yang. E assim por diante. Ou seja, o Yin é sempre o Yin de alguma coisa e o Yang é sempre o Yang de alguma coisa; cada um só toma significação se relacionado ao seu complemento, da mesma forma que existe a mão direita porque há a mão esquerda ou que existe o alto porque há o baixo.

A segunda linha conceitual se chama a lei dos Cinco Princípios. A observação Empírica dos elementos terrestres levou os chineses a constatar que os Cinco Princípios de base geravam, estruturavam e representavam tudo o que existe no Universo. Esses Cinco Princípios são a Madeira, o Fogo, a Terra, o Metal e a Água.



Essa lei dos Cinco Princípios, mais habitualmente chamada lei dos Cinco Elementos, não tem origem realmente conhecida. Ela se perde nos tempos mais antigos e foi se fazendo, pouco a pouco, através da observação profunda de todos os ciclos da natureza, sejam eles climáticos, sazonais, energéticos, botânicos ou outros. Essa lei dos Cinco Princípios julga que o Universo está submetido a uma cíclica sistemática de funcionamento.

Essa cíclica se desenvolve por si mesma permanentemente segundo dois ciclos simultâneos, o da geração e o da dominância. Esses ciclos regem as relações interdependentes entre os Cinco Princípios fundamentais, que são a base existencial desse Universo. Encontramos nessa lei todos os elementos já conhecidos do Tao, cada princípio possuindo uma forma mais ou menos Yin ou Yang.

A cada princípio está associada uma simbólica que é capaz de envolver a globalidade complexa e completa que ele representa. Cada um, na verdade, corresponde a um planeta, um ponto cardinal, uma estação, um clima, uma cor, um sabor, um odor, um tipo de alimento, um órgão, uma "víscera", um meridiano Yin e um meridiano Yang, um momento do dia, um tipo de psicologia, um tipo de morfologia etc. Essa riqueza simbólica nos faz enxergar a importância fundamental dessa lei energética, que é mesmo a base de toda a compreensão taoísta do homem e que se atribui a todas as manifestações da vida.

A divisão baseada em estações do ano, por exemplo (primavera, verão, outono, inverno), pode ser transportada de uma forma muito interessante para outros ciclos da vida. Ela se transpõe perfeitamente para o período de duração de um dia; a manhã sendo a primavera, o meio-dia o verão, o fim de tarde o outono e a noite o inverno. Ela também pode se aplicar perfeitamente à vida de um homem; o seu nascimento e início da infância sendo a primavera, a juventude antes dos 40 anos o verão, a maturidade (até por volta dos 60 anos) seu outono, e a sua velhice e morte o seu inverno. Essa divisão "baseada nas estações" pode, na verdade, ser transportada para qualquer período de tempo, como um projeto, uma doença, a construção de uma casa ou a digestão de uma refeição. Tudo em tudo.

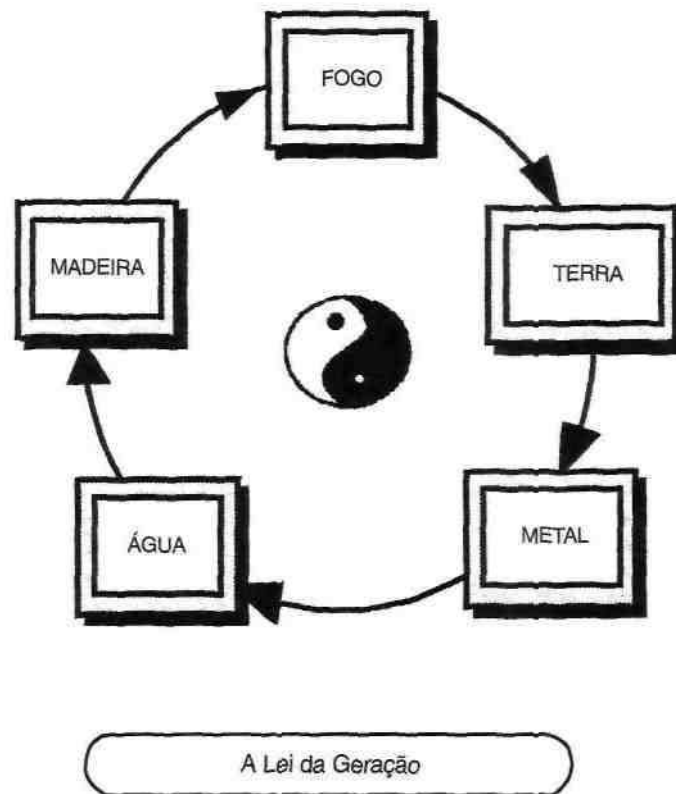
Assim como explicava anteriormente, os Cinco Princípios não são imóveis, estáticos, muito pelo contrário. Aliás, é por essa razão

que prefiro o termo "Princípios" ao termo "Elementos" que é habitualmente utilizado. Eles estão permanentemente interagindo segundo duas leis ao mesmo tempo extremamente simples e precisas. Essas leis, que definem e geram as relações entre os Cinco Princípios, foram, elas também, estabelecidas e codificadas graças a uma observação do funcionamento das leis naturais. A filosofia do "macrocosmo e do microcosmo" foi de novo respeitada. Na verdade, os antigos chineses constataram que, no nosso Universo, todas as inter-relações eram regidas por dois operadores básicos, a adição e a subtração (a multiplicação sendo apenas uma soma de adições e a divisão, uma soma de subtrações). Assim, podemos adicionar alguma coisa ou então subtrair, retirar, alguma coisa. Eles tiraram então duas leis desses operadores, as duas únicas leis que regem as inter-relações entre os Cinco Princípios.

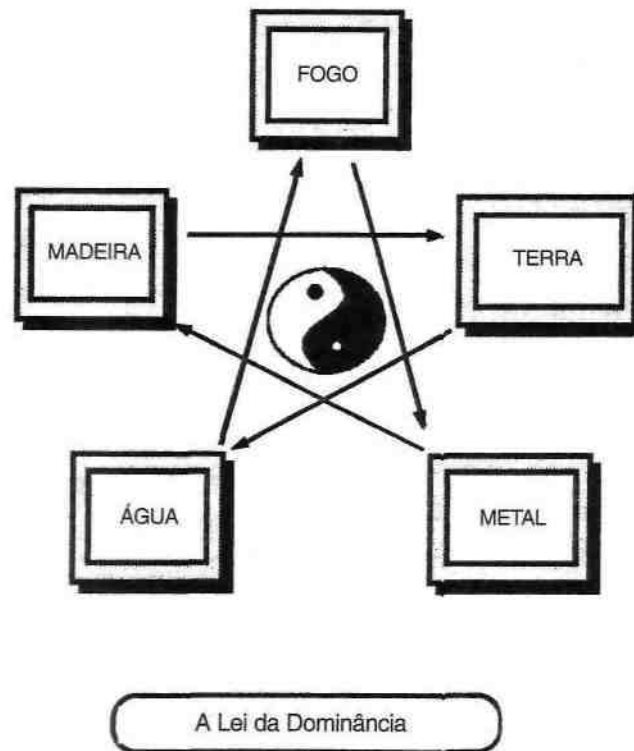
A primeira vem da adição e se chama Lei da Geração, que é também chamada de "Lei Mãe e Filho". Ela define com uma lógica sem falhas a primeira forma de relação entre os Cinco Princípios. A Madeira gera o Fogo, que gera a Terra, que gera o Metal, que gera a Água, que gera a Madeira, que, por sua vez, gera o Fogo de novo.

Vamos dar uma pequena explicação. A madeira é o que nutre, alimenta, produz o fogo. Então ela é que o gera. É também lógico dizer que o fogo nutre, alimenta a terra.

Os agricultores que fazem a queimada para "adubar" a terra certamente concordarão. Muito lógica também é a idéia da terra que produz e "fabrica" o metal (que extraímos dessa terra). Pode não parecer tão evidente dizer que o metal "produz" a água, mas é bom lembrar que, ao se oxidar, o metal libera moléculas de hidrogênio das quais a água necessita. Lembremo-nos de que ele precisa da água para se oxidar e também que, quando queremos produzir água pela catálise, a partir do oxigênio e do hidrogênio, precisamos de um eletrodo metálico. Enfim, quando o metal é aquecido, ele se torna líquido. A última explicação leva em conta o outro lado da relação, considerando que a Água é o "Filho" do Metal. Ora, a criança no ventre da sua mãe se alimenta dela, a "come". Ela a "consome" assim como a água "come" o metal, uma vez que o corrói. É, afinal, mais simples de compreender que a água "gera" a madeira, pois toda planta precisa ser irrigada para poder crescer.



A segunda lei se chama lei da Dominância ou lei do Controle e deriva da subtração. Essa lei define uma segunda forma de relação entre os Cinco princípios que é também explícita. A Madeira controla a Terra, o Fogo controla o Metal, a Terra controla a Água, o Metal controla a Madeira, a Água controla o Fogo. Nesse caso as explicações também são simples e lógicas. A madeira controla a terra, ou seja, ela a domina, dizemos também que ela a inibe. É por esse motivo que plantamos vegetação para conservar as dunas ou impedir a erosão do solo. Também está claro que o fogo "controla" o metal. Na verdade, é graças a ele que podemos forjar, fundir, trabalhar o metal, dando-lhe uma forma em particular. Também é natural que a terra "controle" a água. É ela que a absorve e é dela que nos servimos para nivelar os oceanos ou represar os rios e ribeiros. É simples de entender, em seguida, como



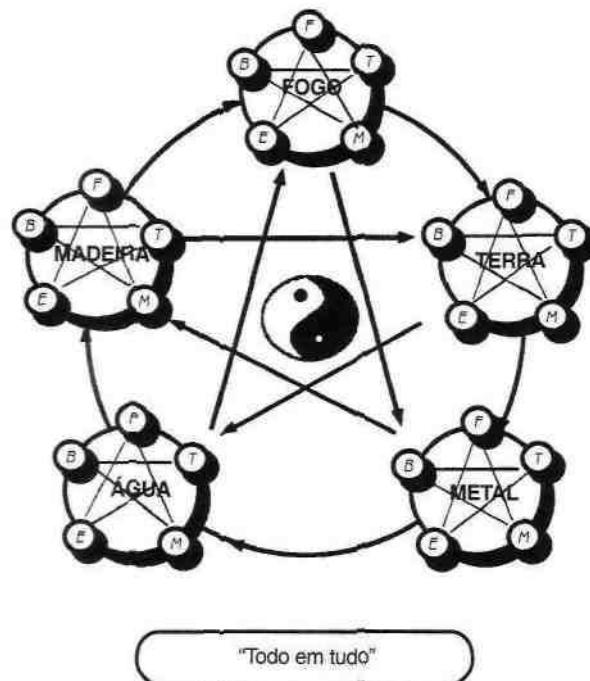
o metal controla a madeira. Graças a ele, cortamos e damos forma à madeira. Devemos então explicar como a água controla e inibe o fogo? Ela pode "baixá-lo" e, até mesmo, apagá-lo.

As imagens são claras o suficiente para que não haja necessidade de explicações suplementares. São essas duas leis naturais simples que definem as relações de interdependência permanentes, as inter-relações entre os Cinco Princípios. Elas posicionam e precisam suas influências recíprocas e a sua importância relativa e, por conseguinte, a importância de todos os critérios intervenientes que se relacionam com eles (estação, hora, desequilíbrio, forma, psiquismo, tipologia individual etc.), e especialmente a qualidade da energia que circula nos nossos meridianos. O quadro que está mais adiante demonstra a correspondência entre cada Princípio e alguns dos elementos com os quais cada um se relaciona.

Princípio	Madeira	Fogo	Terra	Metal	Água
Direção cardinal	Leste	Sul	Centro	Oeste	Norte
Energia sazonal	Primavera	Verão	Fim de estação	Outono	Inverno
Energia climática	Vento	Calor	Umidade	Seca	Frio
Energia diária	Manhã	Meio-dia	Tarde	Noite	Madrugada
Energia das cores	Verde	Vermelho	Amarelo	Branco	Preto
Sabores alimentares	Ácido, azedo	Amargo	Doce. açucarado	Picante	Salgado
Momento vital forte	Nascimento	Juventude	Maturidade	Velhice	Morte
Plano orgânico	Fígado	Coração	Baço e pâncreas	Pulmão	Rins
Plano visceral	Vesícula biliar	Intestino delgado	Estômago	Intestino grosso	Bexiga
Plano fisiológico geral	Olho. músculos	Língua, vasos sanguíneos	Carne, tecidos conjuntivos	Pele, nariz. sistema piloso	Ossos, medula, orelhas
Órgão dos sentidos	Visão	Fala	Paladar	Olfato	Audição
Tipo de secreção	Lágrimas	Suor	Saliva	Mucosas	Urina
Sintomatologia fisiológica	Unhas	Tez	Lábios	Pêlos	Cabelos
Tipologia psíquica	Percepção, imaginação, criação	Inteligência, paixão, consciência	Pensamento, memória, razão, realismo	Voluntarismo, rigor, ação/ coisas	Severidade, vontade, fecundidade, decisão
Tipologia energética	Mobilização, exteriorização	Superfície	Repartição	Interiorização	Concentração
Psicologia passional	Suscetibilidade, cólera	Alegria, prazer, violência	Reflexão, preocupação	Tristeza, desgosto, solicitude	Angústias, medos
Psicologia virtuosa	Harmonia	Brilho. ostentação	Circunspeção, penetração	Clareza, integridade, pureza	Rigor, severidade
Psicologia qualitativa	Elegância, beleza	Prosperidade	Abundância	Firmeza, sentido das realizações	Capacidade de escuta
Número Astrologia Chinesa	3 e 8	2 e 7	0 e 5	4 e 9	1 e 6
Planeta associado	Júpiter	Marte	Saturno	Vênus	Mercúrio

Podemos simbolizar as duas leis da Dominância e da Geração num simples esquema (página 75), mas é preciso completá-lo dentro da Filosofia do "todo em tudo", Cada princípio se trata, na realidade, dele próprio arquitetado ao redor e através dessas duas

leis e cinco "sub"-princípios. No metal, por exemplo, temos de novo a Terra, a Água, a Madeira, o Fogo e, claro, o Metal, que compõem esse princípio. Tudo é construído no que eu chamo de sistema "galeria dos espelhos". Nessa célebre galeria do palácio de Versalhes, quando você se coloca diante de um espelho, graças à presença de outros espelhos atrás de você, a imagem que lhe é devolvida é a sua, mas você vê, praticamente até o infinito, espelhos cada vez menores e mais deslocados nos quais está a sua imagem. O conceito do "todo em tudo" pode ser comparado a isso e cada Princípio é, por si só, composto de cinco "sub"Princípios e assim por diante. Isso também se parece muito com o que a ciência "moderna" redescobriu sob o nome de "objeto fractal", graças aos trabalhos de Benoit Mandelbrot. Vejamos esse novo esquema.



Como as energias funcionam, se estruturam e se equilibram

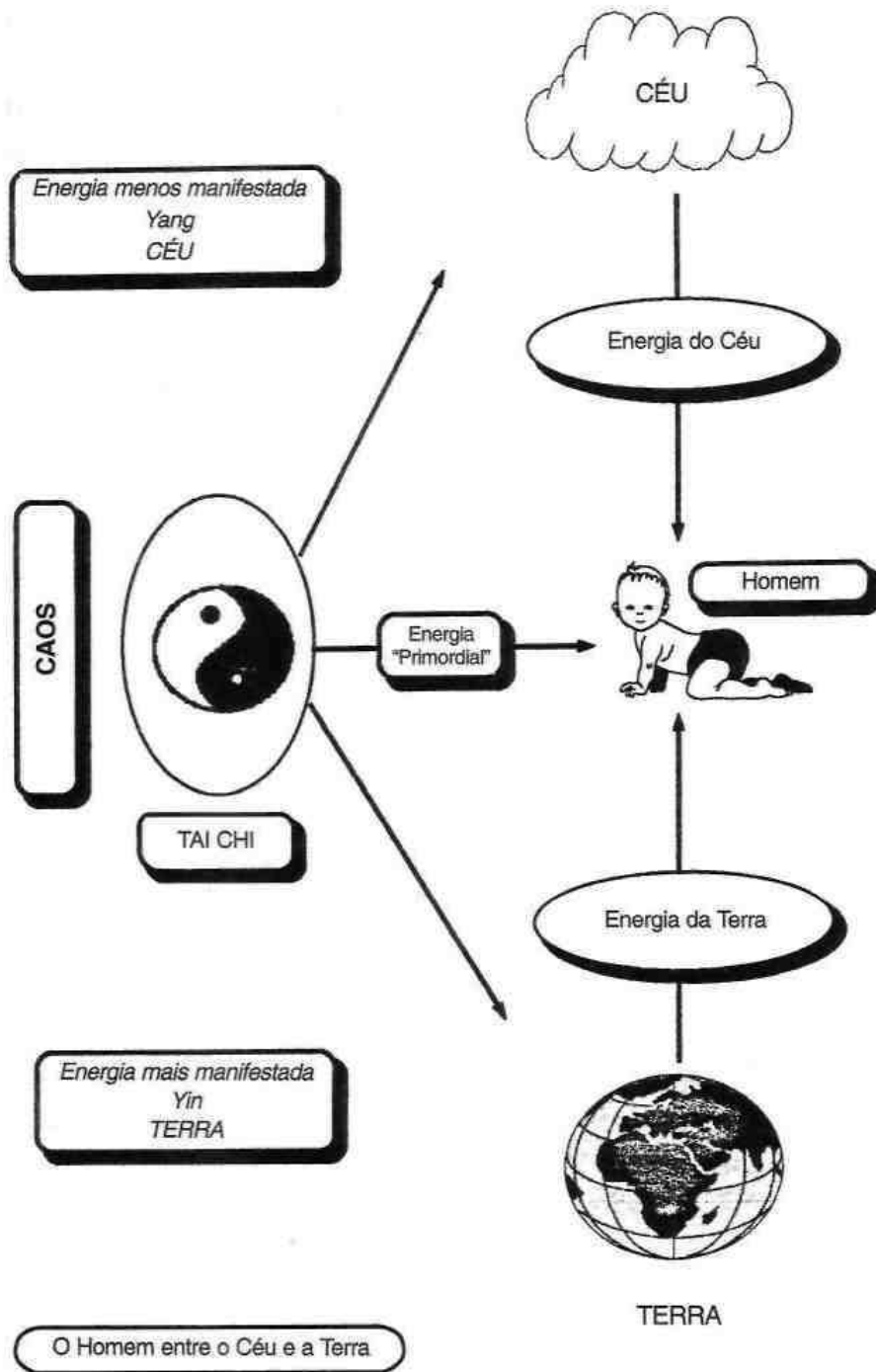
Assim, a aparição do homem se deu graças à ação do "Princípio Original" ("Princípio Divino", "Energia Primordial", "Energia Cósmica", Tao, segundo as nossas crenças e a nossa cultura) e à existência e à interação das energias do Céu e da Terra, manifestações do Yang e do Yin (elementos indissociáveis do Tao). O caos original, desordem aparente e massa sem forma identificada, organizou-se, um dia, pela ação dessa força estruturante que se chama Tao, o Princípio Único. Esse Um se manifestou, então, produzindo o Dois, ou seja, o Yin e o Yang. Essas duas formas e forças energéticas se manifestaram, por si só, através do Céu (Yang) e da Terra (Yin), guardando um ponto de encontro, de convergência e de transformação privilegiado que vem a ser o homem. Participante ativo desse processo, ele dinamiza e transforma todas as energias que o atravessam e o cercam.

Ponto de encontro e de transformação entre essas energias Yang do Céu e Yin da Terra, o indivíduo as combina dentro de si, a fim de formar o que se chama de Energia Essencial (vem de "essência"), que é simplesmente o seu combustível bruto. Esse combustível, por sua vez, vai se combinar com uma outra energia que tem

por nome "Ancestral", que poderia se chamar de "aditivo" para permanecer na metáfora do automóvel. Desse amálgama nasce então uma nova forma de energia que chamo de "Vital", ou seja, nosso supercombustível pessoal. Essa Energia Vital é própria a cada um de nós e nos permite existir enquanto ser, único e absoluto, com seus pontos fortes e fracos, suas qualidades e seus defeitos, seus excessos e suas carências.

Ao longo de toda a vida, o homem recebe e integra a energia do céu (particularmente através dos pulmões e da respiração, o "Fôlego") e da terra (particularmente através do estômago e do alimento, a "Nutrição").

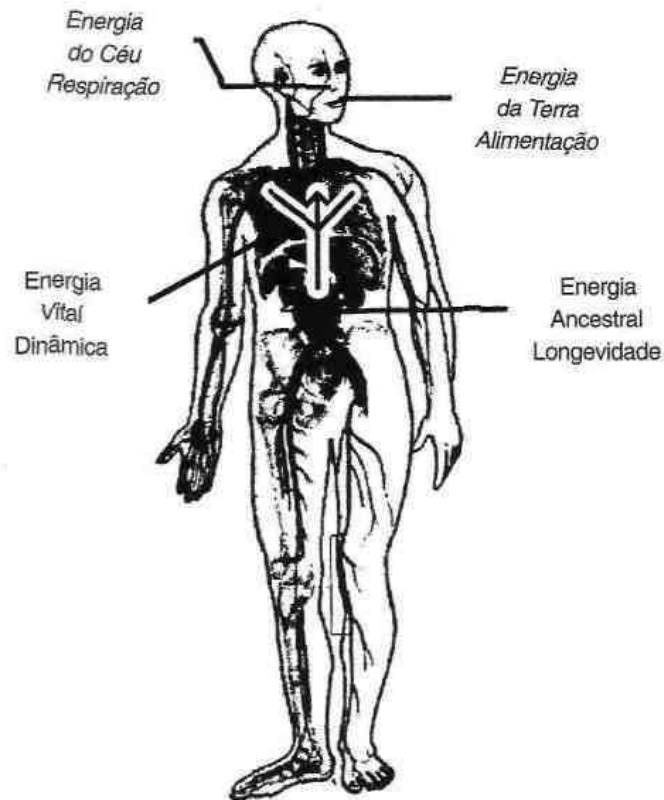
A maneira como ele as consome e, depois, as assimila, combinando-as para formar a Energia Essencial, é responsável pela qualidade e pela textura dessa última, do combustível bruto. Depois a combinação dessa Energia Essencial com a Energia An-



cestral resulta no seu supercombustível, que pressupõe sua força do momento, resistência, tipologia caracterológica e a qualidade da energia que ele transmite (se ele procriar no momento em questão). Essa Energia Ancestral representa o importante papel de reguladora qualitativa e quantitativa da Energia Vital. Na verdade, se a qualidade da Energia Essencial deixar a desejar porque apresenta um desequilíbrio (energia demais do céu ou da terra, ou então má qualidade das últimas), é a Energia Ancestral que intervém e representa o seu papel de reguladora, retirando "do seu estoque" para restabelecer o equilíbrio qualitativo ou quantitativo que foi perturbado.

A forma de assimilar e, em seguida, a qualidade e a influência de cada uma dessas formas de energia podem ser submetidas ao limite do determinismo, se nós não lhe dermos atenção; ou podem ser então "trabalhadas", se nós as conhecermos e quisermos fazê-las evoluir. Uma dieta inteligente, ou seja, sem privações porém equilibrada, uma prática física e respiratória, atitudes comportamentais e psicológicas adaptadas podem nos ajudar a obter uma Energia Essencial cuja qualidade será satisfatória.

Só gostaria de retomar de maneira um pouco mais precisa esse "aditivo" muito especial que é a Energia Ancestral, pois ela representa um papel determinante (em todo o sentido da palavra) para cada um de nós. Como indica o seu nome, essa Energia Ancestral carrega consigo a memória dos ancestrais. Ela é a "memória" do Shen e do homem. É a raiz deles e é através dela que cada indivíduo está ligado a toda humanidade e à sua história, depois mesmo da origem do Universo. Para tal, poderíamos criar a imagem da água de uma fonte na montanha. Esta carrega consigo, mesmo se estiver fluindo agora, toda a história da montanha com todos os minerais e as substâncias provenientes não só da própria montanha' como também das suas geleiras. Ou então a neve que fornece a água de hoje, às vezes, lá se encontra há vários milênios. Mediante essa Energia Ancestral, estamos permanentemente unidos não só à nossa história (aos Anais "Akkashiques"), mas também à da nossa família e, em particular, à dos nossos ascendentes. Estamos tocando aí, em alguma parte, no inconsciente coletivo e nos arquétipos junguianos.



As energias que existem em nós

A quantidade de Energia Ancestral, que é diferente para cada um de nós, é determinada uma só vez. Ela diminui, então, ao longo da vida, num dado ritmo biológico, como um reservatório que se, esvazia progressiva e regularmente através de uma torneira que não se pode fechar completamente. O ritmo será ou mais ou menos acelerado, em função das solicitações provocadas pelo nosso comportamento e, assim, pela gestão desse capital. É essa Energia Ancestral que determina a longevidade de cada um de nós. Podemos compreender facilmente como nossas atitudes alimentares, de higiene física e mental agem não só no instante (saúde), como também no tempo (longevidade e vitalidade). Lem-

bremos-nos de que, na verdade, é ela que compensa todos os desequilíbrios.

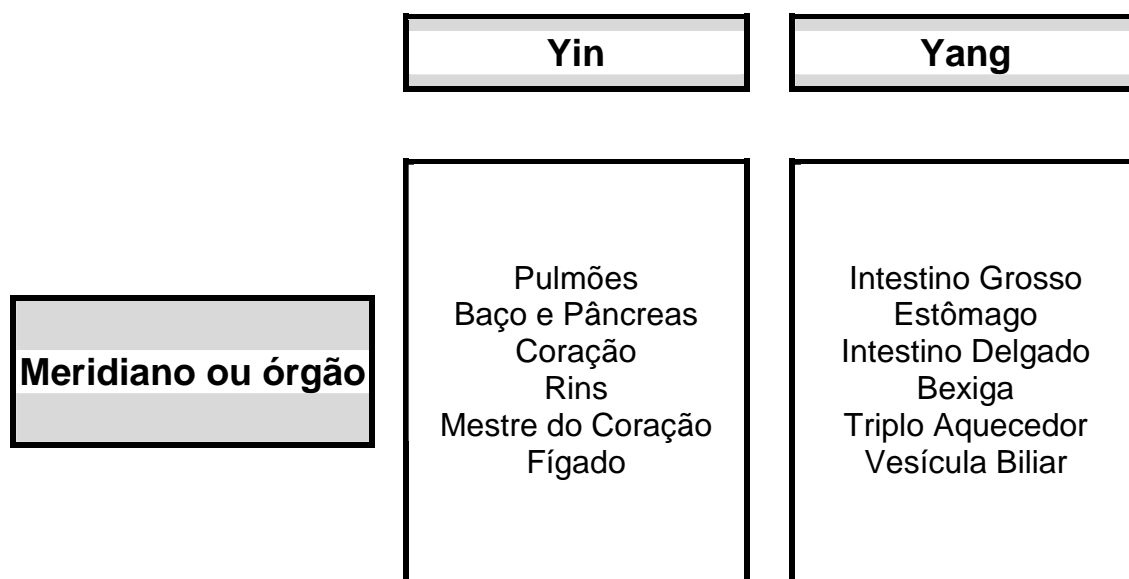
Mas voltemos à nossa Energia Vital. Esta é composta pelas Energias Essencial e Ancestral, assim como acabamos de ver. Essa alquimia profunda se passa no interior de cada um de nós, num lugar muito preciso situado entre nossos dois rins e cujo símbolo taoísta é um pequeno jarro de três pés. Esse centro energético corresponde à nascente profunda onde a força vital brota em nós. São as duas leis do Yin e do Yang e a dos Cinco Princípios que regulam, que regem a circulação dessa Energia Vital. Ela é distribuída por todo o corpo e pelos órgãos que vai alimentar e defender em função da sua dinâmica Yin ou Yang. Além disso, circula nesses circuitos especiais que são os meridianos energéticos. Ela fará esse papel respeitando as interações definidas pela lei dos Cinco Princípios e segundo as suas polaridades.

Como as energias circulam em nós (os meridianos)

Partindo desse jarro de três pés, nossa Energia Vital começa a sua circulação. Ela circula num canal, chamado canal central, por onde flui a Kundalini, ou, ainda, a Chong Mai, de acordo com a cultura. Em seguida, ela se distribui por todo o corpo e pelos órgãos através de canais menores e mais específicos, os famosos meridianos da acupuntura, que os Taoístas vêem como rios que irrigam todo o nosso organismo. Uma parte dessa energia circulará, em seguida, na superfície do corpo ou dos órgãos para defendê-los; e uma outra mais profundamente, para "nutri-los".

A Energia Vital circula em todo nosso corpo através de "rios", de "ribeiros" que são habitualmente chamados de meridianos. Existem doze meridianos "orgânicos", ou seja, relacionados com um órgão em particular, e dois meridianos "complementares", que estão relacionados à parte anterior do corpo para as energias Yin e à parte posterior para as energias Yang. Existem meridianos de natureza Yin e meridianos de natureza Yang.

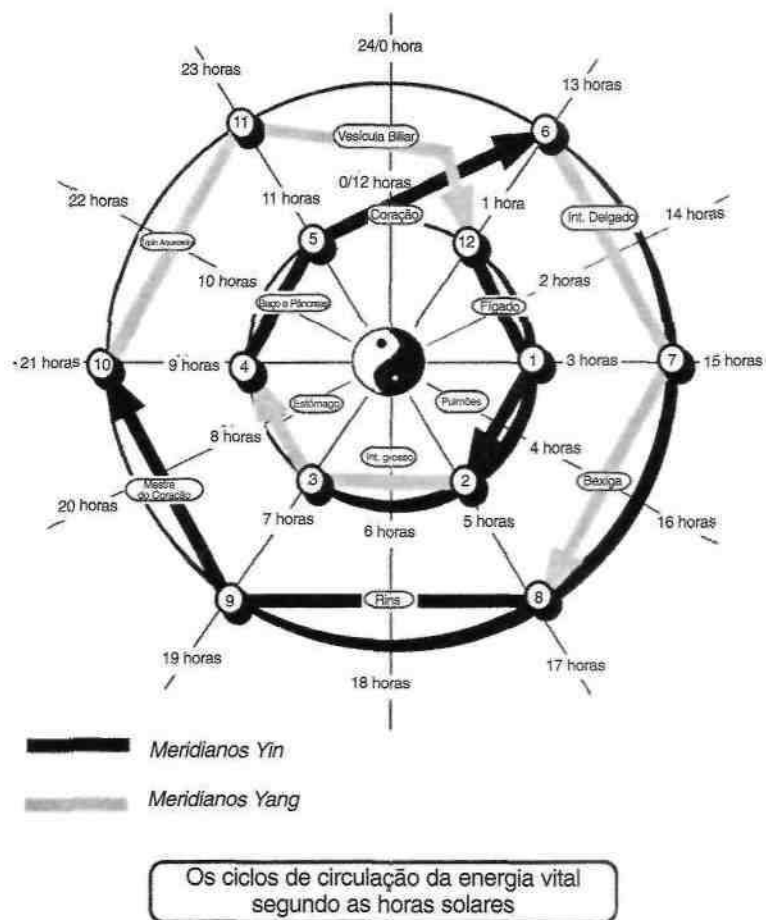
Apresento, no quadro a seguir, os nomes dos doze meridianos de base dos órgãos que lhe estão associados.



Nesses rios, flui então o nosso "supercombustível", através de todo o nosso corpo, tanto profundamente quanto na superfície, segundo trajetos bem precisos e definidos. Apesar de os meridianos não corresponderem a nenhum circuito fisiológico específico, existem (mesmo a ciência oficial os "reencontrou"... ufa!) e permitem que toda nossa realidade humana, física, psicológica e espiritual funcione. Apesar de terem nomes de órgãos, os meridianos não têm somente um papel fisiológico, mas possuem também um papel muito importante na psicologia. Eles realmente unem corpo e espírito, e a energia que transportam vai servir tanto para fazer funcionar o órgão e também a psicologia que lhe é atribuída. É graças a eles que vamos poder "unir" as coisas em nós.

Essa circulação se faz de maneira imutável de acordo com um circuito espacial e temporal bem definido. Partindo do canal central, ela se desenvolve cotidianamente segundo um ciclo diário preciso. Do meridiano do Pulmão, ela passa para o meridiano do Intestino Grosso e depois para o Estômago, de onde se dirige para o Baço-Pâncreas. Daí, vai ao Coração, e depois ao Intestino Delgado, à Bexiga, de onde passa para os Rins. Ela prossegue pelo Mestre do Coração, depois o Triplo Aquecedor, a Vesícula Biliar e, enfim, o Fígado. Depois disso, o ciclo recomeça e se perpetua assim durante uma jornada de vinte e quatro horas, cada fase durando duas horas.

Essa circulação da Energia Vital produz, durante o seu ciclo, o que se chama de "marés energéticas", momentos de força e de circulação preponderante dessa energia dentro de cada meridiano. Essas horas representam os momentos energéticos fortes de cada meridiano e de cada órgão ou "víscera" que lhe está associada. Por



outro lado, elas não correspondem e não definem as relações e as interações energéticas existentes entre esses meridianos, que nós veremos mais adiante e que são definidas pela lei dos Cinco Princípios.

Isso permite que compreendamos um pouco melhor o que a cronobiologia está "redescobrimo" nos dias de hoje. Não somos mecânicas estáticas, muito pelo contrário, cada momento e hora do dia correspondem, em nós, a momentos de força ou de fragilidade de cada um dos nossos órgãos, como também da psicologia que lhes é atribuída.

Os doze meridianos "orgânicos" e os dois meridianos complementares circulam por todo nosso corpo e cada um deles passa por lugares idênticos dos dois lados desse corpo, segundo um trajeto diferente para cada meridiano. Segundo a lógica anterior, na lateralidade direita, a energia tomará uma "significação" Yin e na lateralidade esquerda, uma "significação" Yang. Cada meridiano é, enfim, ele mesmo de natureza Yin ou Yang e está associado a um órgão quando for Yin e a uma víscera quando for Yang.

A meu ver, seria bom precisar aqui as noções de órgão e de vísceras que estão onipresentes na codificação energética chinesa. Cada estação tem um órgão e uma víscera que lhe são associados, representando as polaridades Yin e Yang da energia manifestada no corpo físico. No que diz respeito aos órgãos, são estes o Coração, o Baço-Pâncreas, o Pulmão, o Rim e o Fígado; e às vísceras, são o Intestino Delgado, o Estômago, o Intestino Grosso, a Bexiga e a Vesícula Biliar.

O que me parece muito interessante e significativo, na lógica profunda dessa filosofia, é a maneira pela qual os Chineses "descobriram" quais são os órgãos Yin e Yang. Conta-se essa anedota divertida - mas até que ponto ela seria "verdadeira"? - sobre a forma pela qual os taoístas determinaram quais eram os órgãos e as vísceras de natureza Yin ou Yang. Assim como vimos anteriormente na "categorização" Yin/Yang, o que é pesado, cheio, corresponde ao Yin e o que é leve, vazio, ao Yang. Os taoístas, pragmáticos e lógicos, pegaram um recipiente de água e nele mergulha-

Pulmões	Yin	das 3 às 5 horas (hora solar)
Intestino Grosso	Yang	das 5 às 7 horas (hora solar)
Estômago	Yang	das 7 às 9 horas (hora solar)
Baço-Pâncreas	Yin	das 9 às 11 horas (hora solar)
Coração	Yin	das 11 às 13 horas (hora solar)
Intestino Delgado	Yang	das 13 às 15 horas (hora solar)
Bexiga	Yang	das 15 às 17 horas (hora solar)
Rins	Yin	das 17 às 19 horas (hora solar)
Mestre do Coração	Yin	das 19 às 21 horas (hora solar)
Triplo Aquecedor	Yang	das 21 às 23 horas (hora solar)
Vesícula Biliar	Yang	das 23 à 1 hora (hora solar)
Fígado	Yin	de 1 às 3 horas (hora solar)

ram alternadamente cada um dos órgãos e vísceras de um animal ou de um cadáver. O que flutuasse (logo mais leve que água) só podia ser de natureza Yang. tal foi o caso de todas as vísceras. e o que afundasse (logo mais pesado que a água) só podia ser de natureza Yin, tal foi o caso de todos os órgãos.

Eu uso muitas vezes essa referência à água e à sua densidade para explicar o Yin, o Yang e o Tao (ou de preferência o Tai Chi que é a sua manifestação). O Yin é a forma mais manifestada das coisas, enquanto o Yang é a forma menos manifestada; o Tai Chi sendo a sinergia dos dois. A água nos faz compreender isso. Ela é a vida e a fonte da vida, é o Tai Chi e o Tao. A sua forma mais manifestada (e logo Yin) é o gelo e a sua forma menos manifestada (logo Yang) é o vapor d'água.

A última precisão que gostaria de mencionar diz respeito às interações entre os meridianos. Elas são definidas pela lei dos Cinco Princípios. estando cada meridiano em relação direta com um desses Princípios. como o indica o esquema a seguir.

As repartições Yin/ Yang dentro do corpo

O baixo e o alto

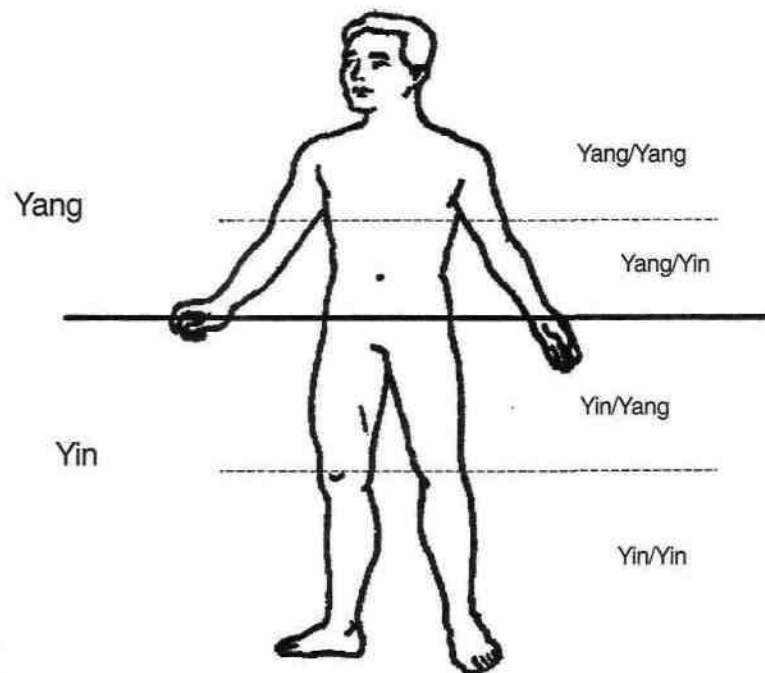
Retomemos ao corpo humano. Assim como vimos anteriormente na codificação taoísta, o baixo é Yin e o alto Yang. Se colocar-

Meridiano ou órgão		Princípio Associado
Pulmões	☯	Metal Yin
Intestino Grosso	☯	Metal Yang
Estômago	☯	Terra Yang
Baço e Pâncreas	☯	Terra Yin
Coração	☯	Fogo Yin Fogo
Intestino Delgado	☯	Yang
Bexiga	☯	Água Yang
Rins	☯	Água Yin
Mestre do Coração	☯	Fogo Yin
Triplo Aquecedor	☯	Fogo Yang
Vesícula Biliar	☯	Madeira Yang
Fígado	☯	Madeira Yin

mos isso no nível do corpo humano, a parte alta do corpo é então Yang, e a parte baixa do corpo Yin. Lembremo-nos, no entanto, "da relatividade" dessas noções. Se observarmos a metade inferior do corpo, que relativa ao corpo é Yin, e a tomarmos como referência, o alto da perna será Yang e o baixo Yin. A ilustração que vem a seguir nos fará compreender isso melhor.

O mesmo acontece com o busto, que é Yang em relação ao corpo inteiro, mas cujo alto é Yang e o baixo é Yin. O processo se aplica assim a todo o corpo. Vamos então observar sempre as coisas partindo do macrocosmo, o que há de maior, para refinar em direção ao microcosmo, o que há de menor.

Levemos em consideração um simples exemplo. Uma pessoa sofre de um problema no joelho. Como o joelho faz parte da perna, o primeiro nível de relação se dá com o Yin dessa pessoa, uma vez que as pernas pertencem à parte baixa do corpo. Mas, na perna, o joelho se encontra exatamente no meio, ou seja, entre o Yin e o Yang. Ele faz a junção, a articulação entre essas duas partes. O



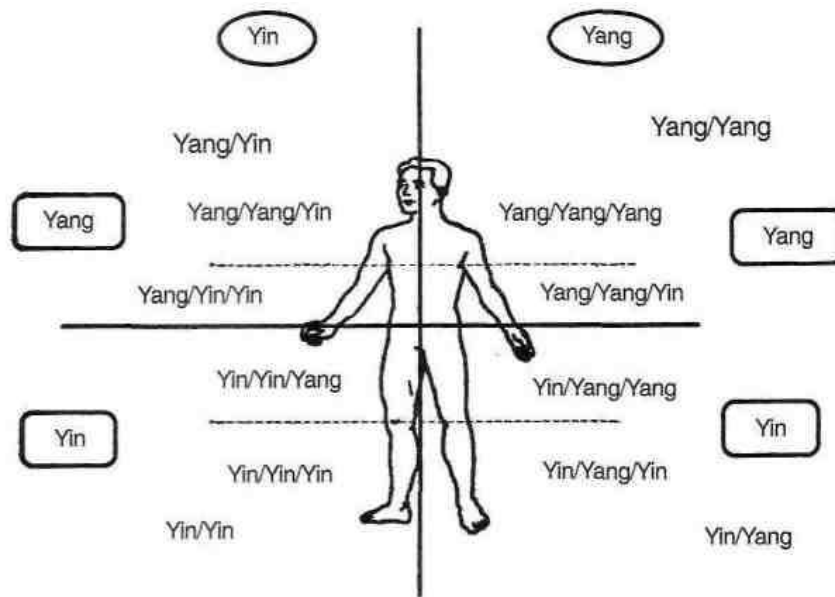
segundo nível de relação se situa então entre o Yang e o Yin. Resumindo, é então a relação entre o Yang e o Yin e o Yin do Yin que causa problema, e é nesse plano que procuraremos a mensagem e a eventual solução. Retomaremos esse exemplo, cuja análise refinaremos proporcionalmente. Associando, em especial, os significativos do Yin e do Yang, como também os da lateralidade e do papel de cada parte do corpo.

A direita e a esquerda

Vimos também que o Yin e o Yang estão relacionados às lateralidades. A direita é, na realidade, de natureza Yin, enquanto a esquerda é de natureza Yang. No absoluto, a parte direita do nosso corpo vai estar então relacionada ao Yin, enquanto a parte esquerda do nosso corpo vai estar relacionada ao Yang. Apliquemos novamente a noção de relatividade que já abordamos. A parte alta do corpo é Yang e a parte baixa, Yin. A esquerda do corpo é Yang e a direita, Yin. A esquerda da parte baixa é então Yang nessa zona Yin. Ela é então Yang de Yin. A direita da parte baixa é, em relação a ela, Yin nessa zona Yin. Ela é então Yin de Yin. A parte alta do corpo é Yang mas a direita é Yin. Ela é então Yin nessa parte Yang. Ela é Yin de Yang. A esquerda dessa parte alta, que é Yang, é então Yang de Yang. Voltemos ao nosso pequeno exemplo da pessoa que sofre de um dos joelhos. Já vimos que se trata de um problema numa parte Yin do corpo, que diz respeito à "articulação" entre o Yin e o Yang dessa parte. Se isso acontecer com o joelho esquerdo, sendo essa lateralidade Yang, podemos refinar dizendo que o problema está relacionado com a dinâmica Yang da pessoa, com o lado Yang da sua vida. Se for com o joelho direito, sendo esse um lado Yin, a pessoa tem um problema com a dinâmica Yin, com o lado Yin da sua vida. Podemos ver que as coisas começam a ficar um pouco mais precisas.

O profundo e o superficial

Anteriormente, vimos também que o Yin corresponde à profundidade, ao que está escondido, enquanto o Yang está associado ao



que está na superfície, aparente. O que se encontra em profundidade no nosso corpo é, por conseguinte, de natureza Yin, como os órgãos, por exemplo. O que está na superfície, a nossa pele, por exemplo, é de natureza Yang. Apliquemos novamente o princípio da relatividade. No que é profundo e de natureza Yin, a superfície será Yang, e a parte profunda Yin. Se tivermos, por exemplo, uma afecção pulmonar, será o Yin dessa parte Yin do corpo com o qual nos preocuparemos. Se, por outro lado, se tratar de um problema da pleura (membrana que envolve cada um dos pulmões externamente), é o Yang dessa parte Yin que estará em questão.

O que é que une as coisas dentro de nós (os meridianos e os Cinco Princípios)?

É interessante tentar compreender agora o que une todas as partes do corpo entre si em primeiro lugar (órgãos e membros), mas também o que as une com nossos níveis psicológico e espiritual. Nessa linha de pesquisa, a concepção taoísta é muito útil,

pois oferece ligações bastante profundas e perturbadoras para os nossos espíritos cartesianos.

Com a teoria dos meridianos e a lei dos Cinco Princípios, temos um primeiro nível de explicação que nos mostra as relações potenciais entre os órgãos e as diferentes partes do corpo e também com a psicologia. Isso se faz através do apoio da energia "Ki", que circula nesses meridianos, e graças às correspondências estabelecidas com cada um dos Cinco Princípios. As relações entre todas as partes do corpo e com o nosso mundo exterior aparecem aí claramente e isso nos permite compreender melhor muitas de nossas atitudes ou reações. A teoria das psiques orgânicas nos permite compreender melhor a relação mais tênue, mais elaborada que existe com o espírito e o mental.

Vamos então, antes de tudo, abordar o estudo dos doze meridianos do corpo humano na linha que nos interessa, analisando Princípio por Princípio. Isso fará com que possamos nos referir aos quadros sinópticos das páginas anteriores.

*** O Princípio do Metal**

Ele governa tudo que diz respeito ao nosso relacionamento com o mundo exterior. Nossa capacidade de nos proteger desse mundo, de gerar agressões exteriores, depende dele. Então esse é o Princípio da nossa armadura, nossa cota de malha pessoal. O seu nível de proteção é instintivo, automático, não-reflexivo e pode nos levar à reatividade, e mesmo à primariedade. Seu nível de percepção é aquele das sensações físicas. É ele também que gera nossa capacidade de eliminar rapidamente as "agressões".

O Metal tem a ver com a capacidade de separar (instrumento cortante) as coisas, de escolher. É a decisão "judicial", decisão que se toma à procura de justiça e de justiça. As escolhas fortes, necessárias, que exigem uma interrupção explícita, dependem do Metal. Na verdade, às vezes temos necessidade de não mais funcionar unicamente no nível da reflexão pensante (Terra), que se

esclerosa quando é excessiva. É aí que nos apoiamos no nosso "Metal" para escolher, separar.

Trata-se, enfim, do que chamo de mundo da "vontade voluntária", o voluntarismo. As coisas que se fazem sob o uso da força e sem flexibilidade, como a lâmina que corta sob o uso da força por que é mais dura do que aquilo que está cortando ou no qual está penetrando.

Dois meridianos estão associados ao Princípio do Metal, os meridianos do Pulmão e do Intestino Grosso.

O meridiano do Pulmão (signo astrológico chinês do Tigre)

O Pulmão está associado ao Outono. Ele permite que se absorva a energia chamada Ki, da qual depende a atividade vital. Tal energia vem do exterior, particularmente sob a forma de oxigênio (mas não unicamente), e é transformada, no corpo humano, em Energia Essencial e depois Vital. O seu papel é dar força e capacidade de resistir às agressões oriundas do mundo exterior.

O Pulmão gera o equilíbrio entre o exterior e o interior. É ele que está encarregado da proteção no que concerne ao mundo exterior (pele). Ele é responsável pela energia física e dá assistência ao Coração, controlando a energia proveniente do ar. Esta aqui, associada ao sangue, alimenta os órgãos e as Vísceras. Além disso, o Pulmão tem participação ativa na qualidade da energia graças às transformações que conduz. Na verdade, para poder circular e alimentar corretamente o corpo inteiro, a energia da Terra (logo, os alimentos) deve se combinar com a energia do Céu (logo, o ar) para formar a Energia Essencial. Parece evidente que, se essa combinação for mal conduzida, o organismo estará mal "nutrido".

No plano fisiológico, esse meridiano corresponde não só ao aparelho respiratório como também à pele, ao nariz, ao sistema capilar. É o Pulmão que regula o equilíbrio térmico dessas zonas e permite que elas se protejam, particularmente, das agressões climáticas. No nível psicológico, ele está associado à capacidade de se defender no que diz respeito ao "mundo exterior" - o que chamo de "vontade voluntária" (voluntarismo) - ao rigor, à ação sobre as coisas, mas sobretudo à interiorização, tomada no sentido da não-manifestação, da camuflagem (armadura).

Sua hora solar de força é das 3 às 5 horas e o seu trajeto termina na ponta do polegar de cada mão.

O meridiano do Intestino Grosso (signo astrológico chinês da Lebre)

Ele complementa o do Pulmão, auxiliando-o. Assim como o Pulmão, ele está associado ao Outono. Tem por função o transporte e a eliminação dos restos, impedindo assim a estagnação da energia Ki. Influencia, por conseguinte, todas as excreções. Ele cumpre essa função quanto às matérias orgânicas, enquanto a Bexiga faz o mesmo quanto aos líquidos orgânicos. Serve para evacuar o que comemos, ingerimos, e que não assimilamos, não aceitamos. Esse é o seu papel não só em relação aos alimentos como também a tudo aquilo que diz respeito às nossas Experiências Psicológicas. Se funcionar mal, há então problemas de eliminação no corpo inteiro (Pulmão, Intestino, Rins, Bexiga) ou na psicologia do indivíduo.

O Intestino Grosso está associado aos mesmos planos físicos e psicológicos que o Pulmão, uma vez que ele é o seu meridiano complementar.

Seu horário solar de força é de 5 às 7 horas e ele começa o seu trajeto na ponta de cada um dos dedos indicadores.

***O Princípio da Terra**

Ele é responsável pelo pensamento, pela reflexão, pela mediação. Tudo que diz respeito à memória, ou mais exatamente à aquisição experimental, depende dele. A razão, o realismo, o bom senso são gerados pela Terra, assim como as preocupações ou a repetição.

A energia da Terra é assimilada graças aos dois meridianos associados a esse mesmo Princípio. É ele então que será responsável pela nossa relação com a "matéria", na linha da sua supremacia, da sua possessão, da sua dominação, da sua apropriação e do seu poder sobre ela. A Terra vai permitir que nós digiramos e assimilamos tudo o que diz respeito ao mundo tangível, material. O ciúme, a inveja, porém também a abundância, a prodigalidade

vêm da Terra. Os meridianos associados ao Princípio da Terra são os meridianos do Estômago e do Baço e Pâncreas.

O meridiano do Estômago (signo astrológico chinês do Dragão)

O Estômago recebe e transforma a energia da Terra através da digestão. Seu meridiano concerne ao Estômago e ao tubo digestivo inteiro. Ele é responsável pela digestão das coisas, tanto no plano Fisiológico (aquilo que comemos) como no plano psicológico (aquilo do que nos apropriamos, acontecimentos, experiências etc.). Ele se encarrega dos alimentos físicos (nutrição) ou psicológicos (acontecimentos), do estoque momentâneo e da primeira transformação deles. Ele se ocupa então de tudo o que diz respeito à nutrição "material" de cada um de nós, possibilitando a dominação, a posse e a apropriação dessa matéria que ingerimos.

Está relacionado com os movimentos dos membros e com o calor produzido pelo corpo, pois estes auxiliam no bom funcionamento do Estômago e do tubo digestivo. Esse meridiano, que está ligado ao apetite, conduz também a formação do leite materno (nutrição do outro), o funcionamento das glândulas genitais, dos ovários e a menstruação. Podemos ver o quanto a sua relação com a nutrição é importante, pois ele gera aquela que recebemos (alimentos, informações) e também a que oferecemos (leite materno) ou transformamos (educação, formação).

No nível fisiológico, esse meridiano corresponde, assim como o seu complemento, o Baço e Pâncreas, à carne, aos tecidos conjuntivos, à massa muscular, e se localiza fisicamente na boca e nos lábios. No plano psicológico, está associado ao pensamento, à memória, à razão e ao realismo, à reflexão e às preocupações. Sua hora solar de força é das 7 às 9 horas e ele termina o seu trajeto na ponta do segundo dedo do pé (o "indicador" do pé).

O meridiano do Baço e Pâncreas (signo astrológico chinês da Serpente)

O Baço e Pâncreas, assim como o Estômago, corresponde ao "fim de estação". Seu meridiano concerne às glândulas do aparelho digestivo que se encontram na boca, no estômago, na vesícula biliar, no intestino delgado, como também às glândulas mamá-

rias e aos ovários. Ele faz o papel de suporte e nutre todo o corpo permanentemente. Na realidade, o alimento não é assimilado diretamente pelo organismo e a sua transformação é assegurada pelo Estômago e pelo Baço e Pâncreas. Ele poderá assim se associar à energia do ar, graças ao Pulmão, e se transformar em Energia Essencial.

Os sucos digestivos do Estômago são controlados pelo Baço e Pâncreas, que é aquele que primeiro distingue os alimentos úteis dos inúteis. Ele conduz igualmente a transformação dos líquidos absorvidos. Regula, então, toda a alimentação e a energia do corpo. É ele que é responsável pelo tipo e pela qualidade da nossa relação com a matéria da qual tentamos nos "apropriar" através da digestão. As inquietações em relação ao mundo material e à sua possessão, as inseguranças, as angústias ligadas a esse mundo como, por exemplo, o mundo profissional - dependem do Baço e Pâncreas.

Seu papel na gestão dos açúcares é fundamental. É através dele que vamos compensar, se for preciso, a eventual necessidade de doce. Veremos posteriormente como isso vai fazer com que compreendamos a diabetes, por exemplo, de maneira diferente. Nos planos fisiológico e psicológico, esse meridiano corresponde aos mesmos elementos que o Estômago.

Sua hora solar de força é das 9 às 11 horas e o seu trajeto começa na ponta do dedão do pé, na parte interna do pé.

*** O Princípio do Fogo**

Ele é, como o seu nome indica, aquele da chama, do que queima em nós. Essa chama é interior, seja relacionada ao aspecto passional de um indivíduo, seja ligada ao seu aspecto "luminoso", à sua clareza psicológica e intelectual. O brilho, o intelecto, a inteligência do espírito e também a espiritualidade dependem desse Princípio. A visão clara das coisas, a liberdade de espírito, o poder da compreensão e a fulguração da análise pertencem ao Fogo. Ele oferece, portanto, a lucidez mas também, por outro lado, a subjetividade.

A compreensão que temos do mundo depende da qualidade do Fogo.

Vêm dele o prazer, a alegria, a realização da felicidade. O mundo das emoções depende do Fogo e se a paixão que ele carrega for excessiva pode, às vezes, se transformar em violência. É o Princípio dos arroubos, sejam esses emotivos, líricos ou quaisquer outros. Uma vez que o passional estiver presente, o Fogo também está. O otimismo, o entusiasmo, a facilidade de elocução e de expressão dependem dele, aliás, como também o nosso ardor, o nosso ímpeto e a nossa obsequiosidade.

Quatro meridianos estão associados ao Fogo, os do Coração e do Intestino Delgado, do Mestre do Coração e do Triplo Aquecedor.

O meridiano do Coração (Signo astrológico chinês do Cavalo)

O coração está associado ao Verão. O seu meridiano ajuda a adaptar as estimulações externas à condição interna do corpo. Ele está, por conseguinte, intimamente ligado à emotividade e regulariza o funcionamento de todo o corpo através da sua ação no cérebro e nos cinco sentidos.

Os Taoístas o consideram o "Imperador" dos órgãos e do psiquismo. A inteligência e a consciência dependem do Coração. Há uma relação muito estreita entre o Coração, o Mestre do Coração (que é chamado de "Primeiro Ministro") e o cérebro. Qualquer desequilíbrio do Coração recai sobre todos os outros meridianos. Ele controla a distribuição do sangue e rege o sistema vascular. Como está relacionado à língua, possibilita a distinção dos sabores.

No nível fisiológico, esse meridiano corresponde, então, à língua e aos vasos sanguíneos, localiza-se fisicamente na parte anterior do corpo e se reconhece pela tez. No plano psicológico, está associado à consciência, à inteligência, à paixão, ao brilho mas também à violência. É o amor, porém o amor passional, aquele que queima, que consome.

Sua hora solar de força é das 11 às 13 horas e termina o seu trajeto na face interna da ponta de cada dedo mindinho.

O meridiano do Intestino Delgado (Signo astrológico chinês da Cabra)

O Intestino Delgado corresponde, assim como o Coração do qual ele é o complemento, ao Verão. É o "aduaneiro", o conselhei-

ro pessoal do Imperador a quem ele dá assistência. Ele assegura a assimilação dos alimentos controlando a separação dos que são "puros", conduzidos ao Baço e Pâncreas, dos "impuros", conduzi dos às vísceras de eliminação que vêm a ser o Intestino Grosso e a Bexiga.

Ele faz o mesmo papel no plano psicológico. Faz a nutrição elaborada a passar pelo organismo e assegura a sua assimilação em todos os planos (a personalização das informações recebidas é o início do "subjetivo"). Essas transformações precisam muito de calor e é por isso que o Intestino Delgado pertence ao Princípio do Fogo e vem a representar o ponto mais quente do corpo. Quanto ao resto, tem as mesmas características fisiológicas e psicológicas que as do Coração.

Sua hora solar de força é das 13 às 15 horas e ele começa o seu trajeto na ponta do dedo mindinho de cada mão.

O meridiano do Mestre do Coração (signo astrológico chinês do Cachorro)

O Mestre do Coração é um órgão virtual que está associado ao Coração, do qual ele retoma as correspondências com o Princípio do Fogo. Ele dá assistência ao meridiano do Coração controlando o sistema circulatório central e regula assim a nutrição do corpo. Todas as relações do Coração com os outros órgãos transitam, em primeiro lugar, pelo Mestre do Coração (ajudado pelo Triplo Aquecedor), que visa equilibrá-las. Ele é, na realidade, o porta-voz do Coração, cujas ordens tem o dever de transmitir por todo o corpo. Aliás, os Taoístas o chamam de "Primeiro Ministro", enquanto o Coração é considerado o "Imperador". Logo, ele é aquele que está encarregado de unir e harmonizar tudo o que se passa no interior. Ele estrutura, constrói, homologa e legisla tudo o que diz respeito à nossa conceituação interior das coisas e é ele que se mantém vigilante quanto às referências interiores, às crenças estabelecidas. É, enfim, ele que é responsável pela sexualidade e pelo seu equilíbrio.

O Mestre do Coração está ligado aos vasos sangüíneos através da estrutura destes, ao miocárdio e ao pericárdio e também ao cérebro através da sua ação importante sobre o psiquismo e a qualidade do mental. É ele que faz circular, que se encarrega da

difusão das coisas, tanto no plano físico (circulação sanguínea) como no plano psicológico (circulação das idéias, fluidez do raciocínio, capacidade de reciclar as idéias). As emoções que lhe são associadas são a alegria, o prazer e a felicidade.

Sua hora solar de força é das 19 às 21 horas e ele termina o seu trajeto na ponta do dedo médio de cada mão.

O meridiano do Triplo Aquecedor (signo astrológico chinês do Porco)

Complemento do Mestre do Coração, o Triplo Aquecedor é considerado uma víscera. Como o Mestre do Coração retoma os elementos taoístas do Coração, o Triplo Aquecedor retoma os elementos do Intestino Delgado. Ele corresponde ao Princípio do Fogo, ao Verão. Auxilia o meridiano do Intestino Delgado e equilibra a energia oferecida pelo Mestre do Coração. Ele age na circulação capilar e protege o corpo através do sistema linfático, exercendo uma ação especial sobre as membranas serosas. Dá assistência ao Mestre do Coração quanto à circulação, atuando porém, ousado dizer, num nível mais delicado, que é o dos capilares e, sobretudo, o da linfa.

Assim como o seu nome indica, tem uma relação importante com o calor e se apresenta sob a forma de três planos complementares, que vêm a ser o Triplo Aquecedor Superior, o Triplo Aquecedor Médio e o Triplo Aquecedor Inferior.

Na realidade, esse meridiano controla a "atmosfera" na qual trabalham todas as vísceras e regula o calor interno. É ele que une e que harmoniza o interior com tudo aquilo que vem do exterior. Ele estrutura, constrói, homologa e legisla tudo o que diz respeito à nossa conceituação, porém em relação aos fatos vindos do exterior. É ele que permite que se estabeleçam em nós novas referências de crenças eventuais.

No plano fisiológico, os três planos do Triplo Aquecedor estão posicionados, cada um deles, num nível diferente do corpo. O Triplo Aquecedor Superior corresponde à parte do busto acima do diafragma (peito). O Triplo Aquecedor Médio está associado à parte do ventre situada entre o diafragma e o umbigo, e o Triplo Aquecedor Inferior à parte do ventre situada abaixo do umbigo.

Sua hora solar de força é das 21 às 23 horas e ele começa na ponta de cada dedo anular.

*** O Princípio da Água**

Ele gera em nós tudo o que diz respeito às energias profundas. Pode se dar o exemplo da água subterrânea: é uma energia de fundo, poderosa, em reserva, porém imutável. A Energia Ancestral lhe está associada, pois são os nossos estratos pessoais interiores que estão impressos bem no fundo de nós mesmos. São as nossas energias "não conscientes", nossos esquemas estruturais pessoais sobre os quais a nossa realidade é construída.

Esse Princípio corresponde, pois, a todos os nossos arquétipos - sociais, culturais, familiares - e a todas as memórias inconscientes que estão inscritas em nós (diferente da Terra, que representa nossas memórias conscientes, e da nossa aquisição experimental). Nossos códigos secretos e profundos, como, particularmente, o que está inscrito no DNA do qual tanto falamos hoje em dia, pertencem ao Princípio da Água.

Naturalmente, tudo isso confere a esse Princípio um poder fenomenal. Eis por que a Água é responsável pelo nosso poder interior, pela nossa resistência ao esforço, pela nossa capacidade de recuperação e pela nossa vontade profunda (não voluntarista). Nossas reservas de energia dependem da Água assim como o nosso potencial de longevidade que está ligado à nossa Energia Ancestral. Nossa capacidade de decidir, após haver escolhido (Metal) e de pressupor as coisas, de passar ao ato, depende desse Princípio. É, enfim, a nossa capacidade de escuta, a nossa capacidade de "dissolver" as experiências para que possam se integrar dentro de nós. Trata-se então, por extensão, do nosso potencial de aceitação.

No nível psicológico e mental, a severidade, o rigor, a passagem para a ação, a capacidade de escuta dependem do Princípio da Água. Os nossos medos profundos e viscerais também são gerados por este Princípio.

Há dois meridianos associados ao Princípio da Água, os meridianos da Bexiga e do Rim.

O meridiano da Bexiga (signo astrológico chinês do Macaco)

A Bexiga está associada ao Inverno, tal como o Rim, do qual ela é o complemento. Está ligada a todo o aparelho urinário assim como à hipófise e ao sistema nervoso autônomo que colaboram com a secreção dos rins. Ela expulsa a urina, que vem a ser o produto final da purificação dos líquidos do corpo. É a fase final da transformação das energias, as urinas sendo os líquidos impuros carregados de toxinas e em excesso no corpo. A Bexiga funciona em dupla com o Rim, pois é ele que dirige a secreção das urinas. Junto com o Rim, a bexiga também permite que geremos e evacuemos as "velhas memórias", os velhos esquemas profundos que carregamos conosco e que estamos prontos para mudar, para largar. Esse papel é facilmente compreendido pois esses dois meridianos têm uma relação estreita com o sistema nervoso autônomo, que vem a ser a "porta" fisiológica do nosso inconsciente, ou seja, justamente aquele que carrega as nossas memórias mais profundas.

No plano fisiológico, esse meridiano corresponde aos ossos, à medula óssea, às orelhas. No nível psicológico, está associado à severidade, à fecundidade, ao rigor, à decisão e à capacidade de escuta.

Sua hora solar de força é das 15 às 17 horas e ele termina o seu trajeto na ponta de cada dedinho do pé.

O meridiano do Rim (signo astrológico chinês do Galo)

Os Rins correspondem ao Inverno. Eles controlam a composição e a secreção dos líquidos orgânicos do qual depende a Energia Vital e comandam o sistema de defesa contra o estresse. Regulam também a taxa de acidez e a quantidade de toxinas através do seu mecanismo de purificação. Enfim, dirigem as glândulas supra-renais esquerda e direita. Esse papel lhes confere a gestão dos nossos medos e das nossas atitudes de reação perante o mundo. Nossa agressividade, nossa reação, nossa fuga (adrenalina), ou então, nossa calma, nossa capacidade de extinguir o que se infla-

ma (corticóides) são geradas pelo Rim, graças ao seu controle sobre as glândulas supra-renais.

Os Rins estão encarregados do estoque de água e da Energia Essencial não estocada em cada um dos outros órgãos em razão das suas próprias necessidades. Eles são, ainda, a própria base do equilíbrio Yin/Yang da energia, pois a vida depende da combinação da Água e do Fogo dos Rins. O Rim esquerdo é, na verdade, de característica Yang/Fogo, enquanto o Rim direito é de característica Yin/Água. Essa lateralização é muito importante, pois vamos reencontrá-la no corpo.

Os Rins são a própria base da "força vital" e participam especialmente da energia reprodutora (fecundidade do esperma e dos óvulos). Eles fazem sua contribuição através do caráter Yang/Fogo. Reencontramos aqui a relação entre o Mestre do Coração, que lhes serve de intermediário com o Coração para tudo o que diz respeito à vida e à reprodução. Através do caráter Yin/Água, equilibram o seu Fogo trazendo a Energia Essencial que será o vetor "material" associado ao vetor "vital".

Nos planos fisiológico e psicológico, esse meridiano está associado aos mesmos elementos que a Bexiga.

Sua hora solar de força é da 17 às 19 horas e ele começa o seu trajeto sob o liame do dedão de cada pé.

*** O Princípio da Madeira**

O Princípio da Madeira corresponde à Primavera. Ele está então associado à Primavera de cada coisa, ou seja, ao começo. A nossa capacidade de iniciar um projeto ou uma ação, a nossa imaginação e a nossa criatividade dependem dele. Na vida do homem, representa o nascimento e o início da infância. A nossa flexibilidade, a nossa maleabilidade interior e a nossa tonicidade muscular são geradas pela Madeira.

Como o rebento que sai da terra após o inverno (Água), o sonho depende da Madeira pois ele é a expressão do inconsciente (Água). Ele possibilita a viagem, interior e exterior. Tudo o que diz respei-

to à exteriorização (grito, canto, porém também teatro, expressão artística) é regido pela energia da Madeira.

A nossa relação com a estética e, pela sua própria natureza, com o sentimento, com os afetos, vem desse Princípio. O amor que denota cumplicidade, o respeito pelo outro, a amizade, a fidelidade dependem dele. enquanto o amor paixão depende do Fogo. O senso da ética e do respeito às leis interiores pertencem à Madeira (enquanto, para as leis exteriores, há o Metal). Por extensão e inversão, o medo da traição e a cólera são manifestações desse mesmo Princípio quando se encontra ameaçado ou desequilibrado. O seu papel é então importante quanto à imunidade elaborada do indivíduo, tanto no plano fisiológico como no psicológico.

Há dois meridianos associados ao Princípio da Madeira, os meridianos da Vesícula Biliar e o do Fígado.

O meridiano da Vesícula Biliar (signo astrológico chinês do Rato)

A Vesícula Biliar, tal como o Fígado, do qual ela é o complemento, está associada à Primavera. Ela reparte os elementos nutritivos e regulariza o equilíbrio energético em todo o corpo. Ela conduz as secreções das glândulas do tubo digestivo como a saliva, a bÍlis, os sucos gástrico, pancreático, entérico e duodenal.

Ela controla a distribuição harmoniosa e “justa” dos elementos nutritivos e trabalha em estreita colaboração com o Fígado, que lhe fornece os elementos de base para a sua distribuição. É por isso que é essencial que a energia da dupla Fígado/Vesícula Biliar esteja equilibrada. Pela sua própria natureza, a Vesícula participa da atitude geral do mental e dos órgãos no plano da "moral". Se estiver equilibrada, esses últimos saberão sempre reagir e terão energia e coragem suficientes para resistir. Se não estiver equilibrada o bastante, a moral será atingida e a idéia de derrota que se estabelece faz surgir o terreno favorável para que ela realmente aconteça. Junto com o Fígado, o seu complemento, ela se encarrega de tudo o que diz respeito ao sentimento e ao afeto. Sendo de natureza Yang, isso se dará na relação com o exterior e com a capacidade de viver, de exprimir e de aceitar esse sentimento e esse afeto. Porém será também a relação com a intuição e com a

sinceridade profunda do indivíduo que repercutirão na energia da Vesícula Biliar.

No nível Fisiológico, esse meridiano corresponde, assim como o Fígado, aos olhos, aos músculos, às unhas. No plano psicológico, está associado ao sentido da justiça, à coragem, à harmonia, à pureza.

Sua hora solar de força é das 23 horas à 1 hora e o seu trajeto termina no quarto dedo (anular) de cada pé.

O meridiano do Fígado (signo astrológico chinês do Boi)

O Fígado corresponde, ele também, à Primavera. Possibilita o estoque dos elementos nutritivos e regula assim a energia que é necessária para a atividade geral. Determina também a capacidade de resistência à doença através do bloqueio da energia que os mecanismos de defesa necessitam no caso de agressão da doença. Tem, enfim, um papel importante quanto à alimentação, à decomposição e à desintoxicação do sangue. É aqui que o seu papel em relação aos sentimentos, aos afetos se insere. Na verdade, o sangue, que depende do Coração, transporta as emoções. Se esse sangue estiver "viciado", as emoções serão de má qualidade e os sentimentos que nutrem serão, por sua vez, de má qualidade.

Em razão da sua estreita relação com o sangue, tem importante papel no processo imunológico. Ele filtra as toxinas, regula a coagulação e regulariza o metabolismo. Enfim, é ele que determina a qualidade geral da energia. Ele gera a nossa relação com o sentimento e o afeto assim como a Vesícula Biliar, porém no nível Yin dessa vez, ou seja, no "interior", transformando as emoções em sentimentos, em afetos através da depuração, da filtragem.

No plano fisiológico, o Fígado está associado aos mesmos elementos que a Vesícula Biliar.

Sua hora solar de força é da 1 às 3 horas e ele começa o seu trajeto na ponta do dedão de cada pé, na face externa, do lado oposto ao meridiano do Baço e Pâncreas.

"As verdades de que menos gostamos são muitas vezes,
Aqueles de que temos mais necessidade de saber."

Provérbio chinês

TERCEIRA PARTE

Estado dos lugares Mensagens simbólicas do corpo

Da utilização de cada órgão ou parte do corpo

Após a parte teórica, talvez um pouco hermética porém necessária para a nossa compreensão, vamos agora desenvolver a nossa análise em direção ao corpo físico. Como ele é "fabricado", qual é o papel de cada uma das partes ou órgãos que o compõem e lhe possibilitam existir e trabalhar de uma maneira essencialmente eficaz quando estão em funcionamento.

Eis que chegamos aqui na parte "notável" desta obra, naquela em que vamos poder encontrar respostas diretas para as nossas dores e outros sofrimentos. No entanto, acho que a Primeira Parte deste livro vai evitar que "leiamos feito idiotas". O fato de termos compreendido ou, ao menos, abordado os mecanismos sutis e profundos que estão por trás dos nossos sofrimentos vai permitir que nós os substituamos na sua significação global para o indivíduo, no seu Caminho da Vida, e não na sua significação momen-

tânea. Poderemos assim tentar dar um sentido ao nosso sofrimento, além de procurar desesperadamente um meio de fazer calar esse sinal que busca nos avisar alguma coisa.

De qualquer maneira, a própria apresentação desta última parte nos obrigará a ficar no nível que convém. Na verdade, não vou estabelecer aqui uma espécie de léxico sistemático no qual bastará procurar, por exemplo, "Joelho" para achar diante de si uma lista precisa e exaustiva de significações. Já existe um certo número de obras que se apresentam assim, porém, na minha opinião, isso não é realmente justo.

Os sofrimentos ou feridas que vivenciamos são mensagens do nosso Não-Consciente, do nosso Mestre Interior. Como no caso dos sonhos, os sinais que eles nos enviam são sempre simbólicos e, de acordo com a importância do problema, podem ser mais ou menos fortes. Da mesma maneira que ninguém pode dizer o que significam os seus sonhos, ninguém pode dizer o que significam as suas dores. Creio que tudo o que podemos oferecer são linhas de reflexão, quadros de significação e não sentidos precisos e válidos para todos. Acho que não podemos dizer, por exemplo (como já li em algumas obras), para uma mulher que sofre do seio esquerdo: "Isso quer dizer que você não se cuida o suficiente", ou mesmo, "Isso quer dizer que você dá atenção demais aos seus filhos". Essas afirmações são, de certa forma, verdadeiras, mas também sem dúvida falsas em parte. Elas permitem que aqueles que as fazem detenham o poder, transformando-se naqueles que "sabem", mas não oferecem ao indivíduo a possibilidade de crescer procurando por si próprio.

Cada um de nós carrega uma história que é só sua, que lhe é própria e que não se parece com qualquer outra. Como podemos então generalizar assim? No caso preciso do exemplo anterior, eis o que, para mim, pode ser dito a essa mulher: o que representam os seios? São, antes de qualquer coisa, elementos da feminilidade e, em seguida, aqueles que permitem a nutrição da criança, dar-lhe do que comer, do que viver. Eles representam então duas coisas, a feminilidade e a faculdade de se preocupar com os outros, de se encarregar deles, especialmente daqueles que nós colocamos, ou mesmo mantemos, no mesmo nível de uma criança. Logo, pode se tratar de qualquer pessoa da qual nos encarregamos, como uma

criança, ou que tratamos de maneira maternal. Por outro lado, é claro que, durante o período de aleitamento e do início da infância, a mulher "esquece" completamente de si para ser "mãe" em benefício da sua prole. Ela age de maneira maternal e protege essa criança que depende completamente dela, da mesma maneira que todos aqueles com quem somos maternais ou que protegemos são ou ficam dependentes de nós. Isso permite que nós instalemos uma relação particular de poder "escondido" em relação ao outro, sob o pretexto de que ele precisa de nós, de que ele "não sabe" ou "não pode". Somos então "obrigados" a saber ou a fazer por ele, no seu lugar, ou então lhe dizendo como deve fazer.

Enfim, estamos falando do seio esquerdo. Lembremo-nos: a lateralidade esquerda corresponde ao Yang, ou seja, à simbólica masculina. Eu pediria então que essa mulher refletisse e buscasse em que nível da sua vida ela se preocupa de uma maneira excessiva com um homem que ela considera uma criança (seu filho, seu marido, seu irmão, seu patrão etc.) e pelo qual ela tem talvez, para não dizer sem dúvida, tendência a se esquecer de si mesma. Será que ela foge do papel de mulher por preferir o de mãe? Enfim, eu lhe pediria que refletisse sinceramente sobre a relação de "poder" mais ou menos declarado que pode existir com esse homem. Somente ela poderá encontrar, se realmente o quiser, a resposta exata dentro dela. Somente ela poderá fazer com que essa trama comportamental que acabo de lhe oferecer se "transponha" para a sua própria vida, para compreender e eventualmente escolher uma mudança de atitude. A presença do sofrimento físico mostra que a situação não lhe convém. Isso lhe permitirá que evite ter que passar pela doença para eliminar a tensão interior.

Veremos até que ponto a significação profunda do sofrimento está ligada à função da parte atingida e à sua projeção, sua representação psicológica. Vou proceder dessa maneira, como o fazem os Índios Blackfeet dos quais falei anteriormente, considerando, ou melhor, compreendendo as diferentes partes do nosso corpo, os diferentes órgãos ou sistemas orgânicos que o compõem, através da "função" e não da estrutura deles. Isso nos proporcionará uma outra visão, mais aberta e "inteligente", da nossa "realidade" humana.

Antes de passar para esta última fase, gostaria de retomar o problema das lateralidades no corpo uma última vez. A significação que proponho é aquela que é dada pela Filosofia taoísta e pela sua codificação das energias, que é muito precisa. A direita corresponde ao Yin e a esquerda ao Yang. A cada uma dessas dinâmicas energéticas está associada uma simbologia que pode fazer com que elas se ampliem, se "transponham" para a nossa vida cotidiana. Eis aqui as simbologias que estão associadas ao Yin e ao Yang e, por conseguinte, à direita e à esquerda do corpo humano.

Cada vez que estivermos diante de uma manifestação lateralizada no nosso corpo, deveremos procurar o que acontece na nossa vida naquele momento (ou num passado mais ou menos próximo, de acordo com a profundidade da manifestação), em um dos domínios em questão, procedendo pela ordem decrescente dos graus.

Todavia, essa correspondência das lateralidades também é válida para uma espécie de autodiagnóstico de base. Nós temos, de fato, toda uma parte do corpo que domina, tanto no aspecto geral (flexibilidade, abertura do quadril ou do pé, tamanho do seio etc.) como no aspecto mais específico (olho diretor, sensibilidade da orelha, lado com o qual batemos, que ferimos na maioria das vezes etc.). Essa lateralização nos mostra a textura geral da nossa dinâmica pessoal principal e nos diz claramente se é o Yin (representação materna), ou o Yang (representação paterna) ou ainda com qual deles temos, de preferência, alguma coisa a resolver.

Simbologia do Yin	Simbologia do Yang
Lado direito do corpo	Lado esquerdo do corpo
<p>1º grau: a mãe, a esposa, a filha, a irmã.</p> <p>2º grau: a mulher em geral, a feminilidade, a estrutura das coisas ou a sua própria, o lado direito do cérebro, o sentimento.</p> <p>Grau social: a família, a empresa (que representa a mãe social, aquela que "nutre e protege em seu seio"), a sociedade, a Igreja.</p>	<p>1º grau: o pai, o esposo, o filho, o irmão.</p> <p>2º grau: o homem em geral, a masculinidade, a personalidade das coisas ou a sua própria, o lado esquerdo do cérebro, a força.</p> <p>Grau social: o individualismo, a hierarquia (que representa o pai social, aquele que "educa, forma e dá o exemplo"), a autoridade, a polícia.</p>

Enfim, faço questão de tornar precisa uma nuance muito importante, que tem a ver com o sentido em que as mensagens devem ser "lidas" e compreendidas. *Essas só têm sentido quando existem, quando se exprimem. Elas não funcionam sistematicamente no sentido inverso e não denotam que tal tipo de problema. de dor, de sofrimento, vai existir obrigatoriamente porque vivemos tal ou qual situação deforma ruim.* Vamos nos explicar! Se alguém grita. isso quer dizer que ele tem dor. Por outro lado, não é porque tem dor que alguém vai obrigatoriamente gritar. Cada um tem o seu limiar quanto à expressão das sensações, como também o meio que lhe convém. Tanto é verdade que tenho, entre os meus clientes. duas ou três pessoas que se põem a rir de maneira descontrolada quando sentem dor e, acreditem em mim, não é porque elas gostem de sofrer.

Cada vez que sentimos dor numa perna, isso vai nos dizer que vivemos tensões relacionais. Mas, ao contrário, isso não quer dizer que, cada vez que tivermos tensões relacionais, sentiremos dor na perna. Podemos sempre escolher, em função da razão dessas tensões, um outro meio ou um outro lugar de expressão, a menos que saibamos e escolhamos simplesmente que elas se caem.

Enfim, o último problema que eu gostaria de levantar é que através das mensagens do corpo e dos gritos da alma, nós tocamos no problema da "verdade" e no fato de que ela é interior a nós, e não exterior e definida por critérios absolutos. É por essa razão que a significação das mensagens só funciona em um sentido e que não é possível dizer, a priori, que tal comportamento vai provocar tal doença ou sofrimento no corpo. A única "verdade" - que nos transcende, nos é exterior e nos é imposta - é a das leis da vida, a dos equilíbrios energéticos que servem de apoio à manifestação da vida. Nós já fizemos uma parte da nossa escolha no Céu Anterior e a sua trama principal pode se "resumir" em: "Qualquer coisa ou atitude é ruim quando em excesso." É por essa razão que cada um dos exemplos que cito no resto dessa obra não quer dizer nem provar absolutamente nada. Eles só servem para ilustrar, esclarecer, através de exemplos concretos e reais, cada situação e relação entre a vivência do indivíduo e o mal do qual o seu corpo sofre.

Tudo isso parte de um princípio que me é caro e que enuncio em início de parágrafos e também, muitas vezes, durante os meus

seminários e consultas: *"Não peço que vocês acreditem em mim. peço simplesmente que experimentem ou observem; vocês poderão então estabelecer a sua própria crença."* Acredito pessoalmente que, na vida, o sucesso não é um problema de crença, mas sim um problema (ouso dizer!) de confiança, enquanto o fracasso é sempre um problema de crença.

Para que servem as diferentes partes do nosso corpo?

Como é naturalmente constituído o corpo de cada ser humano? Se simplesmente o observarmos, poderemos constatar diversas coisas. Ele é, antes de tudo, constituído em torno de um arcabouço, de uma estrutura sólida e dura que é o esqueleto. Esse esqueleto, constituído pelos ossos, é rígido, porém articulado, de uma forma que permita todos os movimentos do corpo. Esse mesmo esqueleto é, por sua vez, estruturado em torno do seu eixo básico que é a coluna vertebral. Nesse caso, trata-se do nosso "tronco mágico", de onde partem todos os "ramos" do nosso corpo.

No interior dessa estrutura tão rica, temos os diferentes órgãos que encontram um lugar perfeitamente arquitetado para que a sua função se desenrole nas melhores condições possíveis. O conjunto é colocado em movimento por um sistema bem elaborado de motores (músculos) e de cabos (tendões, ligamentos) e protegido por uma capa que o cobre completamente (a pele). Vamos observar até que ponto essa construção é interessante, sempre no que diz respeito à estrutura óssea. Vamos olhar para a ilustração do esqueleto que está mais adiante. Quanto mais importante, vital e elaborada for a parte do corpo, mais ela está protegida.

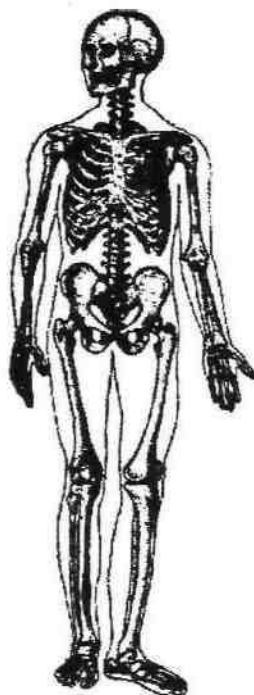
O nosso abdômen, que contém as vísceras do aparelho digestivo e de eliminação, é sustentado pela coluna e está apoiado na bacia, porém não está protegido por uma estrutura óssea. Ele é flexível, extensível e pode se mover livremente. Os nossos pulmões e o nosso coração, que são, por outro lado, mais "vitais", são também sustentados pela coluna, porém, além disso, vestidos e protegidos pela caixa óssea formada pelas nossas costelas. Embora elas os cerquem, ainda resta a possibilidade de liberdade, de movimento.

Enfim, o nosso cérebro está, por sua vez, completamente fechado, protegido nesse verdadeiro cofre-forte ósseo que é a caixa craniana, cuja mobilidade potencial, embora existente, como é conhecido de todos os osteopatas, é reduzida. Esta constatação está longe de ser uma constatação anódina, pois permite que vejamos novamente até que ponto o acaso se ausenta da construção humana.

Vamos considerar agora cada parte da nossa "máquina corporal" e detalhá-la. Poderemos assim encontrar, para cada uma delas, os códigos secretos que vão permitir que decifremos suas mensagens.

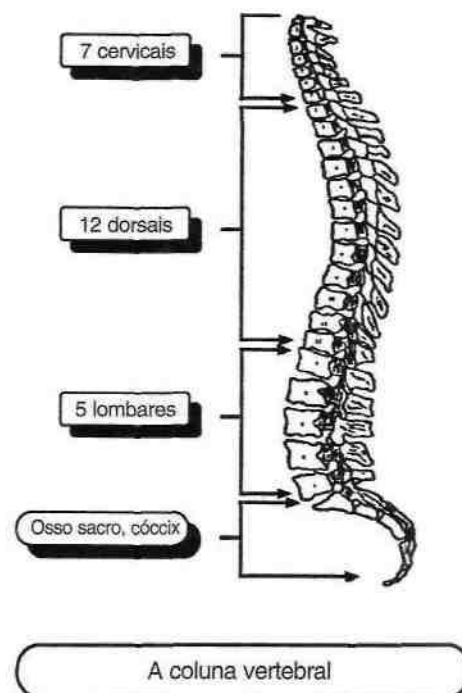
O esqueleto e a coluna vertebral

A coluna é composta de vértebras, sendo que cada uma tem um papel bem preciso. São 5 (3+2) vértebras sacras, 5 vértebras lom-



O esqueleto

bares, 12 dorsais e 7 cervicais. Já podemos começar a constatar a lógica da construção do corpo humano. O número 5 é aquele que carrega a simbólica do homem, da horizontalidade, da matéria, da base das coisas (5 Princípios, 5 sentidos, 5 dedos etc.). O número 7 é o que carrega a simbólica da espiritualidade, do divino, do que é elaborado (7 chacras, 7 planetas, 7 cores do arco-íris, 7 notas, 7 braços do "candelabro" judaico etc... Ora, são 5 as vértebras sacras e 5 as lombares que constituem as duas bases da nossa coluna (uma fixa, a "fonte", e a outra móvel, a "base"). As nossas cervicais constituem o nosso pescoço. Elas carregam o que há de mais elaborado em nós, ou seja, nossa cabeça junto com o nosso cérebro. Elas são 7. Enfim, as dorsais, que sustentam o nosso busto, são 12, ou seja, a soma dos dois ($5 + 7 = 12$, como os 12 signos do zodíaco, as 12 horas do dia, os 12 sais homeopáticos, os 12 apóstolos etc.). A meu ver, é muito difícil de acreditar que isso tenha a ver com o acaso.



Cada vértebra tem um papel especial e serve de "patamar de distribuição" dos dados vibratórios que vêm do cérebro. Os dois planos de cada indivíduo, consciente e não-consciente, comunicam-se com o corpo através do apoio mecânico e químico desse computador central que vem a ser o nosso cérebro. Então, ele transmite as suas "instruções" à menor de todas as células, particularmente pelo intermédio de todo o sistema nervoso cérebro-espinhal e do sistema autônomo ou neurovegetativo (sistema simpático + sistema parassimpático). Em função do tipo e da intensidade da tensão, um processo de eliminação do excesso de energia vai se produzir no nível da vértebra "patamar".

"Deslocamento vertebral", contratura muscular em tomo da mesma vértebra etc., vão provocar uma sensação de dor mais forte ou não num primeiro momento. Se o desequilíbrio persistir ou se nós o fizermos calar, o fenômeno muitas vezes se agrava e se transforma em artrose, em hérnia de disco ou em disfunção orgânica. É interessante constatar que, na maioria das vezes, o fenômeno acontece, ou melhor, ele se revela de manhã, ao despertar, ou seja, logo após a noite. Ora, a noite é o período que favorece a atividade e a expressão do nosso inconsciente. O Mestre Interior precisa do "silêncio" da noite para se exprimir, pois a barulheira e a agitação do dia não permitem que ele o faça. Em razão do barulho da Carruagem que segue adiante e do Passageiro sentado no seu interior, ele e o Cocheiro só podem conversar durante as paradas e as pausas escolhidas ou provocadas por um "incidente" de percurso. Somente nos casos mais "urgentes" ou mais "fortes" é que precisamos apelar para um ato falho, através do qual vamos fazer exatamente o gesto necessário para bloquear as costas. A explicação detalhada dos principais "deslocamentos vertebrais" é relativamente fácil de ser deduzida usando o quadro da página a seguir. Ele faz com que já possamos ver um pouco dos laços que existem entre as vértebras e os órgãos.

Os males do esqueleto e da coluna vertebral

O esqueleto e os ossos representam nossa estrutura, nossa arquitetura interior. Cada vez que sofremos dos ossos, isso significa que o sofrimento está nas nossas estruturas interiores, nas nossas crenças quanto à vida. A maior parte dessas estruturas é não-consciente. São os nossos arquétipos mais profundos, sobre

Vértebras cervicais	Patamar de distribuição pelo(a)	Sintomas comuns
1ª cervical	Cabeça, face. sistema simpático	Dor de cabeça, insônia, estado depressivo, vertigens
2ª cervical	Olhos, ouvido, seios da face, língua	Vertigens, problemas oculares ou auditivos, alergias
3ª cervical	Face, orelhas, dentes	Acne na face, vermelhidão, eczemas. dor de dente
4ª cervical	Nariz, lábios, boca	Alergias (febre do feno, herpes bucal etc.)
5ª cervical	Pescoço e garganta	Afecções e dores de garganta
6ª cervical	Músculos do pescoço, ombros, braço	<i>Torcicolo.</i> dores nos ombros
7ª cervical	Ombros, cotovelos, dedo mínimo e anular	Dores, formigamento e dormência nessas áreas

Vértebras dorsais	Patamar de distribuição pelo(a)	Sintomas comuns
1ª dorsal	Antebraço, mãos, punhos, polegar, dedo indicador, dedo médio, postura	Dores, formigamento e dormência nessas áreas
2ª dorsal	Sistema cardíaco, plexo cardíaco	Sintomas ou dores cardíacas
3ª dorsal	Sistema pulmonar, seios	Afecções pulmonares, dor nos seios
4ª dorsal	Vesícula Biliar	Problemas com a Vesícula e com a moral, algumas enxaquecas e afecções cutâneas
5ª dorsal	Sistema hepático, plexo solar	Problemas com o fígado e com a imunidade, fragilidade afetiva
6ª dorsal	Sistema digestivo, estômago, plexo solar	Problemas com a digestão, acidez gástrica, aerofagia
7ª dorsal	Baço e Pâncreas	Diabetes
8ª dorsal	Diafragma	Soluço, dores no plexo solar
9ª dorsal	Glândulas supra-renais	Agressividade, reatividade, reações alérgicas
10ª dorsal	Rins	Eliminação ruim, intoxicação, fadiga
11ª dorsal	Rins	Eliminação ruim, intoxicação, fadiga
12ª dorsal	Intestino Delgado, sistema linfático	Assimilação ruim, dores articulares, gases

Vértebras lombares	Patamar de distribuição pelo(a)	Sintomas comuns
1ª lombar	Intestino grosso	Constipação, colites, diarreias
2ª lombar	Abdômen, coxas	Cãibras, dores abdominais
3ª lombar	Órgãos sexuais, joelhos	Regras dolorosas, impotência, cistites, dores nos joelhos
4ª lombar	Nervo ciático, músculos lombares	Ciática, lombalgia, problemas de micção
5ª lombar	Nervo ciático, pernas	Cãibras, pernas pesadas e doloridas, ciática
Osso sacro e cóccix	Bacia, glúteos, coluna vertebral	Problemas no eixo vertebral e no sacrilíaco, hemorroidas

os quais nos apoiamos inconsciente e permanentemente no nosso cotidiano, na nossa relação com a vida. As grandes crenças dos povos (histórias, culturas, costumes, religiões) fazem parte desses arquétipos, como também as questões mais pessoais como o racismo, a ética, o sentido da honra, da justiça, as perversões ou os medos viscerais. Os ossos são o que há de mais profundo no nosso corpo. É em torno deles que tudo é construído, é sobre eles que tudo repousa, se apóia, São também o que há de mais duro, rígido e sólido dentro de nós. É neles que está abrigada a (substantificada?) medula óssea, essa "pedra Filosofal interior" onde acontece a mais secreta alquimia humana. Logo, eles representam o que existe de mais profundo dentro de nós, na nossa psicologia não-consciente; eles são a arquitetura desta última. "Os ossos são aqueles sobre os quais e ao seu redor é construída e repousa nossa relação com a vida."

Quando nos encontramos profundamente perturbados. atingidos, transtornados no que diz respeito às nossas crenças profundas, de base, em relação à vida, àquilo que nós acreditamos que ela é ou deve ser, nossa estrutura óssea o expressará através de um sofrimento ou de um dissabor. É por essa razão que, por exemplo, o fenômeno da osteoporose se desenvolve particularmente em algumas mulheres. porém não em todas, depois da menopausa. Ela se desenvolve na proporção que a mulher vive a menopausa

como uma perda da identidade feminina, pois a imagem padrão profunda da mulher ainda se resume em ser aquela capaz de procriar. Aliás, esse foi mesmo o seu único "papel" social durante muito tempo. As mulheres estéreis ou que estavam na menopausa eram, na verdade, vistas pela coletividade ou pela família como inúteis, improdutivas, a ponto de, na maioria das vezes, serem repudiadas pelo marido.

São raros os prejuízos causados à estrutura óssea e eles têm, de preferência, uma tendência a se localizar em lugares precisos do corpo (perna, braço, cabeça, punho etc.). Cada vez que isso ocorrer, a significação da mensagem estará diretamente relacionada a este lugar, embora sabendo que o problema ali expresso é profundo, estrutural, ligado a uma crença fundamental que, certa ou errada, está sendo perturbada pela vivência da pessoa.

A escoliose

Trata-se de um dos exemplos evidentes dessa problemática estrutural. Essa deformação da coluna vertebral, que pode assumir formas graves, apresenta características muito particulares. Ela atinge as crianças durante o seu crescimento e sempre interrompe a sua evolução depois da puberdade. Vamos dar mais detalhes partindo de constatações simples e evidentes, mas que devem ser lembradas. A fase de crescimento de uma criança é quando ela se desenvolve, ou seja, quando se encaminha para o mundo adulto (ao menos no que diz respeito à forma) e deixa o mundo da infância. Seu crescimento físico acontece particularmente através do crescimento da coluna vertebral, que se desenvolve entre dois eixos bem definidos: a bacia e os ombros.

O fenômeno da escoliose é o de uma coluna que cresce entre esses dois pólos, ao passo que eles mantêm a mesma distância entre si e a referência "alta" permanece à mesma distância do solo. O que eles representam para a criança e o que significa esse crescimento que não se vê do lado de fora? Os ombros, que são o eixo Yang do corpo e também o da ação (ver a seção sobre os ombros e os braços), fazem a representação do pai, enquanto os quadris, que são o eixo Yin do corpo e também o da relação (ver a seção sobre o quadril), fazem a representação da mãe. São as duas referências espaciais inconscientes que a criança tem do seu "lugar" e

daquele dos seus "pais", reais ou simbólicos (professores. Inspetores etc.). Se o mundo dos adultos não agrada à criança, ela não sentirá vontade de mover suas próprias referências para adotar as deles e vai recusar esse mundo pouco atraente. Logo, vai escolher inconscientemente permanecer no mundo da infância, que lhe agrada mais. Ela vai congelar as referências exteriores do seu crescimento, com o mesmo diferencial. No entanto, a coluna vertebral continua a crescer e é "obrigada" a se inserir entre esses dois pontos Fixos. Quando a crise é "grave", dizemos então que a escoliose "explode".

A segunda característica da escoliose é que ela sempre interrompe a sua evolução no fim da puberdade. Ora, a puberdade representa o período em que a criança estabelece padrões para os seus afetos em relação ao mundo exterior, em que ela verifica a sua capacidade para encontrar o seu lugar, para se fazer amada e para se fazer reconhecida no exterior. Quando tiver encontrado o seu lugar, ela não precisará mais congelar as suas referências e poderá deixar que elas se movam novamente.

Meu pensamento se volta agora para um caso em particular: o da Carine. Esta jovem de 14 anos tinha um problema de escoliose "explosiva" para o qual os especialistas haviam aconselhado que fosse usado urgentemente, 24 horas por dias, um colete rígido que cobre o torso da criança, e isso por um período mínimo de vários meses. Seu pai, que vinha se consultando comigo para problemas de ciática, falou-me da Carine. Depois de tê-lo aconselhado a procurar várias opiniões médicas antes de fazer o que quer que seja, eu lhe expliquei o que havia "por trás" da escoliose da sua filha e me propus a ajudá-la a compreender o que estava acontecendo e a mostrar como ela poderia mudar esse "programa ruim" que não a estava fazendo feliz. Paralelamente a esse trabalho que fazíamos juntos, eu a aconselhei que se consultasse com uma amiga que pratica uma técnica que se chama orto-bionomia, e também com um médico homeopata. No mês seguinte, Carine conseguiu, de repente, deter a escoliose (que chegou a diminuir um ou dois graus) e se pôs a crescer novamente (3 a 4 centímetros), o que não fazia havia mais de um ano.

O que estava acontecendo na vida da Carine? Durante o ano que antecedeu a sua visita, Carine tinha perdido todas as suas

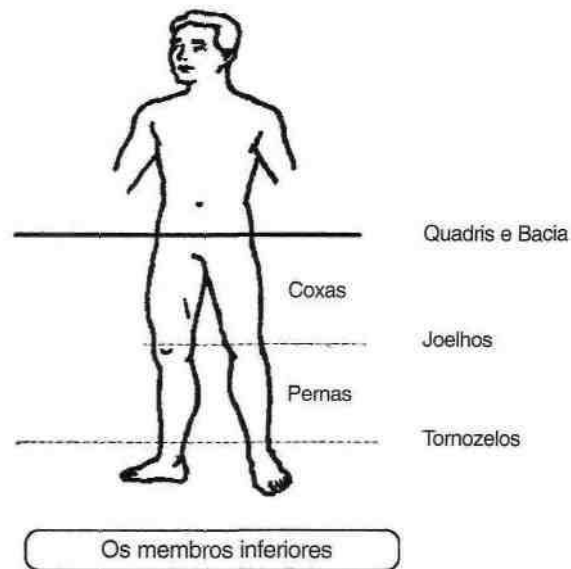
referências por causa das escolhas e das decisões feitas por adultos. A mudança de endereço e de escola, e a atividade profissional exigente de um pai que lhe parecia muito ausente fizeram ela perder a confiança no mundo dos adultos. No entanto, Carine tinha um "sol" no seu coração, a presença e a cumplicidade profunda de uma amiga da escola que lhe era muito querida. Ela foi novamente "traída" pelos adultos, pois os pais dessa amiga decidiram se mudar. A mãe da jovem não permitiu que elas continuassem a se ver uma vez ou outra ou que mantivessem correspondência. A partir desse dia, Carine parou de crescer e decidiu manter as suas referências da infância. Eu soube que ela havia ganhado a partida quando, depois da nossa terceira sessão, ela me contou que tinha tido um pesadelo no qual um "assassino havia matado uma criança"...

Além da estrutura, vejamos agora como o nosso corpo é construído, vestido e articulado. Nós temos, partindo da parte de baixo, os membros inferiores, o tronco, os membros superiores e a cabeça. Cada uma dessas partes tem um papel bem preciso e este papel está relacionado diretamente à sua função. Vamos precisar as relações existentes para cada parte, retomando as funções exatas de cada uma delas, sejam membros ou órgãos.

***Os Membros Inferiores**

Eles são constituídos por duas partes, a coxa (coxa e fêmur) e a perna (panturrilha, tíbia e perônio), e por três eixos que vêm a ser as suas articulações principais. Os membros inferiores terminam numa peça mestra, o pé.

As articulações que unem, articulam o pé, a perna, a coxa e busto são o quadril, o joelho e o tornozelo. Qual é o papel principal e fisiológico das nossas pernas? São elas que possibilitam a nossa locomoção, para frente ou para trás, de um lugar para o outro e, naturalmente, em direção aos outros. Logo, são os nossos vetores de mobilidade que nos colocam em relação com o mundo e com os outros. A simbólica "social" da perna é muito forte. É ela que faz com que as aproximações, os encontros, os contatos aconteçam. É ela que permite ir adiante. Tudo o que faz parte da perna



está ligado ao movimento no espaço e, particularmente, o espaço relacional. Logo, as nossas pernas são os nossos vetores de relação. Elas são a sua representação psicológica e o seu agente físico potencial.

Os males dos membros inferiores

De maneira geral, quando sentimos alguma tensão ou dor nas pernas, isso significa que temos tensões relacionais com o mundo ou com alguma pessoa. Temos dificuldade para avançar ou recuar no espaço relacional do momento. Quanto mais precisa for a localização na perna, maior será a possibilidade de refinar o tipo de tensão que vivemos e, provavelmente, de compreendê-lo. Vamos ver detalhadamente as significações particulares de cada parte da perna.

*** O quadril**

Ele corresponde à articulação "primária", básica, "mãe", dos membros inferiores. É dele que partem os movimentos potenciais des-

ses membros. Ele representa também o eixo básico do nosso mundo relacional. Nós o chamamos de "porta do Não-Consciente relacional" (ver esquema na página 132), o ponto através do qual os elementos do nosso Não-Consciente emergem em direção ao Consciente. Nossos esquemas profundos, nossas crenças sobre a relação com o outro e com o mundo e a forma como a vivemos são representados - no seu aspecto somático (no que diz respeito à estrutura do corpo, é claro) - pelo quadril. Qualquer perturbação consciente, ou não, nos níveis acima repercutirá no nível de um dos nossos quadris. Junto com a bacia e a região lombar, os quadris são a sede do nosso poder profundo, como também da nossa capacidade de mobilidade e de flexibilidade, interiores e exteriores. É a partir deles que o nosso "ser" se encontra em relação com o mundo.

Os males do quadril

Os problemas do quadril, dores, tensões, bloqueios, artroses etc. nos mostram que atravessamos uma situação em que a "base" das nossas crenças profundas está sendo recolocada em questão. Quando essa articulação, que é o apoio primordial e fundamental da perna, se rompe, isso significa que os nossos suportes interiores principais, as nossas crenças mais enraizadas em relação à vida também se rompem por sua vez. Nós nos encontramos exatamente no campo das noções de traição ou de abandono, sejam elas realizadas por nós ou pelos outros.

Se for o quadril esquerdo, estamos diante do caso de uma vivência de traição ou de abandono de simbólica Yang (paterna). Tenho em mente um caso em particular: o de uma pessoa que se chama Sylvie, e que veio me consultar a respeito de um caso de artrose do quadril esquerdo, pouco antes de se submeter a uma cirurgia. Depois de deixá-la falar do seu sofrimento "mecânico", eu a conduzi ao fundo do problema e a me falar um pouco mais sobre a sua vida fazendo perguntas: "Que homem a havia traído ou abandonado nos últimos meses?". Apesar de surpresa, ela me confidenciou que havia perdido o seu marido três anos antes, mas que não via relação alguma entre os dois fatos. Eu fui lhe explicando progressivamente o processo inconsciente que tinha levado todo esse tempo para então se liberar dessa forma. Ela reconheceu, en-

tão, que havia realmente vivido o desaparecimento do seu marido como se fosse um abandono e algo injusto. Após duas sessões de massagem de Harmonização e de trabalho sobre essa memória, o seu quadril se liberou a tal ponto que, durante a segunda semana, houve dois dias inteiros em que ela não teve o menor sofrimento. Os seus medos, as suas "obrigações" profissionais, no entanto, a fizeram tomar, apesar de tudo, a decisão de se submeter à cirurgia e, naturalmente, eu a deixei livre para fazer essa escolha. A cirurgia foi "bem-sucedida" e calou a sua dor.

Um ano e meio depois, ela voltou para me ver com o mesmo problema, mas dessa vez no quadril direito. Estava claro que ela não havia eliminado, de maneira alguma, a tensão interior. A ferida na alma não cicatrizava de jeito algum e procurava um outro ponto do corpo para se exprimir. Eu fiz com que fosse mais longe na expressão da sua vivência e ela terminou "confessando" que, além de tudo, após o desaparecimento do seu marido, restavam sérias dúvidas sobre a sua fidelidade, que ela achava que ele a havia enganado. Ela se sentia traída na sua condição de esposa. Não era então de se espantar que o Não-Consciente tenha necessidade de expulsar, através do quadril, essa ferida que estava longe de se fechar, pois sustentava a dúvida. Foi o quadril direito porque a feminilidade estava certamente envolvida, mas sobretudo porque o esquerdo não podia mais "falar".

Se for o quadril direito, estamos diante do caso de uma vivência de traição ou de abandono de simbólica Yin (materna). Deixando o exemplo anterior de lado, vou me referir aqui ao meu próprio pai. Ele trabalhava em um escritório público onde as coisas e os comportamentos se tomavam cada vez mais difíceis de serem tolerados, pois "traíam" a idéia que ele fazia do serviço público. Mas como fazer para sair dessa situação? Um dia, ele sofreu uma queda em que machucou seriamente o quadril direito. Pouco a pouco, a dor foi aumentando até que foi ficando fisicamente impossível que ele pudesse fazer o seu trabalho corretamente. Sendo de origem camponesa e tendo o senso do dever e do respeito com os compromissos, ele ficou ainda mais "contrariado" quando lhe aconselharam a "se fazer de doente". "Eu não posso aceitar tal coisa pois isso significaria que os outros deverão trabalhar por mim", dizia na época. Isso teria sido uma traição a mais, porém da sua

parte agora. Ele pediu então aposentadoria antecipada para evitá-la, embora isso fizesse com que perdesse muito financeiramente, pois o vencimento da sua aposentadoria não estava tão longe assim. No entanto, ele não podia compreender toda a significação inconsciente do que estava acontecendo. Passou então a ajudar uma pessoa que ele conhecia a cuidar de uma criação de trutas. O início foi promissor mas a experiência da traição se renovou. A pessoa aparecia cada dia com uma "história" diferente que reduzia cada vez mais o trabalho que ele próprio realizava. Até o dia em que uma gota d'água mais forte do que as outras (destruição acidental) fez o balde transbordar. A dor no quadril esquerdo, que havia tomado a forma de uma coxartrose, aumentou e, logo após haver deixado esse padrão que havia traído a sua confiança, ele teve que se submeter a uma cirurgia.

Talvez, se eu tivesse "sabido" na época (há 25 anos), nós poderíamos ter evocado a necessidade que ele tinha de experimentar a traição ou o abandono simbólico. Aliás, ele já a havia encontrado mais jovem, quando, ao voltar do cativeiro após a guerra, constatou que o seu pai havia abandonado uma bela fazenda na qual eles viviam antes da guerra. Ora, ele o havia expressamente aconselhado a não fazê-lo. Ao constatar que o seu pai a havia vendido, apesar de tudo, para comprar uma outra em outro lugar, decidiu deixar a fazenda da família para trabalhar na indústria. Eu digo "talvez", pois nem sempre estamos prontos para "entender" algumas coisas e ninguém pode viver ou mudar a Lenda Pessoal do outro.

*** O joelho**

É a segunda articulação da perna, aquela que serve para dobrar, ceder, para ficar de joelhos. É a articulação da humildade, da flexibilidade interior, da força profunda, ao contrário do poder exterior, que gera a rigidez. Ele é o sinal manifestado do alívio, da aceitação, e até mesmo da rendição e da submissão. O joelho faz o papel de "porta da Aceitação" (ver esquema página 132). Ele é o complemento, a continuação do quadril, prolongando a mobilidade deste, porém no sentido inverso. De fato, o quadril é uma articulação que só pode se curvar para frente, enquanto o joelho só se curva para trás. Ele traduz então a capacidade de romper, de ceder, até mesmo de recuar. É também a articulação que faz a alternância entre o

Consciente e o Não-Consciente. Representa assim a Aceitação de uma emoção, de uma sensação, de uma idéia que emerge do Não-Consciente em direção ao Consciente - se estivermos durante o processo de Densificação - ou, mesmo, o inverso, uma idéia que ande em direção a esse Não-Consciente após o Consciente - se estivermos durante o processo de Liberação (ver esquema página 132). É a articulação maior da relação com o outro e da nossa capacidade de aceitar o que essa relação implica em termos de abertura, até mesmo de compromisso (eu não disse comprometimento).¹

Os males do joelho

É fácil deduzir que quando sentimos dor no joelho isso significa que temos dificuldade para ceder, para aceitar uma certa experiência vivida. Estamos no nível das pernas, logo a tensão é de ordem relacional com o mundo exterior ou interior, com os outros ou consigo mesmo. As dores, os problemas "mecânicos" nos joelhos significam que uma emoção, uma sensação, uma idéia ou uma memória ligada à nossa relação com o mundo não está sendo aceita, está até mesmo sendo recusada. Trata-se de alguma coisa que é vivenciada no Consciente e que transtorna, confunde, perturba as nossas crenças interiores e que nós recusamos interiormente. Pode se tratar, por outro lado, de uma emoção, de uma sensação ou de uma memória que emerge do Não-Consciente (mensagem do Mestre Interior) e que temos dificuldade para "aceitar", para integrar no nosso cotidiano, no nosso Consciente, pois elas perturbam, transtornam as crenças ou os "costumes" reconhecidos e estabelecidos.

Se for o joelho direito, a tensão está relacionada com a simbólica Yin (materna). Podemos retomar aqui o exemplo que citei anteriormente, daquele homem que havia se ferido no joelho direito durante um jogo de futebol, na época em que acabara de receber a carta de pedido de divórcio da sua mulher, divórcio esse que ele não aceitava. Há também um caso pessoal tão significativo quanto este. Há alguns anos, eu praticava assiduamente o aikido com o meu professor daquela época. Em Paris, havia construído com alguns amigos um dojo magnífico, pelo qual havíamos dado o

¹ Aqui o autor se refere a uma outra leitura da palavra joelho em francês: "genou" também viria a ser "je-nous", em que "je" = eu e "nous" = nós. (N.T.)

nosso sangue e colocado em perigo, alguns de nós, as nossas estruturas familiares e sociais, pois essa construção estava em primeiro lugar e nos tomava "indisponíveis" para muitas outras coisas. Pouco depois do final dessa realização, da qual nos sentíamos particularmente orgulhosos, as relações com a estrutura que representava a associação se degradaram. Mas, no fundo, eu não podia aceitar as mensagens que viviam chegando e me mostravam que o meu caminho junto a ela havia terminado. Encontrava muita dificuldade para aceitar essa idéia, depois de tudo o que havia investido nela, apesar da vivência de "traição" que se associava a todo o resto.

Foi o meu joelho direito que "rompeu" e me obrigou a parar com tudo, não só os cursos que eu ministrava como também os que estava fazendo. Uma entorse dupla se deu de forma quase que medíocre durante um aquecimento de aikido, ao passo que eu já vinha sofrendo do joelho há várias semanas. Eu não podia "entender" que a minha relação com a associação e a sua dinâmica "familiar" chegava ao fim. Essa tensão mais as que foram produzidas no meio familiar durante a construção do dojo me levaram até a entorse, ao mesmo tempo em que eu tinha um problema de deslocamento do meu quadril direito (vivência de traição). Assim, eu me "obriguei" a deixar essa associação, essa representação materna. Depois de uma reflexão difícil, acabei compreendendo a mensagem. Apesar da "gravidade médica", pude retomar a minha prática rapidamente em outro lugar, e o meu joelho direito se refez perfeitamente e me permitiu voltar ao aikido, mesmo que eu não esteja sempre com o meu tempo voltado para essa direção atualmente.

Se for o joelho esquerdo, a tensão está relacionada à simbólica Yang (paternal). Vou considerar o exemplo de uma jovem, Françoise, que veio me consultar por queixas genéricas de "mal-estar". Durante a conversa que tivemos, foi apurado que ela sofria do joelho esquerdo. Diante da minha pergunta, que consistia em saber se vivia uma tensão relacional com um homem, depois de me olhar como se eu fosse um feiticeiro, ela reconheceu atravessar uma fase difícil com o seu namorado, em que não aceitava mais o seu comportamento em relação a ela. Então, lhe expliquei a relação que podia existir entre o seu joelho e as suas tensões relacionais com

um homem. Após alguns instantes de reflexão, ela exclamou: "Então é isso! É verdade, pois, alguns anos atrás, eu vivia com um rapaz que me havia causado o mesmo problema e também tinha tido fortes dores no joelho esquerdo, que desapareceram pouco depois de nos separarmos." Naturalmente eu lhe propus uma reflexão sobre por que ela revivia a mesma experiência e por que o seu corpo soava o alarme. Assim pudemos determinar rapidamente as coordenadas do seu "mal-estar".

*** O tornozelo**

Ele é a terceira e última articulação maior, que gera a mobilidade entre o pé e o resto da perna. O tornozelo é a articulação da perna que lhe dá a sua fineza de mobilidade, particularmente quando o pé está parado, posicionado no solo, porém também quando está em movimento. É graças a ele que podemos "crescer" sobre os nossos apoios no solo (pés) para avançar melhor e mais rápido. É a outra extremidade da perna. O quadril representa a articulação básica das estruturas e das referências inconscientes da relação, enquanto o tornozelo representa a articulação final e exteriorizada, ou seja, as referências e suportes conscientes das nossas relações com o mundo. Ele representa a articulação das nossas posições, das nossas crenças reconhecidas e estabelecidas em relação aos outros e a nós mesmos. Ele é a "barreira dos nossos critérios quanto à vida" e simboliza, enfim, a projeção da nossa capacidade para "decidir", para dar início às decisões e às mudanças (de posições, de critérios) na nossa vida e para nos envolvermos nas coisas. É a "porta da Implicação" (ver esquema página 132) no sentido da decisão. A estabilidade e a mobilidade dos nossos apoios sobre o solo (que simboliza a realidade), assim como a flexibilidade e a desenvoltura deles, dependem dos nossos tornozelos. Eles vão ser, por conseguinte, a projeção fiel da estabilidade, da rigidez ou da flexibilidade das nossas posições e dos nossos critérios quanto à vida.

Os males dos tornozelos

As entorses, as dores e os traumatismos dos tornozelos vão nos falar das nossas dificuldades quanto às relações na medida em que nos falta estabilidade ou flexibilidade no que diz respeito a

elas. Eles demonstram que atravessamos uma fase na qual as nossas posições, os nossos critérios quanto à vida, a maneira como nós nos "colocamos" em relação ao outro não nos convêm, não nos satisfazem mais e nós encontramos dificuldade para mudá-las, para "agir". Há falta de flexibilidade ou de desenvoltura, de estabilidade ou de "realismo" nessas posições. Nós nos obrigamos então a fazer uma parada, pois não podemos mais continuar, avançar nessa direção. A posição que temos ou que mantemos não é boa e precisamos mudar de ponto de apoio, de critério – chamado de "objetivo" de referência, ou seja, de crença "exterior", conscientemente admitida e reconhecida. As tensões e os sofrimentos nos tornozelos podem significar também que temos dificuldade para decidir alguma coisa, de tomar uma decisão importante na nossa e pela nossa Vida, provavelmente porque essa decisão possa colocar em questão uma posição atual que nos parece ser satisfatória.

Se a tensão estiver no nível do tornozelo direito, estará relacionada à dinâmica Yin (materna). Vou me referir aqui a um cliente que se chama Peter. Ele tinha vindo se consultar a respeito de dores no tornozelo direito, no calcanhar de Aquiles direito. Praticante assíduo de jogging, isso o incomodava enormemente e lhe impedia mesmo, às vezes completamente, de se entregar ao seu relaxamento preferido. Ora, sua esposa era uma pessoa extremamente ansiosa e nervosa e criava, involuntariamente e sem más intenções, tensões emocionais fortes no seio de toda a família e, particularmente, com as suas duas filhas. Peter encontrava cada vez mais dificuldade para aceitar essa situação e não "sabia bem onde pisar", que posição tomar em relação à sua esposa para que ela compreendesse e pudesse se acalmar. Paralelamente, também vivenciava tensões fortes na sua empresa. Estavam acontecendo reestruturações e ele não sabia que atitude adotar em relação às mudanças estruturais que iam se instalar. Os dois eixos mais importantes da dinâmica Yin, a mulher e a empresa, estavam então em questão, de uma maneira aberta, oficial e reconhecida.

Se for o tornozelo esquerdo, a tensão estará relacionada com a simbólica Yang (paterna). É o que aconteceu com Jacques ou então com Françoise, que haviam torcido o tornozelo esquerdo

um porque o seu superior na escala hierárquica, com idade avançada, não conseguia "passar o posto", e porque ele não sabia como lhe dizer tal coisa; e a outra porque o seu Filho se drogava, porque ela encontrava muita Dificuldade para reconhecer esse fato e porque não sabia que atitude tomar diante dele e do mundo exterior.

***O pé**

É o nosso ponto de apoio sobre o solo, a parte na qual todo o nosso corpo repousa e Confia quando se trata de mudanças, de movimentos. É ele que nos permite "crescer", e por conseguinte avançar, mas pode também bloquear nossos suportes, e por conseguinte manter Firmemente as nossas posições. Logo, o pé representa o mundo das posições, a extremidade manifestada da nossa relação com o mundo exterior. Ele simboliza as nossas atitudes, as nossas posições declaradas e reconhecidas, o nosso papel Oficial. Não devemos colocar o pé na porta para bloqueá-la. Ele representa os nossos critérios quanto à vida, até mesmo os nossos ideais. Trata-se da chave simbólica dos nossos suportes "relacionais", o que explica a importância do ritual de lavagem dos pés em todas as tradições. Tal coisa Purificava nossa relação com o mundo, até mesmo com o divino. Enfim, é um símbolo de liberdade, pois possibilita o movimento. Aliás, não é por acaso que os pés das meninas eram enfaixados na China. Sob o pretexto de uma Significação erótica e estética, na verdade, isso permitia que a mulher ficasse fechada, aprisionada num mundo relacional de dependência diante do homem, limitando o seu potencial de mobilidade. Aliás, o mesmo fenômeno existe nas nossas sociedades ocidentais em que as mulheres "deviam" usar salto agulha para corresponder a um determinado esquema. Como que por acaso, foi possível constatar que a altura dos saltos dos sapatos diminuía proporcionalmente à "liberdade" sucessiva das mulheres. Hoje em dia, mais e mais mulheres, sobretudo as gerações jovens, só usam salto baixo.

Os males do pé

Eles exprimem as tensões que sentimos em relação às nossas posições diante do mundo. Eles querem dizer que falta Fidelidade, estabilidade ou segurança nas nossas atitudes habituais, nas pó-

sições que sustentamos ou que adotamos. Aliás. não é o que dizemos de alguém que não está tranqüilo. que tem medo ou que não ousa declarar as suas opiniões ou posições - que ele "está andando de fininho" – ou, mais corriqueiramente, que alguém que se abstém, ou cujas posições atuais o colocam numa má situação que ele "está tropeçando nos próprios pés"? - enfim, não é o que dizemos de alguém que não sabe que atitude tomar em relação a uma situação (relacional), que ele fica sem saber onde pisar?

Quando a tensão se manifesta no pé direito. ela está relacionada com o Yin (mãe), e quando está localizada no pé esquerdo, está relacionada ao Yang (pai). Aqui é o caso da Judith que me vem em mente. A mãe dessa criança de 9 anos trouxe para uma consulta. pois a menina sofria de uma algo neurodistrofia no tornozelo e no pé esquerdo, e o diagnóstico dos médicos previa que ela "acabaria" numa cadeira de rodas. Essa afecção óssea, especialmente profunda e reconhecida como sendo de origem "somática", é tão dolorosa às vezes que pode levar algumas pessoas ao suicídio. O que acontecia com Judith? Ela acabara de perder o seu pai, morto brutalmente. No entanto, esse pai que era tão importante, nos últimos tempos, vinha destruindo a sua imagem aos olhos da Judith, pois "procurava" o álcool para "resolver" alguns problemas. Diante disso, Judith começou a sentir dores no tornozelo esquerdo quinze dias antes da morte do seu pai. Seu pai acabou decidindo "partir" completamente e Judith não soube mais onde se encontrava nem sobre o que se apoiar. Não havia mais um pai em quem "confiar", não havia mais a representação da força, na medida em que a sua imagem começava a se dissipar. Judith fez a mesma coisa com o seu tornozelo e o seu pé esquerdo. que começaram a se desmineralizar. Fizemos um trabalho de desdramatização e, depois, de reconstrução da memória emocional, como também um trabalho importante de reequilíbrio das suas energias. Diante da urgência e da importância da manifestação, eu a confiei, paralelamente, a um amigo e médico homeopata. que determinou um tratamento remineralizante fundamental e. também. a uma amiga que a ajudou com um trabalho de orto-bionomia. Depois de quinze dias. Judith encostou as suas muletas e voltou à escola. para grande surpresa do médico responsável, que teve a "psicologia" de acusá-la de simulação, pois, do contrário, era impossível que pudesse

voltar a andar. Foram necessárias duas sessões a mais para interromper a reincidência que se seguiu a tamanha atitude "negativa" vinda de uma pessoa vista como capaz de representar "a autoridade" (simbólica paterna).

*** Os dedos dos pés**

Representam as terminações "finas" desses pontos de apoio. Eles são os "detalhes", o "acabamento" desses pontos e, assim, as terminações das nossas posições, os detalhes das nossas crenças ou as pontuações das nossas atitudes relacionais. Cada dedo representa, por sua vez, um detalhe particular, um modo ou uma fase específica que decodificamos graças ao meridiano energético que termina ou começa no dedo em questão. Enquanto elemento periférico e de acabamento da relação, ele permite que o indivíduo se sirva dele como se fosse um meio de *feedback*, de retroação. Graças a cada um dos pés e aos pontos energéticos que se encontram na extremidade deles, o indivíduo pode estimular ou eliminar, inconsciente porém eficazmente, as tensões eventuais que ali se encontrem. Assim sendo, os dedos dos pés são, como os das mãos, ao mesmo tempo os lugares e os meios que favorecem múltiplos pequenos atos "falhos" cotidianos, que nos parecem ocasionais e sem significação. Porém, na realidade, nunca é por acaso que queimamos, esmagamos ou torcemos tal ou qual dedo do pé. Trata-se cada vez de um processo "leve", porém claro, de uma busca de expressão e/ ou eliminação de uma tensão relacional. Esse processo pode existir porque o ponto energético que se encontra na extremidade de cada um dos dedos dos pés se chama "ponto fonte" ou "ponto da Primavera", É o ponto do renascimento potencial da energia, graças à qual uma nova dinâmica pode aparecer ou através da qual a antiga pode se "recarregar" e mudar de polaridade.

Os males dos dedos dos pés

Vou fazer aqui uma simples apresentação da significação global de cada um dos dedos dos pés e dos sofrimentos que vão ser expressos. Para compreender mais detalhadamente toda a dinâmica que está por trás disso, basta se referir, nesta obra, à parte que diz respeito ao meridiano energético exato que atinge o dedo

em questão e ao qual ele imprime sua dinâmica geral. Se a tensão se manifestar num dedo do pé direito, estará relacionada à simbólica Yin (materna); num dedo do pé esquerdo, à simbólica Yang (paterna).

O dedo grande do pé (o "polegar" do pé)

É o único dedo do pé em que começam dois meridianos energéticos o do Baço e Pâncreas e o do Fígado. É o dedo de base do nosso suporte relacional. do que nós somos. É por isso que, durante a menopausa (perda da fecundidade. logo, do valor feminino). freqüentemente testemunhamos o desenvolvimento de uma deformação desse dedo do pé que se chama *Hallus valgus*. Os traumatismos ou as tensões nesses dedos significam que sentimos uma tensão equivalente na nossa relação com o mundo, seja no plano material (parte interna do pé). ou no plano afetivo (parte externa do pé).

O segundo dedo do pé (o "indicador" do pé)

É o dedo, em que se encontra o meridiano do Estômago, ou seja, aquele que gera a nossa relação com a matéria, a nossa digestão dessa matéria. As bolhas, os joanetes. males ou traumatismos nesse dedo vão nos falar da nossa dificuldade para gerar certas situações materiais ou profissionais.

O terceiro dedo do pé (o dedo "médio" do pé)

Não há meridiano orgânico nesse dedo do pé mas ele tem uma relação "indireta" com o Triplo Aquecedor. Logo. é o dedo do pé central aquele do equilíbrio e da coerência das nossas atitudes relacionais. Os males desse dedo significam então que temos dificuldade para equilibrar as nossas relações, especialmente no que diz respeito ao futuro. O medo de seguir adiante. e de uma forma justa. pode ser expresso por esse dedo.

O quarto dedo do pé (o "anular" do pé)

É o dedo do pé em que se encontra o meridiano da Vesícula Biliar. Ele representa os detalhes das nossas relações com o mundo, no sentido do justo e do injusto, da busca pela perfeição. A presença de tensões. câibras ou sofrimentos nesse dedo significa que

vivemos uma situação relacional difícil quanto ao que é justo ou injusto. Trata-se de uma relação que não nos satisfaz no que diz respeito às condições e à qualidade dessas condições.

O dedo pequeno do pé (o dedo mínimo do pé)

O dedo pequeno do pé é o dedo no qual termina o meridiano da Bexiga. É o meridiano da eliminação dos líquidos orgânicos e das "memórias antigas". Quando batemos com esse dedo, o que é extremamente doloroso, procuramos eliminar memórias antigas ou esquemas relacionais antigos. Provavelmente estamos tentando mudar hábitos antigos, modos de relação com o mundo e com o outro que não nos satisfazem mais. Através do traumatismo e do sofrimento (corpo, ferida, entorse etc.), estimulamos nossas energias para facilitar essa eliminação dos modos antigos a fim de substituí-los por outros.

*** A coxa, o Fêmur**

A coxa se situa entre o quadril e o joelho. Um relato mais detalhado sobre o que essas duas articulações representam já foi feito anteriormente. Lembremos simplesmente que o quadril e a bacia representam o inconsciente relacional. Eles representam a "porta do Não-Consciente", que eu chamo de "Porta da Integração", o ponto de emergência, o ressurgimento do nosso Não-Consciente na sua ligação relacional com o mundo e com os seres (dentre os quais nós mesmos). O joelho é, por sua vez, a "porta, a barreira da aceitação". A coxa, construída ao redor do fêmur, representa o que há entre os dois e o que os une. Pode se tratar da projeção da fase de passagem das memórias, dos medos ou dos desejos, do Não-Consciente para o Consciente. Nós nos encontramos então no processo de Densificação (ver esquema página 132), no momento que precede a sua aceitação consciente. Porém também pode ser a passagem do Consciente para o Não-Consciente. Estamos então no processo de liberação, no momento que segue à sua aceitação consciente e que precede a não-consciente.

Os males da coxa e do fêmur

As memórias ou feridas inconscientes profundas de um indivíduo que vêm à tona e que ele se recusa a aceitar vão se manifes-

tar através de tensões na coxa (ponto doloroso, cãibra, ponto de ciática localizado etc.), até mesmo de uma fratura do fêmur, quando a lembrança, a memória que vem à superfície é forte demais ou quando ela transtorna a estrutura (osso) das crenças pessoais ou das escolhas de vida da pessoa.

No sentido inverso, podem se referir a vivências e às experiências que o indivíduo aceitou no seu Consciente, no seu mental, mas que não pode ou ainda não está pronto para aceitar dentro de si. Esse pode ser o caso de alguém que teve que ceder em alguma coisa que considerava importante para si (promoção social, trabalho, casa, país, por exemplo) e que compreendeu e aceitou no seu mental. No entanto, bem no fundo de si mesmo, não o aceita. Apesar de todas as razões lógicas que fizeram com que compreendesse as coisas, ele se recusa a integrá-las. Se a dor ou o traumatismo se localizar no fêmur, isso significa que a tensão está ligada à estrutura profunda, às crenças e aos valores inconscientes da pessoa. Se, por outro lado, ela se localizar na coxa, nos músculos, estamos diante de uma manifestação menos "grave", porque está menos enraizada na estrutura.

Se a tensão, a dor ou a fratura for na coxa direita, vai se tratar de alguma coisa relacionada ao Yin, a simbologia materna, e todas as suas representações. Vou citar, por exemplo, o caso específico de um amigo que devia, por razões econômicas, vender a sua casa. Ele sabia que era necessário, até mesmo obrigatório. Essa necessidade estava clara na sua cabeça e ele havia aceitado mentalmente todas as razões, com as quais concordava muito à vontade quando falávamos no assunto. O único problema era que, havia vários anos, ele vinha hospedando a sua mãe numa parte dessa casa e lhe era absolutamente inconcebível aceitar a idéia de lhe dizer que ele próprio ia ter de vender o imóvel, e ela ia ter que partir. Ele expulsava a sua tensão através de repetidas e, às vezes, violentas dores que se irradiavam entre a sua nádega direita, a sua coxa direita e o seu joelho direito, de acordo com o seu estado psicológico e o grau de aceitação interior.

Se, por outro lado, a tensão, a dor ou a fratura se localizar na coxa esquerda, estará relacionada com o Yang, a simbólica paterna, e todas as suas representações. Tal foi o caso do Pascal. Ainda criança, ele fraturou o fêmur esquerdo quando tinha 16 meses.

Como as circunstâncias da época não estão suficientemente claras na memória, é difícil determinar o que havia por trás dessa fratura' muito rara em tal idade. Muitos anos depois, ele perdeu o seu pai num acidente de trânsito. Ele se recusou então a "ver" as coisas e teve um problema grave no olho esquerdo, que desapareceu praticamente de uma hora para outra quando os médicos decidiram operá-lo para "ver o que havia", pois os exames não mostravam patologia ou lesão alguma. Sua relação com toda a simbólica paterna, quer dizer, a hierarquia, a autoridade e o seu próprio posicionamento enquanto homem, encontrava-se inconscientemente afetada por esse desaparecimento. Alguns anos mais tarde, enquanto passava por uma difícil situação de fracasso no campo afetivo, na sua condição de homem, ele teve um acidente de trânsito enquanto estava sozinho, no qual fraturou novamente o fêmur esquerdo. Esse acidente "levou" a sua família a descobrir a profundidade do seu desespero, desespero esse que ele não podia nem expressar, nem reconhecer, nem admitir por si próprio. A memória emocional que emergia era forte demais para ser "reconhecida", daí a fratura do fêmur. Vivendo o dia-a-dia, ele ia deixando progressivamente a sua vida derivar, parecendo obedecer a uma programação interior suicida, já bem iniciada. Havendo chegado ao "fim do caminho", terminou por aceitar em ir para um centro de repouso a fim de interromper essa dinâmica e poder tentar se reconstruir. Nesse dia, houve uma reviravolta na sua vida. Na verdade, ele encontrou aquela que ia se tomar a sua mulher e lhe restituir a sua imagem de homem. Ele tinha 34 anos e meio, exatamente a mesma idade que o seu pai quando morreu...

*** A panturrilha, a tibia e o perônio**

Eles se localizam entre o joelho e o tornozelo. Já vimos que o joelho representa a porta da Aceitação. O tornozelo é, por sua vez, a porta da Decisão, ou seja, o ponto de passagem no mundo das posições e do real adquirido. Quando temos uma idéia nova que vem do fundo das nossas memórias (Não-Consciente) e que nós tenhamos aceitado (joelho), devemos integrá-la aos nossos conceitos conscientes de relação com o mundo, aos nossos critérios de vida ou ao nosso ideal de vida. Se essa integração for difícil, vamos vivenciar tensões, sofrimentos, câibras nas panturrilhas, ou uma

fratura na tíbia e/ou no perônio. Estamos na parte do corpo que precede ou segue o pé, segundo o sentido da circulação das energias que nós escolhemos (Densificação ou Liberação). Essa pode ser a fase de passagem das memórias, medos, desejos ou vivências, do Não-Consciente para o Consciente (sentido joelho-pé). Então estamos no processo de Densificação, no momento que segue à Aceitação consciente e que precede a integração deles ao real (tornozelo, pé). Porém também pode se tratar da passagem do Consciente para o Não-Consciente (sentido pé-joelho). Estamos, nesse caso, no processo de Liberação, no momento que precede a Aceitação não-consciente e que segue à Aceitação deles no real.

Os males da panturrilha, da tíbia ou do perônio

Eles vão nos falar das nossas dificuldades para aceitar as mudanças que a nossa vivência pode impor às vezes aos nossos critérios exteriores de vida. A nossa dificuldade para mudar de opinião ou de posição sobre um ponto de vista habitual da nossa relação com o mundo pode se manifestar através de uma dor nessa região da perna, e chegar até mesmo à fratura. Ela se produz quando a tensão é forte demais e quando as nossas posições encontram-se tão enraizadas, plantadas no solo, que não podem admitir a torção imposta pelo exterior. Então é a tíbia ou o perônio, ou até mesmo ambos, que "rompe". Porém a simples "rigidez" da panturrilha já significa que sentimos dificuldade para "agir", para dar ao tornozelo e ao pé a possibilidade de cumprirem o seu papel de mobilidade, de potencial de mudança de ponto de apoio na vida. É dessa dificuldade, por exemplo, que nos falam os pontos de ciática que se manifestam nessa parte da perna. Nesse caso, naturalmente, sempre se trata de uma ciática, com toda a sua significação de base, porém também com a fineza da expressão através da panturrilha.

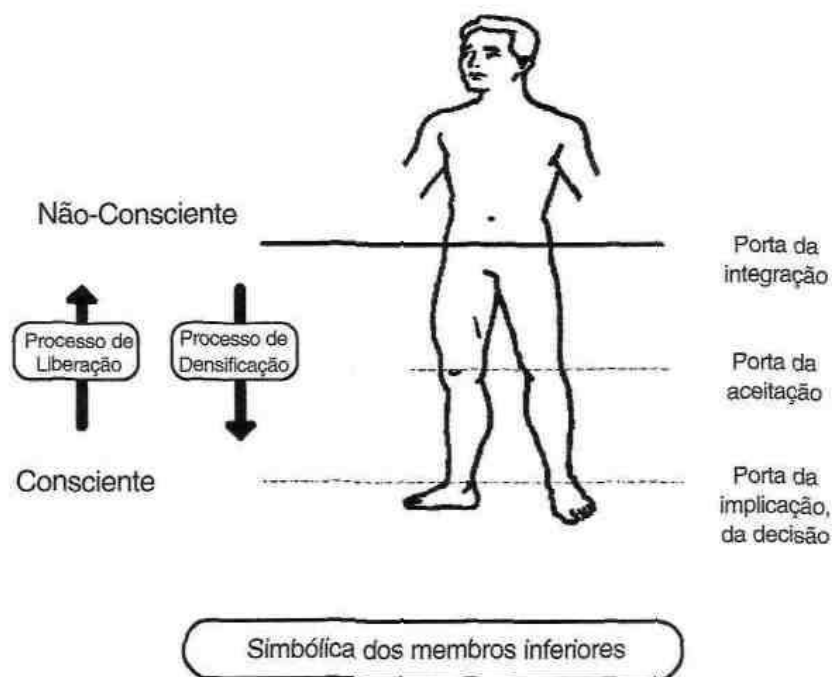
Se a tensão se manifestar na panturrilha esquerda, está relacionada com a dinâmica Yang (pai). É Clotilde que tenho agora em mente. Essa pessoa, que freqüentou alguns dos meus estágios de desenvolvimento pessoal, tinha vindo me consultar a respeito de um problema de dor ciática na perna esquerda, que era mais dolorosa na sua panturrilha esquerda. Já tendo trabalhado comigo, encontrou "facilidade" para chegar rapidamente à "torção" que ela

não aceitava na sua vida e de que procurava se liberar dessa forma. Seu patrão atual, chefe de uma PME (pequena/média empresa) e verdadeira caricatura paternalista, a estava "obrigando" a mudar a sua maneira de trabalhar e a forçando a formar alguém para ajudá-la, enquanto, por múltiplas razões (e medos), ela era decididamente autônoma, até solitária. A tensão foi liberada em uma sessão, mas se transportou quase que imediatamente para a sua coxa e o seu quadril, pois percebeu que o seu patrão também estava tentando traí-la; na realidade, ele queria substituí-la pela outra pessoa, que lhe parecia mais fácil de "manejar". Assim sendo, tivemos que fazer um trabalho de liberação desse quadril, tanto no plano psíquico, naturalmente, como no plano psicológico.

Se a tensão se manifestar na panturrilha direita, ela está relacionada à dinâmica Yin (mãe). Vou me referir aqui ao caso da Claudine, que já havia me consultado a respeito de outros problemas e que veio me ver, recentemente, em razão de uma tensão do tipo ciática na perna direita e, em especial, num trajeto sob o joelho. Eu lhe expliquei, trabalhando sempre com o seu corpo e as suas energias, a significação potencial dessa dor. Ela se pôs a chorar baixinho e me explicou que estava passando por uma situação difícil no seu trabalho. Devia tomar uma decisão importante para a sua carreira, sofrendo pressões nada insignificantes por parte da sua empresa (mãe). No entanto, estava encontrando muita dificuldade para aceitar essa decisão e, por conseguinte, para tomá-la, pois, por causa dessa decisão, devia abandonar alguém que ela "protegia" e que corria o risco de "sofrer" muito com a sua "partida".

Podemos ilustrar e resumir tudo o que diz respeito à parte "baixa" do nosso corpo, nossas pernas, no esquema que segue. Ele permite que visualizemos de forma simples o que acontece e como isso acontece.

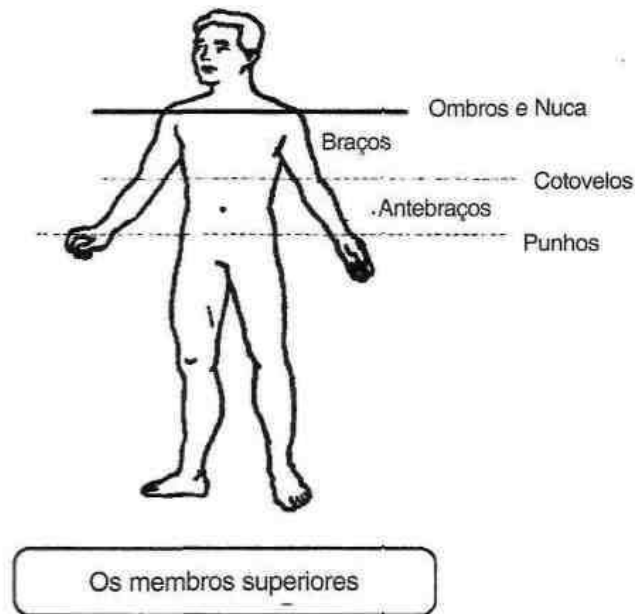
Cada vez que temos tensões nessa parte inferior, isso é sinal de que - na nossa relação no que diz respeito ao outro (desejo, vontade, impossibilidade, incapacidade medo etc.) ou a nós mesmos - passamos por uma tensão equivalente, seja ligada à nossa suposta incapacidade, ou a uma incapacidade vinda do exterior. Estamos diante de uma atitude, de um papel ou de uma posição na qual não podemos, não sabemos ou não conseguimos ser.



Vamos agora passar para a parte superior do corpo, que compreende os braços e os ombros, e também a nuca.

* Os Membros Superiores

Ligados ao busto no nível dos ombros, eles nos fazem tocar, agarrar, pegar. Servem também para rejeitar, cercar, apertar, sufocar, aprisionar. Finalmente, eles nos fazem agir; são os vetores da ação. Quem diz ação, diz supremacia, potência e poder. Os braços são, por isso, aquilo que nos dá a possibilidade de agir sobre os outros ou sobre as coisas, até mesmo de julgá-los (braço secular) ou de separar, logo, por extensão, de escolher. Podemos, enfim, graças a eles, proteger, defender e nos defender. Como vetores da ação e da escolha, são eles que nos permitem passar do conceitual ao real, ao "**fazer**". Por seu intermédio, "**o ser**" pode se expressar pelo "**fazer**", o conceitual pode passar para o real, o



Yang pode se manifestar no Yin. Assim como as pernas, os braços contêm duas partes - o braço (bíceps e úmero) e o antebraço (rádio e cúbito) - separadas por três articulações principais, o ombro, o cotovelo e o punho. Eles terminam, Enfim, numa peça mestra, a mão.

Os males dos membros superiores

As dores, as feridas ou as tensões que temos nos braços são sinal de que passamos por tensões no que diz respeito à nossa vontade de atuar no mundo exterior ou interior. Elas nos falam da nossa Dificuldade para agir em relação a alguma coisa ou a alguém, para fazer ou escolher alguma coisa. Um desejo de agir, de dominar ou de controlar que não poderá ser realizado vai se exprimir através dessas tensões que podem, assim como se passa com as pernas, ir até à ruptura, ou seja, à fratura. Esses males dos braços podem também significar que temos Dificuldade para transpor para o real - depois de haver escolhido naturalmente - idéias, projetos ou conceitos que consideramos importantes. De acordo com o ponto exato do braço, do ombro, do antebraço, do punho etc.,

em que a tensão se manifesta, teremos uma informação mais detalhada do que nos "impede", segundo a nossa concepção, de agir. Nossos braços podem, Enfim, "nos falar" da nossa relação com o poder e com a possessão e, por conseguinte, da nossa capacidade para "romper" ou não com as coisas.

Assim como o fizemos com as pernas, vamos estudar, em primeiro lugar, os eixos articulares e depois, em seguida, o braço, o antebraço e a mão, deixando um lugar um tanto quanto especial para a nuca.

***O ombro**

Ele está para o braço assim como o quadril está para a perna. É a articulação básica, o ponto de ancoragem, o eixo primordial do braço. Ele representa os eixos conceituais profundos da nossa capacidade e da nossa vontade de ação e de supremacia. Os nossos braços carregam a trama inconsciente da nossa relação com essa ação e com essa vontade de supremacia sobre o mundo. A capacidade de agir, a "vontade voluntária", os preconceitos, as intenções fazem parte da simbólica do ombro. Logo, tudo o que diz respeito aos nossos desejos profundos de ação sobre alguma coisa ou alguém terá uma relação somática direta com ele. Assim como o quadril, o ombro é a porta da Integração, a porta do Não-Consciente (ver esquema página 149) mas só nesse caso, no que diz respeito à ação. O quadril, por sua vez, está ligado à relação. É nesse nível que os desejos e as vontades de agir emergem, saem, para se exprimir no real.

Aqui, essa imagem da "porta" é interessante pois o osso que une o acrômio ao peito (esterno) se chama clavícula, do latim clavícula, "chave pequena". Ora, o ponto de ligação entre a clavícula e o esterno se situa justo sob o Chakra da garganta, que é o da expressão do eu. Essa consideração se torna ainda mais interessante quando refletimos sobre o fato de que o único meio de expressão do homem na sua encarnação é justamente o Jazer, a ação, e os ombros são a porta.

Os males do ombro

As tensões que sentimos nos ombros (acrômio, trapézio, clavícula, omoplata etc.) vão nos falar da nossa dificuldade para agir.

Elas mostram que encontramos ou sentimos que há um freio quando se trata dos nossos desejos de ação, particularmente no que diz respeito aos meios. Ou seja, nós nos sentimos "impedidos", não por falta de capacidade mas por falta de assistência ou por oposições exteriores. Achemos que o mundo exterior (ou a nossa própria censura) nos impede, não nos deixa, não nos dá os meios ou, mesmo, não nos autoriza a agir. Logo, as energias não podem atravessar os braços e ficam bloqueadas nos ombros. Os "cérebros", que pensam muito e agem pouco, podem confirmar tal fato, pois a maioria deles sente muitas dores no trapézio.

Se for no ombro esquerdo, a tensão está relacionada com a simbólica Yang (paterna), e se for no ombro direito, ela está relacionada com a dinâmica Yin (materna). Vou citar aqui o caso da Andrée, que veio me consultar sobre problemas de dores muito fortes no ombro esquerdo. Ora, ela estava passando por uma fase muito difícil por causa da sua filha. Bastante des preocupada, poderíamos assim dizer, a filha abriu uma sala de ginástica e de dança e, para tal, pediu que a sua mãe lhe desse suporte e caução financeira. Infelizmente, a des preocupação e a crise econômica rapidamente levaram-na a sofrer sérias dificuldades. Após vários meses, Andrée, que queria recuperar ou ao menos proteger o seu capital, queria que a filha parasse com essa atividade. Porém, legalmente, ela não podia fazer nada, pois não era a gerente do negócio. Também não conseguiu "agir" em relação à sua filha, ou seja, obrigá-la a encerrar as suas atividades. Logo, ela se sentia "bloqueada" e não podia tomar atitude alguma, pois o mundo exterior (legislação, contratos, sua filha) a impedia, não deixava que o fizesse. Empresa, leis, contratos e filha (dinâmica Yin) acrescidos de impossibilidade, impedimento de agir (ombro) - estava tudo reunido para que o ombro direito ficasse bloqueado e fizesse Andrée sofrer, expressando "claramente" a mensagem e, ao mesmo tempo, permitindo que ela eliminasse a tensão sob forma de dor.

***O cotovelo**

Segunda articulação ligada ao ombro através do braço, a representação do cotovelo equivale à do joelho. Também se trata da articulação que dobra, que rompe, que cede. Ele faz com que o braço tenha uma mobilidade multidirecional, ampliando essa mobilida-

de em direção a todos os eixos da horizontalidade e da verticalidade, exceto para trás, ao contrário do joelho. A dificuldade para romper diante de uma vontade de ação rígida demais se fará sentir nessa articulação. O cotovelo representa a porta da Aceitação (ver esquema página 133) em relação à ação. Trata-se também da articulação que faz a alternância entre o Consciente e o Não-Consciente, seja no sentido da Densificação (do Não-Consciente em direção ao Consciente), ou no sentido da Liberação (do Consciente em direção ao Não-Consciente). É nesse nível que as alternâncias das nossas sensações, emoções ou idéias de ação são feitas, contanto que haja Aceitação.

Os males do cotovelo

Quando sentimos dor no cotovelo, isso quer dizer que temos dificuldade para aceitar uma experiência vivida, uma situação. Estando no nível do braço, essa tensão está necessariamente relacionada com a ação, o fazer. Alguma coisa acontece ou alguém faz alguma coisa que nós recusamos, que temos dificuldade para admitir ou que acatamos, mesmo nos sentindo contrariados ou forçados. Também pode ser algo que temos de executar, à nossa revelia ou que teríamos preferido fazer de outra maneira ou não ter de fazê-lo. As tensões no cotovelo também nos dizem que a maneira de agir - tanto a nossa como a dos outros - não nos convém, que ela perturba os nossos hábitos de ação, as nossas crenças ou as nossas certezas em relação a esses hábitos.

Se a dor ou o traumatismo se manifestarem no cotovelo direito, estão relacionados com a simbólica Yin (materna), e se for no cotovelo esquerdo, com a simbólica Yang (paterna). Aqui, o exemplo que me vem em mente é o do Hervé, que veio me consultar sobre problemas de dores nos ombros e nos bíceps. Praticamente toda a parte esquerda do seu corpo se mostrou dolorida, tensa. Tendo sido operado das glândulas salivares do lado esquerdo, pouco após a sua chegada na França, ele tinha sempre uma tendência para se ferir ou para dar topada com o lado esquerdo desde essa época, há vinte anos. Quando da sua visita, o sofrimento atingia especialmente os seus ombros, e depois, disse-me ele, "agora desceu" para os dois cotovelos se concentrando um pouco mais no esquerdo. Ora, a vida do Hervé havia mudado subitamente duran-

te os acontecimentos ligados à independência da Argélia. Nessa época, seu pai havia sido raptado e desaparecera misteriosamente. Desde então, jamais teve notícias dele e só pode presumir que tenha morrido. Alguns meses mais tarde, suas glândulas salivares do lado esquerdo começaram a se esclerosar. Apesar dos inúmeros tratamentos, ele chegou ao ponto em que foi preciso ser operado. A operação foi muito "bem-sucedida". Só que ele não havia "engolido" o que tinha acontecido e o lado esquerdo do seu corpo continuava a soar o alarme e a tentar comunicar o seu sofrimento. Como o homem tem que ser forte, ele não exprime tal coisa. O que acontece é que Hervé nunca aceitou o que havia se passado, o que foi feito, e se encontrava fragilizado. Confirmou que, hoje em dia, enfrenta problemas e impedimentos de ação no seu meio Profissional, que ele acha difícil de aceitar. Seus ombros, seus bíceps e, depois, os seus cotovelos se manifestaram dolorosamente, revelando-se dessa maneira a sua sensação de bloqueio em relação à ação. O lado esquerdo predomina, o que lhe mostra que a sua ferida "paterna" provavelmente não está cicatrizada.

***O punho**

É a articulação da mobilidade completa. Está ligado ao cotovelo através do antebraço e permite que a mão, vetor final da ação, se mexa em todos os eixos do espaço. É no seu nível que a mão se liga ao braço, o que lhe dá a sua mobilidade potencial. É ele que faz a ligação entre o que transmite a ação (braço) e o que a faz (mão). Ele representa a porta da Escolha, a porta da Implicação (ver esquema página 149), assim como o tornozelo, porém no mundo da ação desta vez. Quando da execução de uma ação, o braço é o vetor primordial e o de transmissão, enquanto a mão é o vetor final e o de realização. O punho possibilita a ligação entre os dois, oferecendo à mão uma mobilidade, uma flexibilidade e uma precisão direcional que ela não poderia ter. Logo, é ele que concede a mobilidade, a flexibilidade, a "simplicidade" das nossas ações e das nossas opiniões. E ele é a projeção dessas mesmas qualidades em relação à nossa vontade e à nossa busca pelo poder sobre as coisas e os seres. É a articulação consciente das nossas referências à ação e à supremacia, da expressão manifestada da nossa vontade-

de, enquanto o ombro representa a articulação inconsciente dessas mesmas referências.

Os males do punho

As entorses, as dores ou os traumatismos dos punhos nos falam das nossas tensões, da nossa falta de flexibilidade ou de segurança quanto aos nossos atos ou nossos desejos de agir ou quanto às nossas opiniões. Eles querem dizer que falta segurança, solidez na nossa relação com a ação, no que nós fazemos. Então endurecemos os nossos punhos para que se tomem mais "sólidos". As tensões também nos falam da nossa rigidez na ação, ou seja, da nossa busca pelo poder no mundo exterior (os objetos, a matéria ou os seres) e em nós mesmos. Quando nos opomos a fazer, quando não nos damos a chance, nossos punhos (e nossas mãos) vão se reter e sofrer. São eles que acorrentamos quando queremos impedir os prisioneiros de agir (enquanto acorrentamos os pés quando queremos impedi-los de fugir). Da mesma forma, quando queremos fazer demais, quando somos voluntaristas ou excessivamente autoritários e quando a ação só se dá pela vontade e sob a ação da força, nossos punhos vão manifestar a sua oposição e acalmar essa vontade excessiva e esse emprego da força através da dor. Dessa forma, o nosso Mestre Interior faz com que nos acalmemos!

Se a dor, o traumatismo ou a tensão se manifestar no punho direito, eles estão relacionados com o Yin (simbólica materna), e no punho esquerdo, com o Yang (simbólica paterna). Foi o que me aconteceu há alguns anos. Eu vinha praticando o aikido durante três anos. Como tenho um caráter muito voluntarista, tinha uma certa tendência a querer ir adiante sob a ação da força, a reproduzir fisicamente na minha prática o tipo de relação mental que tinha com a vida. Ora, estava claro que a prática regular e assídua do aikido me concedia e ia me conceder, progressivamente, cada vez mais poder pessoal sobre o mundo exterior. Lá no horizonte ia se traçando o risco desse poder associado ao meu tipo de vontade: o de produzir um perigoso coquetel, que se tomaria mais perigoso ainda por não ser intencional, o de um poder sem domínio. O meu Mestre Interior ficava vigiando, pois, durante um estágio de aikido no Aveyron, fui sentindo cada vez mais dores no punho, a

ponto de não poder mais segurar ou "apertar" o parceiro durante os exercícios. Não havia mais escolha e eu tive que "romper", ou melhor, relaxar a minha pegada, a minha maneira de ocupar o mundo e, precisamente nesse caso, os meus parceiros. Não compreendi a mensagem de imediato e penei muito por causa desse obstáculo injusto contra o qual me revoltava. Durante dois anos, tive que enfaixar os punhos antes das aulas e durante a minha prática profissional. Tive que trabalhar sabendo que ia sentir dor. Ela me obrigava, à força, a mudar a minha atitude e a minha forma de trabalhar. No final dessa história, compreendi, um dia, o quanto a minha relação com o mundo tinha sido mentalizada e voluntarista. A partir desse dia, nunca mais senti dor nos punhos, mesmo que esses trabalhassem o dia todo e, às vezes, até em ritmo intensivo (seminários, estágios, consultas, massagens etc.).

***A mão**

Ela é, assim como o pé é para a perna, a peça "mestra" do braço. Na realidade, é a extremidade desse braço, sobre a qual repousa toda ação, sem a qual a realização final não seria possível. Ela representa o estágio final, através do qual os atos se realizam, como também o acabamento e a fineza destes últimos. Aliás, a palavra "mão" tem a mesma origem dos nomes "manifestação, manifestado". A mão representa a transformação do conceitual no real, da idéia na realidade, a tal ponto que ela também serve para "falar", para comunicar. Isso é válido não somente/apenas para os mudos como também para diversas culturas. Aliás, o gestual das mãos é, na maioria das vezes, mais poderoso e marcante do que as palavras. Vários estudos puderam demonstrar a sua importância no que chamamos de comunicação verbal. Esse tipo de comunicação é o primeiro que conhecemos e experimentamos na nossa vida. Na realidade, a relação entre a mãe e a criança, as trocas e os sinais de reconhecimento e de afeto acontecem através do toque e da mão. Então, ela é um vetor de transmissão e de comunicação. Ela torna possível dar e receber. Ela também pode tocar e sentir e chega mesmo a substituir os olhos. Logo, também é um vetor de percepção. É através das mãos que recebemos ou transmitimos as energias. A imposição das mãos é religiosa, terapêutica, apaziguante. A palma e cada um dos dedos fazem a emissão e a capta-

ção das nossas energias. Aliás, em cada um dos dedos, começa ou termina um meridiano de acupuntura. Através do tipo de energia que ele veicula, determina o papel do dedo ao qual está ligado. Nós o veremos mais adiante para cada dedo.

Porém, enquanto suporte final da ação, ela também é o vetor do poder e um símbolo de poderio. Em várias culturas, representa o poder real e mesmo divino (estar nas mãos de Deus). Na realidade, a mão torna possível pegar, segurar, apertar, aprisionar ou esmagar. Aliás, a forma de apertar a mão é muito significativa no que diz respeito à maneira como as pessoas encaram a relação com aquele que cumprimentam. As pessoas que abandonam a sua vontade de poder sobre o outro se dão as mãos. Logo, a mão é usada para representar a maioria dos papéis, simbólicos ou não, que correspondem ao braço. A diferença reside no fato que a mão age no estágio final, enquanto o braço transmite. Simbolicamente, podemos comparar um braço inteiro a uma flecha. A mão é a ponta enquanto o braço é a haste. O movimento da flecha é transmitido pela haste (braço), porém é a ponta (mão) que garante a sua penetração no alvo.

Os males da mão

Eles vão nos falar da nossa relação com a ação manifestada sobre o mundo exterior. Tensões, dores, sofrimentos nas mãos significam que a nossa relação com esse mundo exterior é uma relação de supremacia, de poder, de possessão ou de avidez. Queremos muito segurar, apertar, dominar as coisas ou os indivíduos, seja pela vontade de dominar ou por medo. A mão que se fecha é aquela que retém, que tem medo que as coisas lhe escapem ou que se defende ou ataca e quer golpear (punho fechado).

No entanto, como costume dizer a alguns dos meus pacientes, a vida - e tudo o que acontece com ela - pode ser simbolizada por um punhado de areia. Se quisermos tê-la e conservá-la, precisamos manter a mão aberta; pois se a fechamos para comprimir essa areia, para segurá-la, mantê-la, então ela escapa por entre os dedos. A mão pacífica ou aquela que acolhe está sempre aberta, enquanto a mão que jura vingança ou que ameaça está sempre fechada. Mãos e punhos estão muito ligados e os seus sofrimentos, muitas vezes conjuntos, são significativos de uma dificuldade

maior para se desprender do mundo. da vontade. da supremacia. da possessão ou do poder sobre esse mundo.

Vou citar aqui um caso em especial: o da Dominique. Essa mulher de cerca de quarenta anos foi atingida por uma forma particular de reumatismo que se chama poliartrite de evolução crônica. Generosa e apaixonada, a sua relação com o mundo é de um poder inconsciente muito desenvolvido. Lutando permanentemente com a vida e com as pessoas. ela domina e dirige tudo o que está ao seu redor sem se dar conta disso. Sua generosidade natural facilita tal coisa e faz com que aqueles que a rodeiam se acomodem - cada um à sua maneira com essa atitude característica. Ela escolheu para si um marido que lhe convém: forte quanto ao exterior e aos músculos. mas fraco no que se refere à relação com a ação e a vontade. Ela se encontra então "obrigada" a agir. a fazer, a dirigir e a ser voluntária no seu lugar, uma vez que, na opinião dela, "ele não é capaz". No entanto, essa relação com o poder não é uma experiência bem vivida dentro dela e faz com que desencadeie esse reumatismo particular nos dois punhos e. depois. nas duas mãos. Digo que esse reumatismo é particular pois ele é evolutivo em primeiro lugar; não se sabe como interrompê-lo (não temos poder algum sobre ele). Também porque se trata de afecção dita "auto-imune", ou seja, uma doença em que o organismo se autodestrói. pois não reconhece mais algumas das suas próprias células, que passam a ser vistas como células "inimigas"... Por que o organismo da Dominique acredita que as células dos seus punhos e das suas mãos são inimigas? Será que o seu uso pervertido para a obtenção do poder faria com que algumas partes do corpo se tornassem nocivas? Nocivas na medida em que elas permitem que essa mulher tenha, por sua vez, um comportamento que também é nocivo para a sua vida. a sua estabilidade. a sua felicidade e o seu Caminho da Vida. Esse uso seria nocivo para a realização da sua Lenda Pessoal? Eu acredito que ela possui todos os elementos para refletir a respeito, de preferência rapidamente, pois outras partes do seu corpo começam a ser seriamente atingidas, enquanto os seus punhos e as suas mãos já foram operados diversas vezes.

*** Os dedos**

Eles representam as terminações "finas" das mãos. Eles são os seus "detalhes" e, por conseguinte, as terminações dos nossos atos, os detalhes das nossas ações ou das nossas formas de agir. Cada um, por sua vez, representa um detalhe particular, um modo ou uma fase específica que decodificamos graças ao meridiano energético que termina ou começa no dedo em questão. Enquanto elemento periférico ou de acabamento da ação, faz com que o indivíduo possa usá-lo facilmente como meio de feedback, de retroação. Graças a cada um dos dedos e aos pontos energéticos que estão na sua extremidade, podemos estimular ou eliminar inconscientemente, porém de maneira eficaz, as eventuais tensões que aí se encontrem. Assim, eles constituem, ao mesmo tempo, os locais e os meios privilegiados de vários pequenos atos "falhos" cotidianos que vemos como aleatórios e sem significação. Porém, na realidade, nunca é por acaso que cortamos, imobilizamos, queimamos, esmagamos ou torcemos este ou aquele dedo da mão. A cada vez, passamos por um processo "leve", porém nítido, de uma busca de expressão e/ou eliminação de uma tensão. Esse processo é capaz de funcionar, pois o ponto energético que se encontra na extremidade de cada um dos dedos é aqui um "ponto fonte" ou "ponto da Primavera". É o ponto do renascimento potencial da energia, graças à qual uma nova dinâmica pode aparecer ou através da qual a antiga pode se "recarregar" e mudar de polaridade.

Os males dos dedos

Vou fazer aqui uma simples apresentação da significação global de cada um dos dedos e dos sofrimentos que vão ser expressos. Para compreender mais detalhadamente toda a dinâmica que está por trás disso, basta se referir, nesta obra, à parte que diz respeito ao meridiano energético exato que atinge o dedo em questão e ao qual ele imprime sua dinâmica geral. Se a tensão se manifestar num dedo da mão direita, ela estará relacionada à simbologia Yin (materna), e se ela se manifestar num dedo da mão esquerda, à simbologia Yang (paterna).

***O polegar**

O polegar é o dedo onde termina o meridiano do Pulmão. É o dedo da proteção, da defesa e da reatividade em relação ao mundo exte-

rior. Aliás, as crianças sabem muito bem quando se põem a chupar o dedo (o polegar) a partir do momento em que sentem necessidade de se "tranqüilizar".² Hoje em dia, as crianças estão chupando o dedo polegar cada vez menos e passando para o dedo médio e para o anular. Esse fato é muito significativo da falta de referências e da necessidade profunda de segurança que elas têm. O polegar representa a segurança exterior, a proteção da defesa, enquanto o dedo médio e o anular representam a busca de segurança, não através da defesa mas através da unidade. Essa necessidade de unidade, tanto interior como exterior (o próprio eu e a família), está associada a uma busca de poder, de ação sobre o mundo exterior.

O polegar também pode ser, num segundo momento, o dedo que representa a tristeza ou a aflição. Em todos os casos, os traumatismos (feridas, cortes, entorses, queimaduras etc.) ou as patologias do polegar (reumatismos, artroses etc.) estão relacionados com essas noções de necessidade de proteção, de defesa quanto a uma agressão do mundo imaginário ou real, ou então com uma vivência de tristeza ou de aflição.

O indicador

É o dedo onde começa o meridiano do Intestino Grosso, o dedo da proteção, porém no sentido de eliminação das coisas, até mesmo da explosão delas em direção ao exterior. Isso faz com que ele seja o dedo da demanda, da autoridade, da acusação, até mesmo da ameaça. Ele ordena, dirige e indica a direção que ameaça. As tensões e os sofrimentos que aí se manifestam estão relacionados à necessidade de eliminar alguma coisa no sentido de não guardá-la dentro de si. Essa coisa é sentida como algo "não aceitável", algo que deve ser eliminado, indo eventualmente até o sentido mais amplo da palavra "eliminar" (ameaça). Logo, na maior parte do tempo, trata-se simplesmente de eliminar uma vivência que não nos foi conveniente. Os males do indicador, no entanto, também podem exprimir uma tendência excessiva à diretividade e ao autoritarismo, que precisa ser eliminada por causa do seu excesso.

² O autor também se refere à interjeição "Pouce!", muito utilizada pelas crianças quando desejam parar, quando não agüentam mais, quando cedem: "Pouce, je ne joue plus" = Chega, eu não vou mais jogar, ou "Pouce, j'arrête" = Chega, vou parar por aqui. (N.T.)

O dedo médio

É o dedo onde termina o meridiano do Mestre do Coração. É o dedo da estruturação interior, do governo interior das coisas e também o da sexualidade (o "poder" sobre os outros que dera prazer). Logo, ele representa a satisfação da experiência vivida e da ação que temos sobre o mundo. As tensões que aí se manifestam nos falam então da insatisfação que sentimos a respeito da forma como as coisas acontecem ou como as geramos na nossa vida.

O anular

É o dedo onde começa o meridiano do Triplo Aquecedor. É o dedo da união das coisas, da sua coesão e da sua assimilação dentro de nós. Ele carrega a aliança de casamento ou da união, não importa qual seja a sua forma. Os seus traumatismos ou as suas patologias nos falam da nossa dificuldade para "unir", para "uni ficar" as coisas dentro de nós ou à nossa volta. Eles nos dizem quanta dificuldade podemos encontrar em criar uma coerência entre todas as partes de nós mesmos e da nossa vida, a fim de lhe dar um sentido.

O dedo mínimo

É o único dedo onde dois meridianos estão lado a lado. São os do Coração (que aí termina) e do Intestino Delgado (que aí começa). É o dedo da fineza, do elaborado, mas também o do emocional e do superficial, da aparência, até mesmo da pretensão. Aliás, é esse pequeno dedo que levantamos quando queremos, por exemplo, tomar chá socialmente e dar elegância ao gesto. As tensões sentidas nesse dedo manifestam uma necessidade de exteriorizar, seja uma tensão de ordem emocional, ou uma tendência à superficialidade ou à subjetividade. Elas significam que estamos envolvidos demais no papel que representamos ou no parecer, e não estamos o suficiente no natural, no ser.

***O braço (bíceps e úmero)**

Ele está localizado entre o ombro e o cotovelo. Um relato mais detalhado sobre o que essas duas articulações representam já foi feito anteriormente. Lembremo-nos simplesmente que o ombro e a omoplata são a representação da relação não-consciente com a

ação. Eles representam a passagem depois da porta do Não-Consciente, que chamo de porta da Integração, o ponto de emergência, o ressurgimento do nosso Não-Consciente na sua relação com a ação sobre o mundo e os seres (logo nós mesmos). O cotovelo é, por sua vez, a porta, a barreira da Aceitação. O braço, disposto em volta do úmero, encontra-se entre os dois e os une. Logo, ele representa a projeção da fase de passagem das vontades, ou desejos de ação, do Não-Consciente para o Consciente. Estamos então no processo de Densificação, no momento que precede a Aceitação consciente. Porém, também pode se tratar da passagem do Consciente para o Não-Consciente. Estamos então no processo de Liberação, no momento que segue à sua Aceitação consciente e que precede a não consciente (ver esquema da página 149).

Os males do braço

As tensões sentidas no braço (pontos dolorosos, cãibras, nevralgias branquiais etc.) são a manifestação da dificuldade para agir que a pessoa experimenta. As memórias ou feridas inconscientes profundas de um indivíduo em relação à sua capacidade de ação que vêm à tona e que este se recusar a aceitar vão se manifestar através do sofrimento no braço, até mesmo de fraturas no úmero, quando a lembrança, a memória que vem à superfície é forte demais ou quando ela transtorna a estrutura (osso) das crenças pessoais ou das escolhas de vida da pessoa. Fracasso pessoal, impossibilidade de realizar alguma coisa profissionalmente ou no âmbito da família, medo em relação à ação ou às suas conseqüências -eles vão escolher, se preciso for, exprimir-se através das dores ou dos traumatismos nos braços.

Podemos estar diante de vivências e de experiências de ações que o indivíduo aceitou no seu Consciente, no seu mental, mas que não pode ou ainda não está pronto para aceitar dentro de si. Esse pode ser o caso de alguém que teve de ceder a respeito de alguma que considerava importante para si (projeto, realização técnica, promoção etc.) e que ele compreendeu e aceitou. No entanto, bem no fundo de si mesmo, essa pessoa não o aceita. Apesar de todas as razões lógicas que fizeram com que compreendesse as coisas, ela se recusa a integrá-las. Se a dor ou o traumatismo se localizar no úmero, isso significa que a tensão está liga-

da à estrutura profunda, às crenças e aos valores inconscientes da pessoa em relação aos seus atos. Se, por outro lado, ela se localizar no braço, nos músculos, estamos diante de uma manifestação menos "grave", pois menos enraizada na estrutura.

Se a tensão, a dor ou a fratura for no braço direito, vai se tratar de alguma coisa relacionada ao Yin, a simbólica materna, e todas as suas representações. Se, pelo contrário, a tensão, a dor ou a fratura for no braço esquerdo, será algo relacionado ao Yang, a simbólica paterna, e todas as suas representações. Vou retomar aqui o exemplo do Hervé que já citei anteriormente no parágrafo dedicado ao cotovelo. A tensão profissional que ele vivia se exprimia claramente nos seus braços, nos seus ombros e nos seus cotovelos. Evidentemente, ele achava que não podia agir ou que as coisas não aconteciam como gostaria, por causa do mundo exterior (ombros). Ele o sabia e compreendia as razões inconscientemente (braço), porém encontrava dificuldade para aceitá-las ou para admiti-las, até mesmo para simplesmente reconhecê-las (cotovelos), provavelmente porque achava que a situação era injusta ou injustificável em relação a ele. Logo, essa situação não podia ser admitida conscientemente e a energia ficava bloqueada deste lado dos cotovelos...

***O antebraço, o cúbito e o rádio**

Eles se situam entre o cotovelo e o punho. Vimos que o cotovelo representa a barreira da Aceitação e que o punho é, por sua vez, a barreira da Implicação, no sentido da Escolha (e não da Decisão, como acontece com o tornozelo). O antebraço é a primeira etapa de passagem das vontades de ação no mundo das realizações. Quando queremos fazer (ou que aconteça) alguma coisa attingir as nossas memórias profundas (Não-Consciente) e que a aceitamos (cotovelo), devemos então escolher e fazer aquilo que vai possibilitar a sua realização. Se essa realização for difícil porque encontramos, por exemplo, dificuldade para nos decidirmos quanto aos meios, vamos desenvolver tensões, sofrimentos, câibras nos nossos antebraços, até mesmo fraturas do cúbito e/ou do rádio, em geral perto dos punhos. Estamos no lugar do corpo que precede ou se segue à mão e o punho, de acordo com o sentido da circulação das energias que escolhemos (Densificação ou Liberação).

Logo, essa pode ser a fase de passagem das coisas do Não-Consciente para o Consciente (sentido cotovelo-mão). Então estamos no processo de Densificação, no momento que se segue à Aceitação consciente e que precede a integração deles ao real (punho, mão) através do fazer. Porém também pode se tratar da passagem do Consciente para o Não-Consciente (sentido mão-cotovelo). Estamos, nesse caso, no processo de Liberação, no momento que precede a Aceitação não-consciente e que se segue à passagem para o real.

Os males do antebraço, do cúbito e do rádio

Eles vão nos falar da nossa dificuldade para aceitar as ações ou manobras que a nossa vivência pode nos levar a encontrar ou fazer na nossa vida. A nossa dificuldade para escolher ou para nos oferecer meios de agir - novos, diferentes do hábito e da certeza pode se manifestar através de uma dor nessa região do braço, e chegar até mesmo à fratura. Ela se produz quando a tensão é forte demais e os nossos bloqueios em relação à ação ou à escolha estão muito enraizados, enrijecidos, para não dizer fossilizados, que não admitem a "torção" (obrigação de mudança) imposta pelo exterior. Então é o cúbito ou o rádio, até mesmo os dois, que "rompe". Porém, a simples "rigidez" do antebraço já significa que temos dificuldade para "movimentar", para dar ao punho e à mão a possibilidade de fazer o seu papel de mobilidade, de potencial de mudança de modo ou de tipo de ação na vida.

Se a tensão se manifestar no antebraço esquerdo, ela está relacionada com a dinâmica Yang (pai), e quando se manifestar no antebraço direito, está relacionada com a dinâmica Yin (materna).

***A nuca**

É a parte que se situa entre a cabeça e o resto do corpo. É ela que faz a junção entre o cérebro e os seus executantes, que vêm a ser os braços e as pernas. A partir do plexo cervical que se situa na sua base, todas as vontades e as decisões de ação ou de relação vão ser enviadas em direção ao órgão ou ao membro mais adaptado para a sua realização. Logo, a nuca é um lugar onde os desejos ou as vontades ainda não emergiram, não começaram a aparecer e nem deram início ao gesto físico. Eles ainda não tive-

ram ligação com o mundo exterior. Assim sendo, a nuca representa o ponto de passagem do conceitual (cérebro, idéias, conceitos, desejos, vontades, querer etc.) para o real (ação, realização, relação, expressão etc.).

Os males da nuca

As tensões, os sofrimentos ou o bloqueio da nuca exprimem a nossa dificuldade ou a nossa incapacidade para fazer com que desejos, idéias, conceitos, vontades etc. passem para o real. No entanto, ao contrário da tensão dos ombros, que significa globalmente a mesma coisa, no caso da nuca, estamos no estágio em que as coisas não chegaram "à porta" da passagem ao ato. Isso significa que não podemos fazê-las passar para o real, porque achamos que não somos capazes. A incapacitação é de nossa responsabilidade, ao passo que, quando se trata do bloqueio nos ombros, presume-se que ela venha dos outros, do mundo exterior. A irradiação na direção de um dos ombros que pode existir paralelamente nos dará uma indicação a mais - a da simbólica Yin ou Yang - cuja imagem interior nos faz pensar que não somos capazes.

Que eu possa me lembrar, o caso mais clássico e mais simples é o do torcicolo. Essa tensão na nuca nunca tem um efeito físico direto que nos impede, às vezes à custa de muita dor, de virar a cabeça tanto para a direita como para a esquerda. Ora, qual é a significação universal do gesto de virar a cabeça para a direita e para a esquerda? Em todas as culturas do mundo, esse movimento quer dizer "não". É o sinal da discordância, da recusa, da não-aceitação em relação ao que acontece ou ao que o outro diz ou faz. O torcicolo nos impede de fazer esse gesto. Ele demonstra a nossa incapacidade para dizer "não" a alguém ou a uma situação. Achamos que não temos o direito, a possibilidade ou a capacidade de fazê-lo.

Esse exemplo me faz pensar em Bernard, executivo de uma grande empresa francesa de distribuição, que assistia a um dos meus seminários de empresa sobre a Dinâmica das Relações. Esse homem sofria de um torcicolo comprometedor havia três dias. Eu lhe perguntei então se ele vivia alguma situação à qual gostaria de dizer "não", coisa que se recusava a fazer pois achava que não podia ou que não tinha o direito de fazer. Antes de tudo, ele ficou desconcertado. No entanto, refletiu por alguns instantes e depois

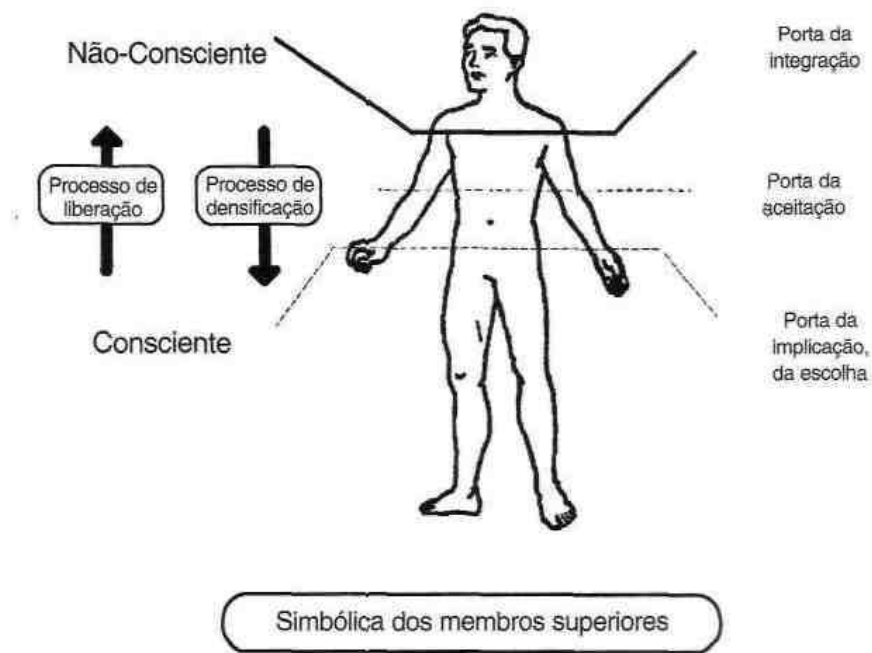
reconheceu, para o seu próprio espanto, que vivia, na realidade, uma situação profissional desse tipo. O presidente geral do seu grupo, do qual ele era um dos principais representantes regionais, tinha uma mania que considerava muito importante: a de organizar reuniões de prestígio para os seus executivos, que o Bernard chamava de "longa missa". Na sua opinião, essas reuniões, que duravam de um a três dias, não acrescentavam grande coisa, a não ser fazer com que ele perdesse tempo enquanto havia muito a fazer *in loco*. No entanto, não havia como recusar, dizia, senão, corria o risco de ser "desagradável", de que a recusa fosse mal "recebida". Ora, ele acabara de saber, três dias antes do seminário, que uma nova "longa missa" devia acontecer no mês seguinte, período em que ele normalmente estaria nas lojas da província pelas quais era responsável. Ele soube da novidade na segunda à noite e, na terça de manhã, acordou com um torcicolo que ainda o bloqueava na quinta durante o seminário. Ele decidiu então refletir sobre uma maneira de exprimir a sua discordância com a sua hierarquia, ou então, em caso contrário, de aceitar essas "longas missas".

Podemos ilustrar e fazer um resumo dos grandes eixos da parte "alta" do nosso corpo - nossos braços, nossos ombros e nossa nuca - no esquema que se segue. Ele possibilita uma visualização simples do que se passa e como se passa.

Cada vez que temos tensões na parte superior do nosso corpo, elas são um sinal de que, na nossa relação com a ação (desejo, vontade, impossibilidade, incapacidade, medo etc.) ou com o poder sobre as coisas e sobre os seres, vivemos uma tensão equivalente. Essa tensão está ligada ou à nossa suposta incapacidade (nuca), ou a uma incapacidade vinda do exterior (ombro). Estamos diante de algo que não podemos, não sabemos ou não chegamos a fazer.

*** O Tronco**

É a parte central do corpo, à qual estão ligados os membros que possibilitam a sua locomoção e a sua ação. É também a parte em que se encontram todos os órgãos que asseguram "a intendência".



O tronco representa a casa do indivíduo e é nele que estão reunidos todos os órgãos "funcionais", sendo que o órgão "decisional" está localizado abaixo dele. Ele constitui o eixo do corpo, a central motriz que produz e distribui energia. É nele que acontece a alquimia humana. Assim como o tronco da árvore, é a parte mais imponente porém a menos móvel e a menos flexível. Ele contém todos os órgãos funcionais e a coluna vertebral e é através desses órgãos que ele se exprime e que permite que as eventuais tensões se manifestem. Vamos evocar o papel de cada um deles e tentar ligá-los à sua representação psicológica.

PARA QUE SERVEM OS NOSSOS ÓRGÃOS?

A Definição do Petit Larousse para a palavra órgão é: "parte do corpo viva que preenche uma função que lhe é própria".

O corpo humano possui um certo número de órgãos que permitem que ele funcione, que viva, que garantem aquilo que chamo de (sem conotação pejorativa alguma) "a intendência". Esses órgãos possuem, todos eles, uma função bem Definida e se integram num conjunto, uma cadeia em que eles são os anéis. Estão reunidos em sistemas ao redor da função global de cujo desempenho eles participam. Há o sistema digestivo, o sistema respiratório, o sistema urinário, o sistema circulatório, o sistema nervoso e o sistema reprodutor.

Em primeiro lugar, vamos ver o papel de cada sistema; em seguida falaremos sobre cada órgão detalhadamente, não sob uma ótica médica, pois tal não é o nosso objetivo, mas simplesmente a Fim de expor a função preenchida por cada um deles e de apresentar a significação dos males que os atingem.

No entanto, será necessário, para que se possa compreender melhor cada órgão, referir-se à sua representação energética, ao seu meridiano e ao Princípio ao qual ele pertence. Assim, poderemos sempre ligar o órgão ao seu meio psicoenergético.

*** O Sistema Digestivo**

Ele possibilita a digestão dos alimentos sólidos e líquidos que consumimos. É graças a ele que podemos assimilar a alimentação material que a terra nos oferece e que a gastronomia elabora para o nosso prazer. Através dele, vamos transformar esses alimentos. Através de uma alquimia extremamente elaborada que vai tomá-los utilizáveis, aceitáveis para o nosso organismo, eles vão ser um dos elementos essenciais do nosso combustível Final. O sistema digestivo é aquele que contém o maior número de órgãos. Isso nos deixa ver até que ponto essa alquimia é elaborada e se explica pelo fato de que os alimentos "sólidos" são uma forma de energia "pesada", densa, complexa para ser transformada e que necessita, por conseguinte, de operações e de níveis de transformação múltiplos. É por isso que, antes de poder passar para o sangue, as substâncias nutritivas transitam por um certo número de receptáculos e recebem um certo número de aditivos (nosso estômago chega mesmo a produzir ácido clorídrico) que vão dissolvê-las. O sistema

digestivo é composto pela boca, pelo esôfago, pelo estômago, pelo fígado, pela vesícula biliar, pelo baço, pelo pâncreas, pelo intestino delgado e pelo intestino grosso. Como a boca tem um papel e uma significação bem particulares, tornarei a falar sobre ela de forma mais precisa na página 184.

Os males do sistema digestivo

Eles vão nos falar da nossa dificuldade para engolir, para digerir, para assimilar o que acontece na nossa vida. "Eu não consegui engolir o que ele me disse", ou então "Nunca consegui digerir muito bem o que você fez", ou ainda "Estou com essa história aqui, na minha garganta", são muitas as expressões populares que nos dizem simplesmente isso. De acordo com o órgão digestivo particularmente em questão, há uma precisão sobre a tensão sentida ou sobre a dificuldade para digerir a experiência. Vamos ver cada um deles detalhadamente.

***O estômago**

É o órgão que recebe, em primeiro lugar, através do esôfago, os alimentos brutos que acabam de ser simplesmente preparados pela mastigação da boca. Logo, é o primeiro receptáculo da alimentação material. É aquele que está encarregado do trabalho pesado e que faz um pouco o papel de "betoneira". Ele amassa, mistura, porém também dissolve, graças ao ácido clorídrico, os alimentos ingeridos, preparando-os assim para o processo de assimilação. Logo, o estômago é o órgão que se responsabiliza pela parte diretamente "material" da digestão, que realmente coloca "a mão na massa" e que deve se encarregar de controlar a matéria alimentar.

Os males do estômago

Eles nos falam da nossa dificuldade ou das tensões que encontramos quanto ao nosso domínio ou à nossa gestão do mundo material. Aborrecimentos financeiros ou profissionais, escolares ou judiciais vão decidir se exprimir dessa maneira, se eles provocarem preocupações reais ou imaginárias dentro de nós. Em razão do seu papel de amassador dos alimentos, aquele estômago que nos faz sofrer também pode querer mostrar que temos uma

tendência para ruminar, para repisar as coisas e os acontecimentos de forma excessiva. A acidez gástrica pode nos dizer então para parar.

Citarei como exemplo múltiplos casos de úlcera que muitas vezes vem a ser a característica de aborrecimentos profissionais e que, durante muito tempo, foi a "doença preferida" dos homens de negócios. Os números diminuíram bastante hoje em dia, pois se sabe agora como fazer calar o estômago. Há vários alunos que sentem cólicas ou azia no estômago antes das provas. Eles sabem que elas são um sinal da inquietação.

Azia, acidez gástrica, úlcera, câncer, são muitas as manifestações cuja intensidade é progressiva e que exprimem essa dificuldade para digerir o que vivemos, os choques da vida ou as situações que não nos satisfazem. **Os vômitos** são então um sinal suplementar da rejeição pura e simples, da recusa.

***O baço e o pâncreas**

Esses dois órgãos participam da digestão (pâncreas) - através das secreções que derramam no intestino delgado - e da composição do sangue (baço) - através da fabricação e do estoque de glóbulos vermelhos e brancos. O pâncreas gera, através da insulina que fabrica, a taxa de açúcar que temos no sangue, e, através do suco pancreático, ele participa ativamente da digestão dos alimentos preparados pelo estômago. Estamos no Princípio energético da Terra com os órgãos "necessitados e trabalhadores", principalmente mobilizados quanto à tarefa digestiva. São os executantes "sérios e sensatos".

Os males do baço e do pâncreas

Eles significam que temos uma tendência a atravessar a vida com sensatez demais, ou seja, não deixando espaço suficiente para o prazer, para a alegria. O dever é importante, sendo que o profissional e o material são as coisas essenciais. A vida então sente falta daquela doçura de que todos nós temos necessidade. As preocupações materiais interiorizadas e as angústias obsessivas, o medo de sentir falta ou de não saber, de não estar à altura, estes são os sinais expressos pelos problemas do pâncreas ou do baço. A tendência a viver no passado, por medo de não produ-

zir o presente, ou o fato de cultivar memórias desse passado podem se manifestar através de tensões ou de doenças nesses dois órgãos. A necessidade de corresponder às normas, de respeito às regras, até mesmo de dependência em relação a elas pode ser expressa através dos desequilíbrios do baço ou do pâncreas. Isso se encontra no nível energético, pois é a energia do Baço e Pâncreas que se encarrega, entre outras coisas, do ciclo menstrual e da manifestação cíclica, que normalmente chamamos de "regras". Essa necessidade também se reencontra no diabetes, pois as pessoas envolvidas por esse desequilíbrio devem sempre vigiar o aspecto da "regularidade" na sua vida. Os horários das refeições e todos os costumes da vida devem ser perfeitamente "acertados" e respeitados o mais escrupulosamente possível, sob o risco de desencadear uma doença.

Os desequilíbrios pancreáticos podem tomar duas formas: a **hipoglicemia** (falta de açúcar no sangue) e a **hiperglicemia** ou **diabetes** (excesso de açúcar no sangue). O que é que o açúcar representa na nossa vida? Ele é a doçura, a gentileza e, por extensão, vem a ser uma prova de amor ou de reconhecimento. Em todas as culturas do mundo, ele é a recompensa, o presente que se dá às crianças quando tiveram bom comportamento (respeitaram as regras), quando tiraram boas notas na escola (responderam às normas) ou simplesmente quando temos vontade de agradá-las. Esse presente muitas vezes é "maternal".

A presença excessiva de açúcar no sangue exprime que temos dificuldade para gerar, para viver ou para obter doçura na nossa vida. O diabetes muitas vezes quer dizer que a pessoa teve um pai excessivamente e mesmo, às vezes, injustamente autoritário (excesso de regras e de normas), e que ela encontrou um "refúgio" na doçura protetora da mãe. A alimentação (mãe) se torna, então, um paliativo, um exutório importante e o diabetes, a conclusão lógica de um ganho de peso progressivo, porém garantido. Alguns choques psicológicos fortes, no decorrer dos quais o indivíduo enfrenta a destruição brutal das seguranças ou crenças afetivas, podem ser expressos pela aparição de um diabetes. Vou citar o caso de uma jovem que veio me consultar pois queria ter um filho, mas o seu diabetes a impedia. A análise da sua situação nos fez remontar a um drama que havia vivido na sua infância.

Um dia, quando tinha 7 anos, ela estava andando na beira da estrada na companhia da sua irmã. Um Carro, que vinha no sentido inverso, saiu da estrada sem motivo algum e feriu violentamente essa irmã menor que ela adorava. Foi com um terror indescritível que ela viu a sua irmã morrer bem diante dos seus olhos e, durante várias semanas, ficou sem poder falar nem exprimir o seu sofrimento diante da perda do que lhe era mais querido, do que preenchia a sua vida com doçura. Seis meses mais tarde, os primeiros sinais de diabetes apareceram. Após três sessões de trabalho sobre essa memória emocional e sobre as energias em questão, sua taxa de açúcar se pôs a baixar lenta, porém progressivamente. Eu aconselhei que ela consultasse paralelamente um amigo, um médico homeopata, para que o nosso trabalho fosse acompanhado por uma assistência médica "inteligente", ou seja, destinada a estimular as suas funções pancreáticas e não a substituí-las. Ia me esquecendo da coisa mais importante: há alguns meses, essa jovem teve uma menina.

A **hipoglicemia** (insuficiência de açúcar) nos fala, por sua vez, de um sofrimento inverso à idéia de incapacidade, à dificuldade de receber, de aceitar, de achar que tem direito à doçura. É o caso freqüente de crianças não desejadas pela mãe ou cujo pai foi "ausente". A ausência de refúgio materno produz um amálgama negativo em relação à alimentação, que não é querida, até mesmo não é aceita (anorexia) ou que é assimilada somente quando há necessidade. Mas isso é feito sem prazer e sem doçura, com o mínimo de "açúcar". A busca pelas normas ou pelas regras ausentes resulta num físico anguloso e macilento, em que as formas redondas (doçuras) estão ausentes.

***O fígado**

É um órgão extremamente elaborado e polivalente. É o maior do corpo humano. Na verdade, ele tem um papel essencial na digestão pela secreção da bÍlis, porém também garante uma outra atividade muito importante: a filtração do sangue. Assim sendo, também participa da composição do sangue e da sua qualidade, aliás, tanto no nível nutritivo quanto no nível imunológico (defesa, cicatrização, estoque etc.). Logo, ele produz a sua "textura", a sua composição, o seu nível vibratório, a sua "coloração". Aliás, o seu

duplo papel está materializado pelo fato de que recebe uma dupla alimentação sanguínea -uma através da artéria hepática responsável pela nutrição de oxigênio, e a outra através da veia que traz os nutrientes assimilados pelo intestino delgado. Esses dois canais se encontram no fígado e "se unem" na veia cava inferior. Depois ela transporta o sangue enriquecido pelos nutrientes e outros glóbulos, que, graças ao coração, vai ser redistribuído em seguida por todo o corpo, que depois será enriquecido pelo oxigênio, graças aos pulmões.

Os males do fígado

Os problemas hepáticos também são, naturalmente, um sinal de que encontramos dificuldade para "digerir" alguma coisa na nossa vida, porém há uma nuance mais sutil quando comparado ao estômago. A principal emoção associada ao fígado é a cólera. As tensões ou sofrimentos desse órgão podem querer dizer que o nosso modo - habitual e excessivo - de reagir diante das solicitações da vida é a cólera. Toda vez que "acertamos" os nossos problemas com o mundo exterior gritando, nos zangando, mobilizamos toda a energia do fígado nessa direção, privando-o dessa forma de uma grande parte da energia necessária para o seu funcionamento cada vez que isso acontece. O órgão vai então se manifestar, deixando de fazer o seu papel corretamente na fase digestiva. No entanto, por outro lado, na maioria das vezes, cóleras que são armazenadas ou sistematicamente guardadas no interior vão densificar a energia no fígado. Assim elas correm o risco de se traduzir em patologias mais importantes (**cirroses, quistos, câncer**).

Os males do fígado também podem nos falar da nossa dificuldade para viver ou para aceitar os nossos sentimentos, os nossos afetos ou aqueles que os outros nos dedicam. A imagem que temos de nós mesmos ou que os outros fazem de nós depende, em grande parte, do fígado. A percepção dessa imagem participa da nossa alegria de viver, o que encontramos através do papel de filtragem e de "alimentação" do sangue que o fígado tem. Essas tensões também podem significar que a nossa imagem é colocada em discussão pela nossa vivência e que a nossa alegria de viver deu lugar ao azedume e à acidez interior diante desse mundo exterior que não nos reconhece como gostaríamos. Estamos em pleno domínio da culpa.

O fígado participa profundamente do sistema imunológico, particularmente da imunidade elaborada, ou seja, enriquecida pelas experiências feitas pelo organismo. Ora, o sentimento de culpa nos "obriga" a nos justificar, a nos defender. Ele mobiliza as nossas energias de defesa psicológica e muitas cóleras são um sinal e a expressão de um medo que não encontra outro meio de defesa. Se essa estratégia for freqüente, ela fragiliza a energia do fígado, depois da vesícula, e ambos sofrem. O fígado é um órgão Yin e ele representa as sensações que dizem respeito ao ser profundo. Veremos que, no que se refere à vesícula biliar, que é Yang, trata-se sobretudo do ser social.

*** A vesícula biliar**

Ela trabalha em ligação direta com o fígado, de onde recolhe e concentra a bÍlis. Ela a redistribui no intestino delgado, justo na saída do estômago. A liberação dessa bÍlis vai permitir que o processo de digestão, particularmente o dos alimentos gordurosos, continue de maneira harmoniosa. No caso de disfunção, a digestão é recebida como "má digestão".

Os males da vesícula biliar

Ela participa da digestão física dos alimentos e, na digestão psicológica dos acontecimentos, o seu papel é equivalente. Assim como exprime a linguagem popular, "derramamos bÍlis" quando temos inquietações. Porém, são sempre inquietações ligadas a um ser (nós mesmos ou um outro) que nos é querido. Os males da vesícula falam da nossa dificuldade para produzir os nossos sentimentos e para torná-los transparentes. Estamos na dinâmica Yang, ou seja, em relação com o exterior. "Qual é o meu lugar?". "Sou reconhecido pelos outros?" "Os outros me amam pelo que eu faço e represento?" São muitas as interrogações às quais as tensões vesiculares se referem, assim como as cóleras violentas que acompanham os momentos difíceis, sobretudo quando existe na pessoa uma sensação de injustiça no que diz respeito a si mesma. A justificativa dos atos também está muito presente, ainda mais porque não é sempre que eles se caracterizam pela sinceridade e pela verdade. Os males da vesícula podem significar, na realidade, que a nossa noção do que é justo e verdadeiro não é muito

clara nem peca pelo excesso, e que temos uma tendência a constranger, usar, até mesmo manipular os outros (naturalmente, nos dando sempre boas desculpas).

***O intestino delgado**

Ele tem cerca de 6 metros de comprimento no homem. Isso faz com que possa oferecer uma grande superfície, aumentada por numerosas saliências interiores. Essa superfície autoriza o metabolismo digestivo final que termina na última transformação dos elementos nutritivos, antes que passem para o sangue. Faz-se uma triagem entre o assimilável e o não-assimilável, que continua então no intestino grosso. Tudo que é considerado assimilável, que passa pela "alfândega", que é "julgado" bom, vai para o sangue e para o sistema linfático. É importante saber que o intestino delgado não é simplesmente um "filtro" que deixa os alimentos passarem ou não. Ele participa ativamente da digestão, segregando as enzimas necessárias. Além disso, tem um papel importante no "transporte" de certos sucos e aminoácidos. Logo, é através da sua intervenção que se faz a seleção final dos elementos que ele veicula.

Os males do intestino delgado

As **diarréias, úlceras** etc. nos falam das nossas dificuldades para assimilar as experiências, para deixar que elas penetrem em nós sem julgá-las. Enquanto aduaneiro, é ele que deixa passar algumas informações e que rejeita outras. Ele é o representante físico da subjetividade. As dores ou as doenças do intestino delgado também podem significar que temos uma forte tendência a julgar os acontecimentos e os outros, a raciocinar em demasia em termos de bem ou de mal, de certo ou de errado. O exemplo astro lógico é o signo de Virgem, que é muito articulado em torno das noções de valores, da sua precisão e do seu respeito, e cuja fragilidade orgânica é principalmente intestinal.

***O intestino grosso**

Ele faz, por sua vez, o papel de lixeiro, de evacuante. É ele que transporta e que possibilita a eliminação das matérias orgânicas que ingerimos e que não foram assimiladas. Assim, evita que o organismo se entupa, se suje, se sature e, por conseguinte, se sufo-

que, se intoxique. Para se convencer, basta observar o que se passa quando há uma greve de lixeiros numa grande cidade. Esse órgão contribui então para a boa "respiração" do corpo. Isso faz com que compreendamos melhor por que o Intestino Grosso é o complemento do Pulmão quando se trata de energética.

Os males do intestino grosso

As tensões, os sofrimentos do intestino grosso significam que retemos as coisas, que as impedimos de partir. Medo da falta, medo de se enganar, retenção excessiva (timidez) ou recusa em abandonar, em romper, tudo isso é expresso pelo intestino grosso (constipação, dor, inchaço, gases etc.). Esses males também nos falam da nossa dificuldade para "cicatrizsar", para esquecer as más experiências, a acidez vindo muitas vezes sinalizar a presença suplementar de uma cólera recolhida e guardada. Como ele possibilita a eliminação, a rejeição do que nós ingerimos (alimentos) e que não assimilamos, ele também possibilita a rejeição das experiências que ingerimos (vivências) e que não aceitamos.

*** O Sistema Respiratório**

Ele faz com que nós respiremos, assim como indica o seu nome. Graças a ele, podemos assimilar particularmente a energia do ar. No entanto, ele é muito mais elaborado do que imaginamos e não serve somente para que se respire o ar ambiente. Ele compreende os pulmões, é claro, mas também a pele e todas as células do corpo. Na verdade, existem dois níveis respiratórios distintos. a respiração dita "externa" e a respiração dita "interna". A respiração externa é aquela que conhecemos, ou seja, a ventilação pulmonar. Porém também existe uma ventilação externa dita "cutânea". A nossa pele tem um papel importante na nossa respiração. Essa respiração externa é aquela das trocas gasosas articuladas em tomo do oxigênio e do gás carbônico no aparelho respiratório. A respiração interna é uma respiração que se passa no nível celular, em que as trocas intercelulares se fazem diretamente. As células realizam, por si só, certas trocas gasosas que não se devem à con-

tribuição clássica feita pelo sangue. O mesmo processo existe no nível energético.

Órgão ligado ao sistema respiratório, a pele também faz o papel de proteção do corpo perante o mundo exterior. Capa flexível porém eficaz, protege o corpo da maioria das agressões, seja as que se devem aos agentes ativos (micróbios, vírus, insetos etc.) ou aos agentes passivos (poeira, temperatura, chuva etc.). Receptora essencial, tem um papel preponderante na gestão protetora dos estímulos e das solicitações externas e na cicatrização das eventuais feridas.

Os males do sistema respiratório

O sistema respiratório pertence ao Princípio do Metal, em que uma das funções principais é a proteção em relação ao mundo exterior. Essa proteção se exerce por dois motivos: pela filtragem da poeira e das trocas gasosas (rejeição do gás carbônico) e pela capacidade de responder, de reagir às "agressões" ambientais. Outra das suas funções essenciais é a da cicatrização, do fechamento das feridas.

Os problemas do sistema respiratório nos falam da nossa dificuldade para nos proteger perante o mundo exterior, para encontrar reações adaptadas diante das agressões eventuais, reais ou imaginárias, desse mundo. Eles também podem significar que não conseguimos ou não queremos fechar certas feridas da nossa vida e, dessa forma, nos falam das nossas eventuais tristezas, ressentimentos ou rancores, da nossa dificuldade ou da nossa recusa em esquecer, em perdoar, até mesmo do nosso desejo de acertar as contas ou, pior ainda, de vingança.

*** Os pulmões**

São os órgãos principais da respiração. É neles que se realiza a troca fundamental do oxigênio e do gás carbônico, sem a qual não poderíamos viver. Isso se passa dentro de bolsas minúsculas (temos aproximadamente 300 milhões) chamadas de "sacos alveolares". Esses sacos são muito bem irrigados por pequenos vasos, os capilares, que permitem que o sangue (glóbulos vermelhos) libere o gás carbônico que contém e que se recarregue de oxigênio para, em seguida, alimentar todas as células. A membrana desses alveo-

los é tão fina que permite essa troca. Se pudéssemos estender essa membrana, obteríamos uma superfície de várias centenas de metros quadrados.

Deixo que vocês presumam a fragilidade desse tecido e dos estragos provocados pelo ar poluído que respiramos, mas que nós também provocamos, particularmente através do tabagismo. Os pulmões são, ainda, os únicos orifícios naturais que estão permanentemente abertos para o exterior e que devem estar em condições de se defender e de nos defender constantemente. Existe todo um sistema para representar esse papel. A passagem do ar pelo nariz o esquentam - filtrado em parte pelos pêlos e umidificado pelo muco que aprisiona alguns tipos de poeira antes que ele penetre nos brônquios -, e o muco retém as últimas partículas de poeira, expulsas pela tosse ou por pequenos cílios vibratórios.

Podemos constatar até que ponto esse sistema de proteção e de defesa é elaborado. No sistema digestivo, é todo o processo de "desestruturação" dos alimentos que é sofisticado; é o processo de proteção. Uma última coisa muito interessante merece ser ressaltada. A respiração é a única função orgânica que é automática (não-consciente e não-voluntária), ou seja, gerada pelo sistema nervoso autônomo, e sobre a qual podemos intervir voluntariamente, apoiando-nos no sistema nervoso central. Isso faz com que possamos compreender melhor a razão da eficácia das técnicas respiratórias de relaxamento, pois, na verdade, elas permitem que o "sistema nervoso autônomo se acalme" e, por um processo associado, que as nossas tensões não-conscientes relaxem.

Os males dos pulmões

As fragilidades ou doenças pulmonares expressam a nossa dificuldade para gerar situações com o mundo exterior. O exemplo mais simples é o da baixa da temperatura no início do inverno. As pessoas que não reagem reequilibrando o seu sistema térmico interno vão "apanhar uma griagem", ou seja, o sistema pulmonar vai estar fragilizado e vai abrir a porta para uma **gripe** ou para um **resfriado, Tosses, asma, anginas, bronquites** - são muitos os sinais de que nós percebemos uma solicitação importante vinda do mundo exterior, quando não é uma agressão, que não percebemos, não chegamos a gerar. O sofrimento ou a doença permite que

nós a eliminemos. As **tosses irritativas** nos mostram que essas agressões nos irritam e nos são insuportáveis, fazendo com que reajamos violentamente. As tosses com expectoração são um sinal de que os agentes agressores permanecem prisioneiros dentro de nós. Eles estão presos nas mucosidades acumuladas nos brônquios que devemos segregar em grandes quantidades para conseguir "cuspir os pedaços", para eliminar o que nos agride e "gruda" dentro de nós.

Quando adolescente, eu era um menino bastante tímido, apesar de ser bem expansivo (para esconder essa timidez). Magro, apesar de comer bem, tinha os pulmões frágeis e tive mesmo, durante vários anos, uma bronquite crônica que o médico da família tentava eliminar à base de antibióticos. Felizmente, eu morava no campo e as tradições e o bom senso natural dos meus pais fizeram com que a prática terapêutica empregada freqüentemente, e aliás a mais eficaz, fosse a das ventosas e a das cataplasmas. Na época, cada contrariedade ou dificuldade que eu atravessava se traduzia, antes de tudo, por acessos de tosse e depois por uma gripe ou uma bronquite. Para melhorar o quadro, eu fumava. Foi apenas com a minha mudança de relação com a vida e com os outros (fim da competição com o mundo) que as minhas fragilidades pulmonares desapareceram e que, como que por acaso, não senti mais "necessidade" de fumar. Hoje em dia, ainda é assim.

Essa ligação entre o que é pulmonar e o relacionamento com os outros se encontra na homeopatia com o uso da preparação que se chama Gelsemium. Sem entrar em detalhes, notemos simplesmente que a Gelsemium é prescrita para pessoas que sofrem de timidez ou de "medo por antecipação" (antes das provas, por exemplo), mas também quando das complicações dos estados gripais e outras afecções pulmonares. Aliás, a Gelsemium não é a única preparação homeopática que faz com que constatemos até que ponto a homeopatia e as energias funcionam no mesmo nível e de acordo com as mesmas leis.

Apesar de ter sido sentida, a vivência da agressão não se manifesta obrigatoriamente. As atmosferas pesadas, "sufocantes", os ambientes em que não nos sentimos confortáveis solicitam muito das energias do pulmão. Logo, os sofrimentos ou as doenças do sistema pulmonar (nariz, garganta, brônquios etc.) nos falam das

situações ou das pessoas que nos deixam pouco à vontade sem, no entanto, nos agredir diretamente. Quantas pessoas me disseram durante a consulta "Eu me sinto sufocada nessa sociedade", ou então "Eu sinto falta de ar no meio dessa família". Aliás, foi um asmático o autor dessa última consideração e que conseguiu compreender rapidamente **quem** "lhe tirava o ar" na sua família.

Para as crianças, as angústias maternas excessivas, as atmosferas familiares pesadas muitas vezes se traduzem por fragilidades pulmonares que, se forem "tratadas" com muita eficácia ou parecerem insuficientes para a criança, podem se transformar em alergias respiratórias ou cutâneas. A criança se "defende" então reagindo, às vezes, violentamente, **Asma, eczemas, anginas purulentas** - são muitos os "gritos" para exprimir que o que se passa em torno dela não a satisfaz, que ela vive uma situação como se estivesse sendo agredida e que ela precisa de proteção (amor e presença), e não de ser sufocada.

A última significação que pode ser associada a problemas pulmonares é a da tristeza, da melancolia, da aflição, da solidão. A energia do pulmão é responsável por esses sentimentos que o esgotam quando são em excesso. O excesso ou o fato de cultivar a tristeza para sustentar a lembrança de alguma coisa ou de alguém pode se manifestar através de uma fragilidade dos pulmões. É interessante lembrar que a grande época do romantismo piegas (Chateaubriand, Goethe, J.-J. Rousseau, Chopin etc.) foi também a "grande época" da **tuberculose**.

* A pele

É um dos órgãos mais interessantes e mais completos do corpo humano. Na verdade, trata-se do único órgão que está diretamente ligado a todas as funções do corpo e do espírito. Essa capa de mais de 2 metros quadrados envolve todo o nosso corpo e representa um verdadeiro cérebro exposto. Toda a sua superfície é irrigada, inervada de forma notável e vem a ser um extraordinário sistema de informações diretamente ligado ao nosso cérebro.

O seu primeiro papel é o da proteção. Ela representa a barreira face ao mundo exterior. Ela nos protege das agressões microbianas e materiais (calor, golpes, sujeira etc.) e aí está a sua função mais conhecida. Podemos nos perguntar por que estou falan-

do da pele no nível do sistema respiratório. Ela possibilita a ventilação cutânea através da qual auxilia os pulmões no seu papel de assimilação da energia do ar. No entanto, vai além da simples troca gasosa, pois ela recebe e transforma a radiação solar através da sua ação no metabolismo da vitamina D. Graças a mais de 700.000 receptores nervosos, ela nos faz sentir o meio ambiente, seja ele físico (tocar), humano (reações epidérmicas, emotivas etc.) ou térmico (temperatura).

A pele finaliza também uma missão de assistência nada insignificante de todo o sistema de eliminação do corpo. Quando os rins, a bexiga, mas também o intestino grosso e o pulmão estão cansados ou entupidos, é a pele que toma as rédeas e ajuda a eliminar - particularmente através da **transpiração**, porém também através dos **odores, das dermatoses** etc. - as toxinas que o organismo não consegue eliminar de outra forma.

Enfim, é interessante saber que a pele e, dentre outras, a "pele dos músculos", ou seja, o que chamamos de "fáscias", "memoriza" nossas experiências e nossas emoções. Isso nos faz compreender por que o toque e certas técnicas de massagem, com a Prática Taoísta das Energias têm resultados espantosos, especialmente todas as manifestações de ordem psicossomática.

A pele é o órgão mais representativo do corpo no que diz respeito à capacidade de cicatrização. Esse milagre, cuja causa profunda permanece inexplicável, permite que um "organismo" se auto-repare, se reconstrua por si só, e é espantoso, tanto pela sua força como pela sua eficácia. Tudo isso acontece através de um processo que tem uma certa relação com os fenômenos de cancerização e nos faz compreender que algumas cicatrizações de traumatismos, que se realizaram dentro de contextos psicológicos difíceis, às vezes terminaram na cancerização da área recentemente traumatizada.

O papel social da pele também é fundamental. Ela participa diretamente do tipo e do modo de relação que temos com o mundo à nossa volta. Aliás, quanto mais "assépticas" as sociedades e as culturas se tomam, mais elas se distanciam da vida para privilegiar apenas o intelecto e a aparência, e mais o toque será algo proscrito. Na introdução deste livro, mencionei o homem moderno e o seu tipo de comunicação. É divertido constatar que, hoje em

dia, podemos interromper sem constrangimento alguém que está falando. Porém, se por azar o tocarmos ou roçarmos nessa mesma pessoa para apanhar algo sobre a sua mesa, então nos desculpamos, como se o toque acidental fosse mais incongruente e incorreto que o fato de interromper a sua fala.

Os males da pele

Os problemas de pele são um sinal das nossas dificuldades de vivência em relação ao mundo exterior. **Eczema, psoríase, dartro, micose, Vitiligo, pústula** - são muitas as nossas manifestações diante das agressões, reais ou não, que sentimos vindo do exterior. Elas permitem que possamos 'justificar' a dificuldade de contato com esse mundo e, ao mesmo tempo, ajudam na eliminação da tensão sentida. Esses males são tão significativos que se localizam sempre em lugares muito reveladores, atrevo-me a dizer. Vários exemplos me vêm em mente.

O primeiro dentre eles é pessoal. Há alguns meses, tinha ido ao interior visitar os meus pais e rodava por uma estrada que conheço bem. Na entrada de um lugarejo, fui incomodado por um veículo que saía na minha frente, faltando com o respeito às regras do código de trânsito e da estrada. Obrigado a frear bruscamente e, naturalmente, descontente com o comportamento alheio, pisquei os faróis para o motorista. Tudo o que consegui foi desagradá-lo e ele achou melhor diminuir a marcha a fim de provar que era "mais forte". Arrependido da minha reação, que foi inútil de qualquer maneira, resolvi esquecer o assunto. Porém, algumas centenas de metros adiante, como tinha um carro relativamente possante, me aproveitei de um trecho com quatro pistas para ultrapassar rapidamente o outro motorista. No entanto, este acelerou para impedir a minha ultrapassagem. Como o meu carro era mais possante, consegui ultrapassá-lo apesar de tudo, porém a custo de uma aceleração muito superior à prevista e, exatamente no fim da pista direita, havia um radar. Logo, fui parado e advertido por excesso de velocidade. É claro que isso provocou uma sensação muito forte de agressão em relação ao mundo exterior e mesmo de injustiça. A partir do dia seguinte, uma placa de herpes se formou no meu peito e em particular sobre o esterno, entre o plexo solar (emoções brutas, agressões, medos) e o plexo cardíaco

(emoções elaboradas, amor pelo outro e por si, altruísmo etc.). Enquanto não fiz as pazes comigo mesmo, essas placas não pararam de coçar. O meu amigo homeopata, a quem eu havia confiado a história, ajudou-me a fazê-las desaparecer mais rapidamente drenando os meus intestinos, pois eu tinha dificuldade para "romper", para evacuar o acontecimento (intestino grosso) mas também para assimilar (intestino delgado).

O segundo exemplo no qual pensei é ainda mais impressionante. Uma das minhas alunas de Prática Taoísta, que se chama Christine, sofria de um problema de psoríase desde maio de 1988. Apesar dos tratamentos que fazia todo ano em Israel (Mar Morto), ela voltava sistematicamente e parecia estar cada vez mais forte. Essa jovem, fina e elegante, sofria muito com essa situação que a levava a se esconder cada vez mais dela mesma, pois o seu corpo era cada vez mais atingido. A psoríase é uma descamação da pele que se apresenta sob forma de placas avermelhadas que têm a particularidade de aparecer, na maior parte do tempo, nas articulações, cotovelos e joelhos. Podemos ver aí que a tensão vivida está associada a uma dificuldade para ceder, para aceitar o que está acontecendo. Como a pele é o primeiro órgão caracterizado pela troca, parece que as trocas que temos com o mundo exterior nos desagradam. Após algumas sessões de trabalho com as energias, Christine viu a sua psoríase diminuir e depois desaparecer completamente no mês de maio de 1990 (que coincidência que tenha sido novamente em maio...), Ela nunca mais a teve depois disso.

*** O Sistema Urinário**

Ele nos faz gerar os líquidos orgânicos e eliminar as toxinas do corpo. É composto pelos rins e pela bexiga. É o sistema que Filtra, estoca e elimina as "águas usadas" do nosso organismo, enquanto o intestino grosso evacua as matérias orgânicas. Um elimina o sólido, enquanto o outro elimina o líquido. Esse papel é fundamental pois a água do corpo é um vetor essencial da memória profunda dos indivíduos. Aliás, o Princípio energético da Água está intimamente ligado à memória ancestral. Estamos aí na presença da

atividade mais oculta e mais poderosa do corpo humano, aquela da gestão das "águas subterrâneas" e da fertilidade (fecundidade).

Os males do sistema urinário

Eles significam que vivemos tensões no que diz respeito às nossas crenças profundas, aquelas sobre as quais construímos a nossa vida e que representam nossas "fundações". Eles significam que mostramos medo e resistência diante das eventuais mudanças da nossa vida, que temos medo que as obrigações de mudança nos desestabilizem. Eles nos falam também dos nossos medos profundos, fundamentais, como o medo da morte, da doença grave ou da violência.

*** Os rins**

São dois órgãos essenciais para o processo de gestão e de filtragem dos líquidos orgânicos e do sal no corpo. Filtrando mais de 1.500 litros de sangue por dia, eles separam, extraem as toxinas do sangue e as transformam em urina. São eles que regulam o nível de água e de sais minerais, extraindo-os do sangue e restituindo-os em função das necessidades. Assim, ajudam na capacidade de resistência e de recuperação em relação ao esforço. Podemos observar como tudo isso tem a ver com o papel "energético" deles. Eles encontram apoio na bexiga para liberar a urina do corpo.

Enfim, têm um papel muito importante em relação ao estresse e aos medos, e na gestão deles. Por intermédio das glândulas supra-renais (medula supra-renal e córtex supra-renal), na verdade, secretam os hormônios que vão determinar o nosso comportamento diante do estresse e dos medos. A medula supra-renal vai secretar a adrenalina e a noradrenalina que vão pressupor as nossas reações de fuga ou de luta. A córtex supra-renal vai, por sua vez, secretar corticóides naturais que vão controlar o nível "inflamatório" da nossa reação, ou seja, a sua intensidade emocional. passional no nível celular.

Os males dos rins

Eles nos falam dos nossos medos. Sejam eles profundos e essenciais (a vida, a morte, a sobrevivência) ou então os que estão relaciona-

dos à mudança. Os problemas renais podem significar que temos dificuldade para romper com hábitos ou velhos esquemas de pensamento ou de crença. Às vezes, essa resistência à mudança se deve seja aos medos, a uma insegurança, ou a uma recusa a se mobilizar, a uma teimosia em relação às nossas crenças profundas que nos recusamos a abandonar, mesmo que tudo pareça nos levar, para não dizer forçar, a essa mudança. Essa cristalização dos velhos esquemas pode chegar a se traduzir por uma cristalização equivalente no nível dos rins (cálculos). Muitas vezes, esses males também estão acompanhados de tensões, até mesmo de dores no nível lombar.

Os sofrimentos renais significam também que vivemos uma situação de medo violenta e visceral (acidente, atentado, etc.) na qual tivemos consciência de sentir a morte, de tê-la visto de perto. Às vezes, em algumas situações, os cabelos (que dependem energeticamente dos rins) chegam até a embranquecer absurdamente.

Enfim, os males dos rins podem exprimir nossa dificuldade para conseguir ou encontrar estabilidade na nossa vida, a encontrar um meio-termo certo entre a atividade, a agressividade e a defesa - que pertencem ao rim esquerdo - e a passividade, a capacidade de ouvir e a fuga - que pertencem ao rim direito. É por isso que essas tensões renais às vezes exprimem a nossa dificuldade para tomar decisões na nossa vida e para fazer, em seguida, o que convém para que aquilo que tenhamos decidido se produza.

*** A bexiga**

Ela recebe, estoca e elimina os líquidos orgânicos carregados de toxinas que lhe foram confiados pelos rins. Essa gestão das urinas está longe de ser tão secundária quanto parece, pois se a bexiga não fizer o seu papel, o corpo ficará completamente intoxicado. Ela está para o sistema urinário assim como o intestino grosso está para o sistema digestivo. É a última fase do processo de gestão e de eliminação dos líquidos orgânicos e, por extensão, do processo energético das "velhas memórias".

Os males da bexiga

Eles são um sinal das nossas dificuldades para eliminar nossas "águas usadas", ou seja, nossas velhas memórias que não nos satisfazem mais. Crenças antigas, velhos hábitos, esquemas de pen-

samento inadequados para a situação presente - são muitas as "memórias" que "intoxicam" o nosso espírito, como as toxinas o fazem com o corpo. Quando as energias da bexiga funcionam corretamente, essas "toxinas" são eliminadas sem problema. As tensões ou as dores nos dizem, ao contrário, que isso não vai assim tão bem. Elas significam que temos medo de abandonar ou de mudar esses hábitos, essas crenças, esses esquemas ou esses modos de pensamento ou de ação. Às vezes, uma ligação forte demais com as memórias, satisfatórias ou não, nos leva a permanecer estáticos na vida, a nos cristalizar, correndo o risco de sofrer (apesar de, muitas vezes, encontrarmos também algum benefício, ele só servirá como um conforto interior mais conveniente para o instante). Essas situações se traduzem por tensões na bexiga. As cistites ou outras inflamações nos falam disso ao nos mostrar ainda que existe dentro de nós uma cólera ou uma revolta diante da nossa atitude.

Os males da bexiga podem também significar que temos medos em relações aos nossos "ancestrais" que não conseguimos superar. Os meninos que têm medo (justificáveis ou não) dos seus pais, e em particular do pai, ou, às vezes, das suas representações (avós, professores etc.) o exprimem muitas vezes através da enurese (pipi na cama: incontinência urinária à noite). As meninas têm maior tendência a exprimir os mesmos receios através das cistites repetitivas.

*** O Sistema Circulatório**

Ele é responsável pela circulação sangüínea em todo o corpo. É graças a ele que o precioso líquido que é o sangue pode circular e alimentar a mais ínfima parte do nosso organismo com oxigênio e com nutrientes. Porém, também é essa circulação que lhe permite executar o seu papel na purificação, pois ele transporta as toxinas rejeitadas pelas células e elimina o gás carbônico trocado pelo oxigênio. Logo, essa função é a da repartição da vida em todo o corpo, a que consiste em levar a todos os lugares o que traz a vida, e, por extensão, a alegria de viver. O sistema circulatório é composto pelo coração, pelo sistema venoso e pelo sistema arterial, e

percorre o organismo fazendo uma espécie de oito. que se parece estranhamente com o esquema que representa os Céus Anterior e Posterior, o Consciente e o Não-Consciente. Que coincidência...

Os males do sistema circulatório

Os problemas circulatórios significam que temos dificuldade para deixar a vida circular livremente dentro de nós e que a nossa alegria de viver, nosso amor pela vida, tem dificuldade para se exprimir, até mesmo de existir dentro de nós. Qual é a parte de nós mesmos da qual não gostamos a ponto de não deixar que a vida a alimente? Qual é a parte da nossa vida que nós rejeitamos? Qual foi o traumatismo emocional que fez com que não houvesse mais lugar para a alegria ou para o amor, ou então por que eles nos provocam medo? São muitas as perguntas que o nosso Mestre Interior pode nos enviar através das tensões, se me atrevo a dizer, do sistema circulatório.

***O coração**

É o órgão principal da circulação sanguínea. Ele é a bomba mestra dessa circulação, mas uma bomba inteligente e autônoma cuja sutileza de reação é extraordinária. Através do seu ritmo, é capaz de responder instantaneamente à menor solicitação, seja ela fisiológica (esforço) ou psicológica (emoção). Pela sua estreita relação com o cérebro, é capaz de regular de maneira muito precisa as pressões e os ritmos circulatórios que as circunstâncias ambientais necessitam. É ele que comanda, dirige nossa capacidade de adaptar nossas reações interiores às exigências exteriores. O coração é um músculo dito "involuntário", ou seja, que funciona além da nossa vontade consciente. Sua relação com o Inconsciente é forte e explica a importante influência das nossas emoções conscientes e inconscientes no nosso ritmo cardíaco. Sede tradicional do amor e das emoções, a sua relação privilegiada com o cérebro, que depende dele em termos de energia, nos mostra o quanto um amor verdadeiro não pode se contentar em ser passional, mas que também deve ser "inteligente". Senão, corre o risco de se tornar cego.

Os males do coração

Eles nos falam das nossas dificuldades para viver o amor e as nossas emoções que costumam durar a vida toda. Eles podem significar também que damos lugar demais para o ressentimento, para a raiva, para a violência, que reprimimos ou exprimimos de forma distorcida (esporte, jogos, feridas). Enquanto isso, o lugar do amor pela vida, por nós mesmos, pelos outros, pelo que fazemos diminui cada dia mais. Ora, lembremo-nos que o coração faz a distribuição do sangue dentro de nós. Se cultivarmos estados emocionais negativos, eles serão distribuídos da mesma maneira. Diz-se em energética, que o estado do Coração e o do Shen (sua representação espiritual) se vê pela tez da pessoa, pelo brilho dos seus olhos, do seu olhar.

As **palpitações, as taquicardias, os infartos** e outros problemas cardíacos exprimem todo o nosso sofrimento para gerar os nossos estados emocionais ou, ao contrário, para dar-lhes a possibilidade de se exprimir, de viver dentro de nós. Uma atitude séria demais em relação à vida e ao que acontece, a ausência de prazer no que fazemos ou sentimos, o pouco espaço para a liberdade e a descontração fragilizam as energias do coração e podem se traduzir por tensões cardíacas. Porém o excesso de prazer ou de paixão também fragiliza as energias do Coração e pode se traduzir pelos mesmos efeitos.

***O sistema venoso**

É aquele que costumávamos ver representado pela cor azul nos Atlas de anatomia da época de infância. É ele que veicula o sangue "usado" em direção ao fígado e aos rins para a sua Filtragem, e em direção aos pulmões para eliminar o gás carbônico e se recarregar de oxigênio. Trata-se da parte Yin do sistema circulatório, aquela que recebe e que conserva. Pelos seus alvéolos e pela sua capacidade de dilatação, o sistema venoso tem uma ação "passiva" (Yin) na circulação.

Os males do sistema venoso

Os problemas venosos exprimem nossa dificuldade para aceitar, para receber a vida, a alegria de viver, o amor, e para deixar um lugar para eles dentro de nós. Encontramos dificuldade para

impedir que as emoções se estagnem dentro de nós. A vivência é sentida como algo morno, sem paixão e sem alegria. Temos a sensação de não saber, de impotência para fazer com que as nossas vontades ou os nossos desejos de felicidade vivam dentro de nós e nas nossas relações com os outros. Eles se estagnam dentro de nós e às vezes fazem com que um sentimento de desânimo ou de impotência se desenvolva. **Flebites** ou **varizes** exprimem o nosso sentimento de submissão, de obrigação em aceitar as coisas que nos "impedem" de ser verdadeiramente felizes.

***O sistema arterial**

É aquele que está representado pela cor vermelha nos mesmos Atlas de anatomia. É ele que transporta o sangue enriquecido pelo oxigênio e pelos nutrientes pelos órgãos e pelas células. É o lado Yang do nosso sistema circulatório, que exerce uma assistência "ativa" por parte do coração na circulação. Através da sua capacidade de se contrair, o sistema arterial alivia o trabalho do coração. Trata-se do que chamamos de vasoconstrição e vasodilatação.

Os males do sistema arterial

Eles nos falam de tensões equivalentes àquelas do sistema venoso, mas no sentido ativo. As emoções são excessivas e se manifestam em excesso (jovialidade, excitação etc.) ou então estão retidas, sufocadas. A dificuldade, até mesmo a incapacidade, para fazer o que for preciso na nossa vida para sentir alegria, prazer ou felicidade se traduz pela hipertensão arterial. Ao contrário do sistema venoso, não temos a impressão de estar sendo impedidos, mas sobretudo de não saber, de não poder, de não ser ou não ter sido capazes de arrumar um lugar para o amor, para a alegria de viver.

A **hipertensão** nos mostra uma grande tensão devida à vontade de busca de solução, mas o medo, muitas vezes, impede que as nossas emoções existam, o que faz a pressão subir no interior. Tudo toma proporções excessivas que nos amedrontam. Esse medo nos cristaliza e endurece a parede das nossas artérias, ampliando assim, através da **arteriosclerose**, o fenômeno da tensão. Um dos medos fundamentais associados à hipertensão é o medo da morte; temos medo que ela chegue antes que tenhamos podi-

do fazer o que tínhamos de fazer. O sentimento de urgência então se desenvolve em nós e faz ainda mais "subir a pressão". Aí também encontramos laços com a homeopatia que utiliza o Aconit para tratar a hipertensão arterial, mas também o medo da morte e todos aqueles que se constroem sobre um processo de pânico.

A hipotensão nos fala da derrota, do nosso sentimento de vítima. Vencidos pelos acontecimentos, sem saída, não estamos mais em condições de fazer a pressão subir para relançar a máquina. A dinâmica principal é passiva e o desencorajamento ultrapassa o sentido da luta. Provavelmente, sentimos falta de amor na nossa vida, desse alimento que procura ou ao menos facilita a alegria e a razão de viver, de sentir o nosso coração batendo dentro de nós. Faltou-nos essa chama ou, talvez, nós não a tenhamos mantido.

*** O Sistema Nervoso**

Ele pode ser considerado o "terciário" do nosso corpo. É o centro de comando e de gestão das informações. Ele centraliza, estoca, restitui e faz circular os dados inatos ou adquiridos pelo indivíduo, permitindo que ele exista e evolua no seu meio ambiente. Está claro para cada um de nós que o papel do sistema nervoso é essencial e que ele participa até da menor atividade do nosso organismo. Ele se divide em dois: o sistema nervoso central e o sistema nervoso autônomo, também chamado de sistema neurovegetativo. No nível orgânico, ele é composto pelo cérebro, pela medula espinhal e pelos nervos (Periféricos, simpáticos e parassimpáticos).

***O sistema nervoso central**

É o que gera o pensamento, os movimentos conscientes e todas as sensações. Ele é composto pelo encéfalo, pela medula espinhal e pelos nervos periféricos. Todo pensamento consciente, toda decisão e toda ação voluntária passam pelo sistema nervoso central.

Os males do sistema nervoso central

Eles são um sinal das nossas dificuldades para gerar nossa vida e nossas emoções consciente e intelectualmente. Dureza, excesso

de trabalho, tendência a viver e a resolver as coisas através do pensamento, e não através dos sentimentos, vão se manifestar por desequilíbrios, doenças ou tensões do sistema nervoso central. Porém a **epilepsia** também, de uma forma mais grave, com os seus momentos ditos "de processo automático", representa uma desconexão desse sistema nervoso central em detrimento do sistema autônomo.

***O cérebro**

Ele é o computador central. É nele que se elaboram os pensamentos, que se estoca a maioria das informações e que se tomam as decisões conscientes. Existem várias divisões para o cérebro. A primeira é a que se faz por hemisférios. Há o hemisfério o direito e o hemisfério esquerdo. Esse último se encarrega do pensamento, do raciocínio, da lógica, da linguagem. Logo, ele gera tudo o que tem a ver com o racional, com o Consciente e com o voluntário. Ele comanda principalmente a parte direita do corpo (mão, perna etc.). O hemisfério direito, por sua vez, encarrega-se do imaginário, do artístico, do espaço, da intuição, do afeto, da memória, seja ela auditiva, visual ou sensorial. Ele gera tudo o que tem a ver com o irracional, com o Inconsciente, com o Involuntário. Ele comanda principalmente a parte esquerda do corpo (mão, perna etc.). No entanto, devo esclarecer que estamos falando da lateralização das ações motrizes do corpo e não das manifestações sintomáticas, pois trata-se, na maioria das vezes, de uma fonte de erro de interpretação.

A segunda "divisão" do cérebro é aquela dos "três cérebros", conhecida graças aos trabalhos do professor Henri Laborit. Existe o cérebro chamado de "réptil", que é o do instinto, dos impulsos da vida e da sobrevivência, dos atos reflexos. É o primeiro cérebro do homem, o seu mais antigo dentro da compreensão evolucionista. Há, em seguida, o cérebro dito "límbico", que é o das emoções, da adaptação ao meio ambiente, à relação com os outros, da filtragem das informações recebidas. Enfim, há o cérebro dito "cortical", ou neocórtex, que é o da reflexão, da análise, da abstração, da criação e do imaginário. Podemos ver, através da estruturação desses

três cérebros, a construção do homem e das suas três fases -animal, emotiva e social, e, enfim, analítica e criativa.

A terceira divisão é a dos "cinco cérebros" (Cinco Princípios?), do físico americano Ned Hermann. Na verdade, ele levou em conta as duas primeiras divisões, integrando uma à outra. Nós podemos aproximar tal divisão à das vértebras sacras que são 3 + 2 e à das lombares que são 5. Temos então o cérebro réptil, o cérebro límbico direito (que se encarrega da emotividade e da espiritualidade), o cérebro límbico esquerdo (que se encarrega da organização e da concretude), o cérebro cortical direito (que gera a síntese e a criatividade), e, enfim, o cérebro cortical esquerdo (que gera a lógica e a técnica). É muito interessante constatar que podemos encontrar uma relação direta entre os cinco cérebros e os Cinco Princípios energéticos chineses. O cérebro réptil corresponde ao Metal, o límbico direito ao Fogo, o límbico esquerdo à Água, o cortical direito à Madeira e o cortical esquerdo à Terra.

Sendo assim, é de suma importância compreender que essas divisões são analíticas e explicativas. Elas traduzem as "características" mas não correspondem, de forma alguma, a uma divisão física ou funcional estabelecida. Todas as funções e as partes do cérebro têm estreita relação entre si, estão em interação permanente e participam da mesma dinâmica cerebral.

Os males do cérebro

Os problemas cerebrais são um sinal da nossa dificuldade para gerar, através do pensamento, as situações da nossa vida. A consciência "consciente" domina e quer tudo resolver ou compreender, mas não consegue. Nossa relação com a vida é construída sobre a razão, a lógica racional e o raciocínio. As tensões ou as patologias cerebrais exprimem essa vontade de tudo resolver através do pensamento, duramente e sem emoção. Não produzimos sentimentos ou não nos preocupamos com estados d'alma ligados a eventuais emoções que só podem ser parasitas, seja porque temos medo delas ou porque elas não nos satisfazem e nos parecem inúteis. Só o que conta é a eficácia direta e aparente, muitas vezes compreendida e materializada pelo lado gerencial e "financeiro" da vida. O fato de raciocinar a respeito de tudo em termos de rentabilidade à custa do lado humano, tão característico dos "gestores"

atuais, muitas vezes se traduz por problemas cerebrais. Partindo da simples **enxaqueca** e passando pelas **vertigens**, pelos **problemas de concentração** e de **memória**, depois pelos **problemas circulatórios**, eles terminam às vezes em **tumores** ou em "karocho" (morte por excesso de trabalho). Esse descompasso total devido à estafa, que se chama bum out na América do Norte, provoca estragos no Japão matando milhares de pessoas e começa a aparecer entre nós. O termo bum out, que quer dizer carbonizado, torna-se interessante quando o aproximamos do fato de que estamos aqui no Princípio do Fogo.

Essas manifestações do desequilíbrio da nossa relação com a vida aparecem, na maior parte do tempo, nos cidadãos que têm uma atividade profissional burocrática ou intelectual. Elas são muito mais raras naqueles que têm uma atividade manual ou física, que os obriga a permanecer "conectados" à vida real, o Princípio da Terra.

Enfim, os desequilíbrios cerebrais nos falam da nossa dificuldade para deixar espaço na nossa vida para o prazer e para a alegria comum. Encontramos aí uma das relações íntimas que existem entre o cérebro e o Coração, que gera este último no nível energético. A predominância da razão pressupõe a necessidade de ter razão e de fugir do erro que só é vivenciado como um sinal de fraqueza. Recusamos também o elemento humano do erro, a sua necessidade e a sua dimensão experimental e evolutiva, para conservar apenas a noção de pecado e, por conseguinte, de culpa. Esse bloqueio de idéias vem acompanhado de uma grande dificuldade para mudar de opinião e de modo de pensar e pode se traduzir por **tensões cerebrais, enxaquecas ou dores de cabeça**.

* A medula espinhal

Ela é a parte do sistema nervoso que desce até a coluna vertebral. Tem o papel de transmissora de dados e de instruções cervicais para todas as partes do corpo. Mas também tem uma certa autonomia, tendo em vista que alguns reflexos (reflexo do joelho, por exemplo) são diretamente gerados por ela. Composta ao mesmo tempo por fibras nervosas (substância branca) e pelos neurônios (substância cinza), ela utiliza um sistema "circular". Esse sistema faz com que um estímulo doloroso, por exemplo, não preci-

se ir até o cérebro para provocar a reação muscular, a informação vem da zona atingida indo diretamente para o músculo.

Os males da medula espinhal

Eles nos mostram que estamos impedidos de traduzir nossas idéias ou os nossos pensamentos para a realidade. Eles exprimem a nossa dificuldade para agir e mesmo para reagir, ou seja, sem reflexão em relação a um dado contexto. Enfim, eles nos falam da nossa recusa em deixar a vida e a alegria de viver se exprimirem através dos nossos atos ou das nossas reações. **Paralisias, mielites, meningites cérebro-espinhais** nos impedem de agir ou de reagir, de "fazer" e, assim, de nos enganar, de cometer erros.

* Os nervos

Eles são os nossos "cabamentos" pessoais que fazem com que coloquemos o nosso computador central (o cérebro) em ligação com os nossos periféricos (órgãos, músculos, cinco sentidos etc.). Para o sistema nervoso central, há dois tipos de nervos, sensitivos ou motores. Os nervos sensitivos são aqueles que transmitem as informações recebidas para o cérebro ou a medula espinhal. Os nervos motores são aqueles que transmitem as ordens do cérebro ou da medula espinhal para cada parte do corpo em questão.

Os males dos nervos

Eles exprimem as nossas dificuldades para fazer com que os pensamentos, os desejos ou as vontades passem para o real. A transmissão se "rompe" e os comandos não funcionam mais. O que é que eu não quero fazer ou, então, tenho medo de fazer? São muitas as perguntas expressas pelos sofrimentos ou pelos bloqueios do sistema nervoso. Um dos casos típicos é o da **paralisia ciática** que "bloqueia" completamente o nervo ciático e nos impede de andar, de nos deslocar, até mesmo de ficar de pé (ver a seção sobre os membros inferiores). Segundo o lado atingido, o que acontece na nossa vida relacional? Qual é a pessoa da qual não queremos nos aproximar, com quem não queremos mais relações além das que já temos atualmente, ou não queremos mais relação alguma?

A esse respeito, a **cruralgia** é muito interessante, pois esse pinçamento do nervo crural se manifesta no homem, entre outros, através de dores muito incômodas num dos dois testículos. As mesmas perguntas colocadas para a paralisia ciática podem oferecer, nesse caso, respostas particularmente "interessantes", mesmo que não sejam obrigatoriamente bem-vindas ou aceitas.

Em todo caso, podemos ver o quanto a localização do nervo atingido nos dá informações precisas sobre o motivo da "incapacitação" investigada. Basta então se referir à parte do corpo em questão para poder fazer a ligação entre os dois.

***O sistema nervoso autônomo**

Também chamado de sistema neurovegetativo, ele se encarrega de toda atividade não-consciente do indivíduo. As funções orgânicas (circulação sanguínea, digestão, respiração etc.), mas também psicológicas, emotivas e de defesa (arrepio, vômito, enrubescimento da face, instinto de fuga ou de agressividade etc.), dependem dele. Enquanto o sistema nervoso central está relacionado aos músculos estriados, ele comanda, por sua vez, os músculos lisos. Ele compreende o sistema parassimpático e o sistema simpático. O sistema parassimpático é responsável por tudo o que diz respeito à atividade de rotina do organismo, como as funções orgânicas; enquanto o sistema simpático é responsável pelas atividades de excitação, de defesa e de urgência, como a agressividade, a fuga. O sistema neurovegetativo é gerado pelo hipotálamo e pelo bulbo raquidiano.

Os males do sistema nervoso autônomo

Os desequilíbrios do sistema neurovegetativo exprimem nossa dificuldade para ouvir o Consciente e o Não-Consciente dentro de nós. Eles nos dizem que o nosso Não-Consciente tem dificuldade para gerar solicitações que vêm do mundo exterior e, em particular, as emoções. Acontece então um fenômeno de saturação do sistema central consciente, que não consegue mais dirigir nossa atividade física, pois o sistema neurovegetativo toma o comando. Ele nos "obriga" a fazer ou a não poder fazer um certo número de gestos, de atos, ou nos impede de ter acesso a alguns níveis de consciência ou de memória. Todas as manifestações da "famosa" es-

pasmofilia, como os **tremores**, os tiques ditos "nervosos", as **náuseas**, as **enxaquecas**, as **cãibras**, as crises de **tetania muscular**, são expressões dessa dificuldade interior para dominar e para responder corretamente às solicitações do mundo exterior.

* O Sistema Reprodutor

Como o seu nome indica, ele permite que o ser humano se reproduza. É composto pelos órgãos sexuais, pelas glândulas sexuais (testículos, ovários) e pelo útero, no caso das mulheres. Através desse sistema extremamente elaborado, a descendência humana se perpetua pelo encontro entre um homem, de natureza Yang e penetrante, e uma mulher, de natureza Yin e receptiva. Assim, a vida nos mostra até que ponto a vida só pode existir através do encontro dos inversos. Isso pode nos fazer compreender o quanto é necessário que realizemos a mesma coisa dentro de nós para poder evoluir. É preciso ir ao encontro do nosso outro lado, da nossa parte "Yin, feminina", se formos homens, e da nossa parte "Yang, masculina", se formos mulheres. Não estamos falando de sexualidade, é claro, mas do C. G. Jung chamava de Anima (feminino) e Animus (masculino). Estamos falando do nosso lado doce, meigo, passivo, artístico, estético, acolhedor, não-consciente, profundo (feminino); e do nosso lado firme, forte, ativo, guerreiro, defensivo, penetrante, consciente, superficial (masculino). Temos então a possibilidade de crescer, de evoluir e de chegar progressivamente ao que chamo de "a paz dos inversos" (que Jung classificava como "a reconciliação dos opostos"), à Unidade dentro de nós, criando, gerando assim um outro eu. O que é interessante observar é que essa (pro)criação tem toda possibilidade de se realizar dentro do prazer e da alegria (gozo, orgasmo) assim como a vida previu. É um bom tema para meditação para aqueles cuja iniciativa de desenvolvimento pessoal se dá pela vontade, pela força, pela pressão ou pela urgência.

O sistema reprodutor é, naturalmente, aquele que nos permite procriar, gerar a vida fisicamente. Por extensão, trata-se da nossa capacidade geral para criar, para produzir (projetos, ideais etc.), no mundo material.

Enfim, é o sistema da sexualidade, ou seja, da nossa capacidade para criar em relação ao gozo. Ele representa a nossa ação sobre o outro, o nosso poder sobre ele, pois este se entrega a nós, como nos entregamos a ele, nessa relação particular. Logo, esse poder deve ser caracterizado pela reciprocidade e pelo respeito e é maior ainda quando está sustentado pelo amor. Enfim, como assinalei há pouco, ele tem a particularidade da procura do prazer, e devo dizer, do poder de viver no gozo, uma vez que é normalmente marcado pelo orgasmo. Este representa o gozo supremo da criação, da ação criadora e fecundadora, partilhado com o outro.

Os males do sistema reprodutor

Eles nos falam da nossa dificuldade para viver ou aceitar essa "paz dos inversos" no interior de nós. Eles podem se manifestar de diferentes maneiras, mas significam sempre uma tensão em relação ao outro, seja o nosso cônjuge, o nosso filho ou as suas representações presentes dentro de nós ou no nosso exterior. É o caso particular dos problemas no útero, que representa o casal, a família, o ninho, e que significam muitas vezes que as tensões ou os sofrimentos estão relacionados com o cônjuge (ausência, frustração, falecimento, conflito etc.), ou com o lugar de cada um na família.

Eles também exprimem o nosso medo, o nosso receio de gerar -seja realmente (filho) ou simbolicamente (projetos, idéias etc.) por falta de confiança, culpa ou angústia. As dores nos testículos ou nos ovários nos falam disso, seja por causa de uma **cruralgia**, de um **quistos** ou de um **câncer** dessas glândulas reprodutoras.

As doenças conhecidas como "**sexualmente transmissíveis**" muitas vezes representam autopunições, inconscientemente provocadas por uma culpa perante uma atividade sexual desenvolvida fora das normas identificadas pela pessoa ou pelo seu meio. Essa culpa, consciente ou não, o leva à punição através do ato "falho", se me atrevo a dizer, ao encontro sexual com aquele ou aquela que vai lhe transmitir uma doença "vergonhosa".

Através da frigidez, da impotência ou das dores e das inflamações diversas que impedem a "sexualidade", exprimimos as nossas dificuldades para viver os prazeres da vida e, em especial, da atividade, seja ela profissional, social ou familiar. Nós não nos per-

mitimos experimentar o prazer, a satisfação, até mesmo o gozo, no exercício do nosso poder pessoal sobre as coisas ou sobre os outros. Tudo isso nos parece sério demais ou então está caracterizado pela culpa, e nós não sabemos, assim como a criança, experimentar a alegria simples de ter feito algo que "funciona" e do qual estamos orgulhosos. Acreditamos que esse poder é vergonhoso ou negativo, embora ele possa ser criativo e fecundo, pois o que lhe dá a coloração positiva ou negativa é o uso que fazemos dele ou a intenção que lhe impomos. Da mesma maneira, o poder gerado pelo amor e pela sexualidade pode criar ou destruir, liberar ou alienar, animar ou extinguir o outro e você mesmo.

As outras partes do corpo e os seus males particulares

Depois da apresentação dos grandes sistemas orgânicos, vamos abordar agora as partes do corpo que não pertencem diretamente a um deles, mas que o nosso Mestre Interior utiliza muitas vezes para nos "falar".

***O rosto e os seus males**

O rosto tem a particularidade de agrupar os cinco sentidos, a saber, a visão, a audição, o olfato, o paladar e o tato. Representa a identidade e é também a sede privilegiada da percepção "tênue" do mundo exterior através de receptores elaborados que nos permitem perceber os níveis elaborados do mundo material (cores, sons, sabores, odores e temperaturas). Através deles, vamos exprimir nossas dificuldades para perceber ou aceitar esses níveis em nós. Podemos fazê-lo através dos olhos, das orelhas, do nariz, da boca ou da pele.

Os problemas gerais do rosto vão nos falar de um problema de identidade, de uma dificuldade para aceitar aquela que temos ou que acreditamos ter. **Acne, eczema, vermelhidões**, mas também **barba, bigode** etc., exprimem muitos meios que mostram as nossas dificuldades para aceitar esse rosto, seja porque ele nos desagrada, ou porque ele é bonito demais e atrai mais do que gostaríamos. Existem muitas formas para escondê-lo ou

enfeia-lo, para mudar ou rejeitar uma imagem de identidade que não nos satisfaz.

*** Os olhos e os seus males**

Os olhos são os órgãos da visão. Graças a eles, podemos ver o mundo exterior em cores (que é a representação do sentimento) e em relevo (que é a representação da estrutura), por causa da presença de dois olhos. O olho direito, que representa a estrutura do indivíduo (Yin), concede a visão "horizontal", e o olho esquerdo, que representa a personalidade do indivíduo, concede a visão "vertical". Eles estão associados à energia do Princípio da Madeira e representam, graças a esse fato, o nível de percepção que está mais relacionado com os sentimentos e o "ser". Isso nos faz compreender mais facilmente por que muitas miopias aparecem na adolescência que, lembremo-nos (ver também a seção sobre escoliose), é a época da vida em que a criança estabelece as suas referências afetivas diante do mundo exterior, fora da estrutura familiar.

Logo, os males dos olhos significam que temos dificuldade para ver algo na nossa vida e, em especial, algo que nos atinge no nível afetivo. O que é que eu não posso ver? O que é que coloca o meu ser em questão ou estabelece a idéia do espaço que eu lhe ofereço? Esse questionamento está freqüentemente relacionado a uma sensação de injustiça. Se for o olho direito, a tensão está relacionada à simbólica Yin (a mãe), e se for o olho esquerdo, o que nós recusamos a ver está relacionado à simbólica Yang (o pai).

Vou me referir ao caso do Pascal, que eu havia citado para falar do fêmur. Quando tinha 9 anos e meio, ele perdeu o seu pai num acidente de carro enquanto trabalhava. Na verdade, esse desaparecimento deve ter sido aceito no Consciente e no mental, mas não foi aceito no Não-Consciente. Na data do seu aniversário, seis meses após esse desaparecimento, o olho esquerdo da criança se pôs a inflamar absurdamente. Apesar da hospitalização e das múltiplas análises, os médicos nada puderam encontrar. Eles decidiram então, diante da criança que, presumia-se, nada podia entender, operá-lo no dia seguinte para "ver o que podia haver dentro do olho". No dia seguinte, ao despertar, o edema havia completamente desaparecido. A criança manifestava sua recusa em "ver",

em aceitar perceber algo em relação ao Yang (pai). O medo da intervenção fez com que interrompesse imediatamente a expressão da tensão, que preferiu sufocar dentro de si. No entanto, vários anos mais tarde, quando tinha 28 anos, ele teve, por sua vez, um acidente de carro em que também vinha do trabalho, e no qual fraturou o fêmur esquerdo). Precisamente nessa época, vivia uma fase difícil de conflito e de fuga em relação a tudo que pudesse representar uma forma de autoridade, seja ela social ou familiar. Ele revivia, sem ter consciência, o que havia vivenciado na época da morte do seu pai, a saber, "qual é o meu lugar, quem sou eu, ninguém me compreende ou me ajuda, por que essa injustiça etc.?"

Cada tipo de manifestação ocular vai apresentar uma precisão particular.

A **miopia**, que vem a ser uma dificuldade para enxergar de longe, representa o medo inconsciente do amanhã que nos parece perturbador, ou seja, mal Definido; o que está fora de foco.

A **catarata**, que se caracteriza por escurecimento, até mesmo por um desaparecimento total da visão, exprime o nosso medo do presente ou do futuro, que nos parece sombrio.

A **presbitia**, que se manifesta através de uma dificuldade para ver os objetos próximos, representa o medo de ver o presente ou um futuro bem próximo. Essa "doença", que atinge principalmente as pessoas idosas, é espantosamente similar à memória que segue o mesmo processo nessas pessoas, pois se lembram cada vez menos das coisas recentes e, ao contrário, cada vez mais das coisas longínquas. Ela deve ser associada naturalmente à proximidade da morte, que representa um prazo vencido que não podemos ter "vontade de ver".

O **astigmatismo** se caracteriza pelo fato de não podermos ver os objetos exatamente como eles são, mas "deformados". Isso simboliza nossa dificuldade para ver as coisas (ou nós mesmos) como elas são na nossa vida.

***As orelhas e os seus males**

As orelhas são os órgãos da audição. Elas nos permitem captar, receber e depois transmitir, decodificando as mensagens sonoras. Estão relacionadas ao Princípio da Água e, por extensão, às nossas

"origens". Os auriculoterapeutas "vêm" a forma de um feto invertido e, segundo os Orientais, é possível ver se a pessoa é o que chamamos de "uma alma velha". ou seja. alguém "que não está na sua primeira vida". O som "criador" foi a primeira manifestação no nosso Universo. Nossas orelhas nos unem às nossas origens e constituem um dos sinais da imortalidade e da sabedoria (Buda). Por extensão. são a representação da nossa capacidade de escuta. de integração. de aceitação do que recebemos do exterior. pois nos fazem escutar mas também entender.

Os problemas de ouvido. **Zumbido, acufeno, surdez parcial, seletiva** ou **total**, são um sinal de que temos dificuldade para ouvir (até mesmo de que nos recusamos) o que acontece ao redor de nós. Se a surdez for lateralizada à direita. está relacionada à simbólica materna, e se estiver à esquerda, à simbólica paterna. Era, por exemplo, o caso do Raphael que desencadeava repetidas otites no ouvido direito. Ora, sua mãe tinha tendência a gritar muito e a criança não suportava esses gritos incessantes.

* A boca e os seus males

A boca é que faz com que possamos sorrir e também nos exprimir. É a porta aberta entre o mundo exterior e o interior, pela qual recebemos os alimentos e, por extensão, as experiências da vida, que vêm a ser o nosso "alimento psicológico". Porém. ela também funciona em outro sentido, ou seja, do interior para o exterior. É então o orifício através do qual nós expressamos, até mesmo cuspiamos ou vomitamos o que está no interior e que precisa sair.

A boca pertence, ao mesmo tempo. ao Princípio da Terra e ao sistema digestivo (fase Yin), ao Princípio do Metal e ao sistema respiratório (fase Yang). É a porta pela qual as energias da Terra (alimentos, experiências) e as energias do Céu (ar, fôlego, compreensão) penetram em nós para se tornarem Energia Essencial (ver a seção sobre as energias). O fato de pertencer ao Princípio da Terra e ao sistema digestivo demonstra o seu importante papel na nutrição alimentar (alimentação) e psicológica (experiência). Além disso. a presença dos dentes simboliza a capacidade para morder nessa vida e para mastigar o que ela nos propõe engolir... e digerir essa proposta... mais facilmente. É por isso que os bebês e as pessoas de idade não pó-

dem ou não podem mais fazê-lo, sendo que os únicos alimentos que estão em condições de engolir são os líquidos, ou seja, afetivos, já que se trata do nível psicológico.

Os males da boca são um sinal da nossa dificuldade para morder na vida, para aceitar ingerir o que ela nos propõe, a mastigar essa proposta para digeri-la melhor. **Aftas, inflamações bucais, mordeduras**, que desenvolvemos nas **bochechas ou na língua** são muitos os sinais de que aquilo que nos é proposto ou que nos é dito não nos satisfaz. Todos esses males podem significar que a educação que nos foi dada, ou que as experiências com as quais nos defrontamos, "não fazem o nosso gosto", que elas têm um sabor que nos desagrada. Eles representam nossa dificuldade para aceitar novos sabores, ou seja, novas idéias, opiniões, experiências, mas também podem ser um sinal de saturação, de excesso de experiências e, por extensão, da necessidade de fazer uma pausa.

***O nariz e os seus males**

O nariz é o orifício pelo qual o ar penetra no nosso corpo e aquele pelo qual recebemos os odores, ou seja, o que emana do mundo manifestado. É graças a ele que podemos cheirar. Ele está associado ao Princípio do Metal, do qual ele é o sentido. Nós respiramos pelo nariz, através do qual deixamos entrar a energia do ar, do fôlego (Céu). Logo, o seu nível de assimilação das energias é mais "tênue" que o da boca, que faz com que assimilamos o nível "material" da vida. No entanto, ele está intimamente ligado a ela através do olfato, que é o associado fundamental do paladar, ao qual dá "volume", coloração. A associação paladar/olfato é tão importante quanto a que há entre os dois olhos.

Os males do nariz vão nos falar do nosso medo em deixar que as dimensões "tênuas" da vida entrem em nós, tanto no que diz respeito a nós mesmos quanto no que diz respeito aos outros. É a relação com a intimidade, com a aceitação das nossas informações íntimas ou das do outro. Isso faz com que possamos compreender melhor o papel importante que os odores têm na sexualidade, seja ela vegetal, animal ou humana. **Sinusite, nariz entupido, perda do olfato** - são muitos os sinais da nossa dificuldade para aceitar as mensagens, as informações "íntimas" que che-

gam até nós. Não "sentimos o cheiro de nada", elas nos desagradam pois "cheiram mal". Ora, o que é que "cheira mal"? Os excrementos, a podridão, não as flores! O que é que cheira mal na nossa vida, o que está podre ou está apodrecendo dentro de nós? Há muitas questões a serem feitas e a serem colocadas em relação às nossas atitudes, ou ao que nós "cultivamos" dentro de nós, ou na relação com o outro, e sobre o valor que damos às coisas. Cada vez que falamos do outro "Eu não o suporto" ou "Eu não posso vê-lo", devemos pensar no efeito espelho e refletir sobre a qual parte de nós - que não suportamos ou não podemos ver fomos conduzidos.

Os **problemas de olfato** ou de **falta de olfato** também provavelmente exprimem rancores, amarguras ou desejos de vingança que deixamos amadurecer e/ou apodrecer dentro de nós. Enfim, eles podem significar que é grande o nosso medo em relação às manifestações da vida e da animalidade dentro de nós, pois a vida também é a morte, os excrementos, a podridão. Estes últimos nos são insuportáveis porque lhe damos noções de valor. Porém, talvez nos esqueçamos muito facilmente que os mais belos legumes e as belas flores crescem a partir de estrume ou de adubo e que a vida se alimenta da morte, que não é um fim da vida mas uma transição para a vida.

*** A garganta e os seus males**

A garganta é a parte do corpo pela qual passam dois "condutores" de alimentação, que são o esôfago (alimentação material) e a traquéia (ar). Também é o lugar onde se situam as cordas vocais e as amígdalas. Na parte da frente da garganta, na cavidade laríngea, encontra-se uma glândula fundamental, a tireóide.

Antes de tudo, a garganta é o lugar pelo qual engolimos, ou melhor, deglutimos o que engolimos. Um sistema reflexo muito elaborado nos permite selecionar o tipo de alimento sólido e o ar, e dirigi-los até o receptáculo adequado, estômago ou pulmão. Quando esse ajuste não funciona corretamente, ou nós nos sufocamos, ou então provocamos a aerofagia.

Com as cordas vocais, a garganta é o vetor e o suporte da expressão oral. A fala - as palavras ou os gritos - depende dela. Logo, ela é afinal a porta, ou melhor, a alfândega que filtra e seleciona

as entradas e as saídas. Quanto à tireóide, trata-se da glândula principal, se pudermos dizer assim, da qual depende o equilíbrio do crescimento e de todo o metabolismo humano, assim como o desenvolvimento do nosso corpo físico (crescimento, peso).

No que diz respeito à energética, a garganta é a sede do Chakra, dito "da garganta". Esse centro energético é o da expressão do eu, da maneira como nós nos posicionamos em relação ao mundo exterior. Ele representa a nossa capacidade para reconhecer e para exprimir o que somos e para receber aquilo que pode nos enriquecer, nos alimentar, nos fazer crescer. Enfim, é a sede do nosso potencial de expressão da criatividade.

Os males da garganta são aqueles da expressão "O que eu tenho atravessado na garganta", ou da aceitação "O que eu não consigo engolir". **Perda de voz, angina, engolir errado, aerofagia** são sinais da nossa dificuldade para exprimir o que pensamos ou sentimos, muitas vezes por medo das conseqüências dessa expressão. Nós preferimos então deixar as coisas "na alfândega". Esses males são, por extensão, as marcas de uma falta de expressão do nosso eu, aquilo que somos, das suas qualidades ou fragilidades: "O que é que eu não consigo passar, dizer?" O **hipertireoidismo** (Yang) ou o **hipotireoidismo** (Yin), por exemplo, se traduzem muitas vezes por sinais de uma impossibilidade para dizer ou para fazer o que gostaríamos. Ninguém pode nos compreender, não temos os meios para "passar" o que acreditamos, temos medo da não aceitação, por parte do outro, em relação ao que queremos dizer, temos medo da força ou violência resultantes. Por trás dessa não expressão, há sempre uma noção de risco, de perigo, que nos faz parar, reter a expressão. A forma Yang manifesta um desejo de revanche, apesar de tudo, enquanto a forma Yin exprime um abandono face à impossibilidade de se exprimir.

* As alergias

Elas são reações de defesa excessivas do organismo perante um "agente" exterior, normalmente banal, sem nenhum risco particular, mas que é percebido como um agressor, um inimigo. Poeira, pólen, ácaro, perfuma, fruta etc., são muitos esses adversários

"imaginários" contra os quais o organismo reage violentamente para destruí-los ou expulsá-los.

A **febre do feno, as alergias cutâneas, digestivas ou respiratórias** nos falam das nossas dificuldades para gerar o mundo exterior, que é recebido como perigoso ou agressivo. Estamos na fase da defesa, dos agredidos, das vítimas mas também da Joana D'Arc. Nós ficamos reativos perante os outros e o nosso primeiro reflexo, não importa o que aconteça, é uma atitude defensiva forte e mesmo reativa, às vezes. Estamos ativos e decididos a nos defender a qualquer preço. É por essa razão que os "alérgicos" quase nunca desenvolvem o câncer.

* **As inflamações e as febres**

O fogo está em nós e deve fazer valer o seu duplo papel: queimar e purificar, alertar e limpar, produzir calor e destruir. **Tendinites, febres e outras inflamações** estão aí para nos dizer que há fogo dentro de nós. que há superaquecimento, uso excessivo ou inadequado da parte do corpo em questão. Mas, assim como para as alergias, o organismo está ativo e procura alertar, limpar, purificar a zona atingida através do fogo que desencadeia. A significação da inflamação está sempre associada à do lugar onde ela se produz.

Vou citar aqui o exemplo da Laurence que veio me consultar por causa de uma tendinite no cotovelo direito. Essa inflamação lhe demonstrava sua dificuldade para aceitar que sua filha havia crescido e não se comportava mais como ela, sua mãe, gostaria. No entanto, ela insistia e mantinha um ataque ostensivo inconsciente para o lado da sua filha, que "não entendia nada" e continuava a levar a sua vida como desejava. A aceitação dessa constatação fez com que a tendinite no cotovelo cessasse rapidamente.

* **As doenças auto-imunes**

São afecções nas quais o organismo mistura vários processos, pois fazem questão da alergia, da inflamação e da dinâmica cancerosa. São doenças de defesa nas quais o organismo não reconhece mais suas próprias células e se põe a combatê-las e a destruí-las como se fossem agentes estrangeiros e perigosos. Por exemplo, a poliartrite de evolução crônica é degenerativa, no sen-

tido em que ela não respeita mais as leis naturais de reconhecimento orgânico.

Essas afecções nos falam da nossa incapacidade para nos reconhecer, para nos ver ou nos aceitar tal qual o somos. Essa dificuldade para identificar o que somos é muitas vezes agravada pela busca de "responsabilidades exteriores". Estamos em fase de luta contra o mundo que não nos compreende. que não nos reconhece. não nos ama. enquanto se trata, na realidade, de um problema nosso. Só discutimos a vida de forma maniqueísta, e as coisas não existem só em função do bem ou do mal, e as situações não são vividas somente em termos de certo ou errado. Essa estratégia conflitante permanente e de defesa compulsiva nos leva a nos destruir acreditando que estamos destruindo o mundo para nos defender e não para prejudicar (ver exemplo da Dominique na seção sobre as mãos).

*** As vertigens**

São sensações da falta de equilíbrio. de quando perdemos o chão ou de quando vemos as referências visuais se "movimentando" ao nosso redor.

As vertigens nos exprimem nossa necessidade de domínio do espaço à nossa volta e a busca de pontos de referência precisos, definidos e estáveis. É por essa razão que atingem principalmente as pessoas ansiosas ou pretensamente "desprendidas". Uma das ferramentas essenciais para o equilíbrio no corpo é a orelha. particularmente com aquele "tipo de areia" que fica no interior do ouvido interno, cuja posição e cujos movimentos participam enormemente da nossa estabilidade física. Ora. a orelha, que pertence ao Princípio da Água. representa justamente as nossas referências fundamentais.

O medo de não conseguir controlar o que pode acontecer. o espaço à nossa volta, pode se traduzir por vertigens mais acentuadas ou não, sejam elas diretas (vertigem em lugares altos) ou indiretas (situações particulares que provocam essas vertigens). É o caso clássico das vertigens sentidas durante os jogos das festas de rua, ou quando se pratica esportes nos quais as nossas referências espaciais são perturbadas, e o aikido, em particular. me vem em mente.

*** A espasmofilia**

Ver sistema nervoso autônomo.

***Os quistos e os nódulos**

São pequenas formações de líquidos orgânicos ou de carne aprisionadas na pele ou nos tecidos orgânicos. Sendo benignos na maioria das vezes, essas "bolas" ou "bolsas" representam calos, fixações de memórias emocionais.

Elas nos falam da nossa tendência para reter, sustentar, endurecer certas feridas interiores. Rancor, impossibilidade de esquecer ou de aceitar as dificuldades da vida, calos de memórias com as quais não podemos romper, feridas ou frustrações que não foram aceitas pelo ego, muitos são os elementos que podem se expressar através dos quistos ou dos nódulos. Enquanto memórias emocionais egóticas, estão muitas vezes relacionadas às vivências sociais ou profissionais. O lugar onde esses quistos ou nódulos aparecem nos revela, naturalmente, uma informação a mais sobre o tipo de memória bloqueada.

***O excesso ou o ganho de peso**

Eles são um sinal da nossa insegurança material e afetiva em relação ao futuro próximo ou distante. Eles também significam que temos dificuldade para integrar as fases da nossa vida em que tivemos perdas, privações.

Estamos aí na presença de um primeiro tipo de insegurança inconsciente, de um medo da falta muitas vezes não percebido. No entanto, os indivíduos sentem necessidade de estocar, no caso de "vir a faltar" ou "para evitar que falte de novo".

O segundo tipo de insegurança está relacionado ao mundo exterior. O medo de ter que enfrentá-lo, de correr o risco de não conseguir, de ficarmos "despojados" diante dele, nos leva também nesse caso a estocar. Além disso, "isso nos permite colocar um muro entre nós e o mundo", proteger-nos com um edredom feito de carne e de gordura. Aliás, os "pesados" são na maioria das vezes moles e frágeis e têm uma grande necessidade de ser "tranqüilizados".

O último tipo de sofrimento que pode se exprimir por trás de um ganho excessivo de peso é mais traiçoeiro e "grave", pois é negati-

vo. Na verdade, trata-se de uma tentativa de difamação quanto a si mesmo ou de autopunição. Isso faz com que desvalorizemos a nossa própria imagem e com que possamos então dizer: "Dá para ver que você não está bem, não é bonito ou bonita, que não pode ser amado". Através dessa distorção dos fatos, procuramos enfeiar a nossa imagem não só diante de nós mesmos como também diante dos outros.

Mas por trás desses níveis de significação, existe uma trama comum que é a da relação afetiva com a mãe (alimentação) que não foi equilibrada e que procuramos compensar. Quando esse elemento se torna preponderante, a dinâmica alimentar, bulimia ou anorexia, torna-se então um meio a mais para acentuar essa mensagem.

***A bulimia**

É a necessidade compulsiva e, às vezes, incontrolável de devorar a comida. Chega a tal ponto que as pessoas atingidas provocam o vômito para poder comer de novo. Essa forma grave leva diretamente à depressão, se não puder ser tratada rapidamente e de forma inteligente.

A bulimia nos fala da necessidade de preencher um vazio existencial, de gerar as nossas angústias a todo o momento através da alimentação. Isso representa a primeira relação com a vida e com o primeiro ser que nos ama e nos concede a vida e o seu amor, ou seja, a mãe. A relação que mantemos com a alimentação está fortemente impregnada da "lembrança" dessa relação com a mãe e do caráter satisfatório e compensatório que ela pôde ou soube representar.

Cada tensão, frustração, falta, necessidade de compensação ou de recompensar, se dará através da alimentação. O medo, a incerteza de não poder recomeçar levam à atitude compulsiva e repetitiva, ou então ao estoque.

*** A anorexia**

Representa o fenômeno exatamente inverso. A relação de afeto com a mãe e a sua representação nutritiva foram insatisfatórias. Mãe "ausente", pouco afetuosa, que não desejava a criança ou então gostaria de um menino no lugar da menina (ou de uma me-

nina no lugar do menino) - são muitas as memórias que às vezes desvalorizam a relação com o alimento e fazem com que ela deixe de ser atraente para nós ou, pior ainda, que se tome repugnante. Nesse caso também, a anorexia pode vir a ser grave, a ponto de levar a pessoa à desnutrição mortal do seu corpo.

***O lumbago**

São dores ou tensões sentidas na parte de baixo das costas, no nível das vértebras lombares. As lombares são em número de cinco e correspondem aos Cinco Princípios e aos cinco planos básicos da vida de todo indivíduo, a saber:

- O casal.
- A família.
- O trabalho.
- A casa.
- O país (a região).

Quando atravessamos uma época em que temos dificuldade para aceitar ou para integrar mudanças que ocorrem nessa área, nossas vértebras lombares e os nossos lumbagos exprimem nosso receio não consciente ou nossa recusa quanto a essas mudanças. Muitas vezes, isso acontece porque elas transtornam nossos hábitos ou as nossas referências e porque é difícil de ser aceito sem "irritação".

O lumbago também pode nos falar da nossa dificuldade para aceitar os questionamentos, especialmente no meio familiar e profissional. Temos dificuldade para mudar de posição, de atitude relacional.

*** A ciática**

É um pinçamento do nervo ciático na saída da coluna vertebral, no nível lombar. Ela corresponde à mesma trama do lumbago, no entanto há uma "precisão" a mais. O lumbago é uma dor de uma certa "zona" que fala de uma sensação global, enquanto a ciática é uma dor de trajeto que pode ser mesmo capaz de se movimentar, desde a coluna vertebral até o dedo pequeno do pé. A ciática é uma sensação mais precisa que exprime, além disso, nossa dificuldade de abandonar alguns dos nossos antigos esquemas quando ocorrem essas mudanças. A ciática segue o trajeto do meridia-

no da Bexiga, que gera, no nível energético, a eliminação das velhas memórias. Logo, estamos falando das tensões ligadas à aceitação de mudanças em um dos cinco planos da vida já citados, causadas pela nossa dificuldade para abandonar nossas crenças ou hábitos antigos, nossos antigos esquemas ou maneira de pensar, lugares onde encontramos algum equilíbrio, e os hábitos de vida materiais ou psicológicos cujo conforto pudesse nos parecer suficiente.

***As dores de cabeça e a enxaqueca**

Elas representam nossa dificuldade para aceitar alguns pensamentos idéias ou sentimentos que nos incomodam ou nos constrangem. O estresse, a contrariedade, o fato de remoer ou a exploração de idéias "indesejáveis" ou de constrangimentos exteriores são muitas as tensões que se manifestam através das dores de cabeça ou da enxaqueca.

Quando segue um trajeto pelos dois lados da cabeça, partindo da nuca para terminar na direção das têmporas ou do lado dos olhos, quando não for diretamente no olho, trata-se de uma enxaqueca dita "hepato-biliar". Ela significa que a tensão é, de preferência, de ordem afetiva, ou que a vivência da situação está no nível afetivo, que o ser está em questão. Ela está relacionada sobretudo ao mundo familiar ou íntimo.

Quando as dores de cabeça são frontais, muitas vezes exprimem um recusa de pensamentos, uma teimosia no que diz respeito às idéias atuais e incorporadas. Elas estão relacionadas com o mundo profissional ou social, e com a exigência desse quanto a nós.

*** Os cabelos**

Eles são regidos pelo Princípio da Água. A queda dos cabelos ou a sua descoloração estão ligadas a uma vivência marcante de estresse, a um medo intenso em relação à morte, à fragilidade da vida, à precariedade das coisas. A atual situação de insegurança profissional é a origem do número crescente de quedas de cabelo, que eram, não faz tanto tempo, uma peculiaridade dos homens. Hoje em dia, as mulheres vivem o mesmo estresse profissional que os homens e também perdem os seus cabelos.

***O câncer, os tumores cancerosos**

São proliferações celulares anárquicas que aparecem e se desenvolvem numa determinada parte do organismo. Se forem despistadas a tempo, a doença pode ser contida no seu ponto de partida, se não, há metástase. O organismo vai sendo progressivamente invadido pelas células cancerosas que viajam pelo sistema sangüíneo e a colonização das diferentes partes do corpo se faz sempre através de uma espécie de rombo no meio celular ambiente.

Dada a gravidade dessa doença, gostaria de relembrar as características principais do seu processo:

- Desordem subterrânea, inconsciente e indolor no início.
- Desenvolvimento anárquico através da perda das referências celulares.
- Contaminação do organismo pelo circuito sangüíneo ou linfático.
- Invasão do organismo através de colonização.
- Colonização através de um arrombamento das áreas atingidas.
- Conclusão mortal pela autodestruição, se nós não interviermos.

Temos a seguir a descrição de todo o processo psicológico que precede e prepara o terreno para a doença. Um dia, o indivíduo sofre um traumatismo (ou uma acumulação) emocional ou afetivo importante e o armazena no fundo de si mesmo. Por várias razões - força, vontade, educação, crença ou fuga -, ele não se permite realmente expressar ou não reconhece o seu sofrimento e, muito em particular, a perda de referências, a destruição profunda da crença ou da ilusão que ela representa. O traumatismo é sentido com uma intrusão, um rombo nas estruturas interiores; e a sua onda de choque vai colonizar, pouco a pouco, toda a construção psicológica da pessoa. O crescimento interior do indivíduo vai então perdendo, pouco a pouco, todas as suas referências e se tomando "suicida" para a estrutura do ser (ao inverso do processo "alérgico", que faz com que o indivíduo raramente, para não dizer jamais, seja canceroso). Todo esse processo vai vencer, contaminando a capacidade quanto à alegria de viver e às emoções (sistema circu-

latório), que vão pouco a pouco sendo impregnadas pela memória do traumatismo e vão progressivamente dando lugar a sentimentos ou emoções que vão, por si só, "minando o terreno". Isso é inconsciente, subterrâneo e indolor até o dia em que tudo "explode" e se declara à luz do dia.

Logo, o câncer é a destruição da nossa programação interior de equilíbrio e se exprime, particularmente, através da primeira zona atingida. Muitas vezes, ele traduz remorsos, feridas, que não podemos ou não queremos cicatrizar e que estão freqüentemente associados a um sentimento de culpa. Trata-se de uma autopunição que se faz definitiva, de constatação inconsciente de fracasso diante da sua vida ou das suas escolhas de vida. O que deixei de alcançar' por que estou me punindo, do que estou me reprovando tão profundamente?

De qualquer maneira, estamos aí diante do último grito lançado pelo Mestre Interior, pois todos os outros falharam ou foram sufocados.

***A deficiência física ou mental**

A questão da deficiência é muito grave para ser "resolvida" em algumas linhas, mas acredito que é importante procurar lhe dar um sentido. Mesmo se isso não aliviar em nada as dificuldades, os sofrimentos e os problemas que ela traz, ao menos pode nos ajudar - estejamos inválidos ou não - a deixar de vivê-la como uma fatalidade ou uma injustiça do destino, para vivê-la, acima de tudo, como um desafio, talvez excessivo, louco, doloroso ou injusto, pois que se trata de um desafio.

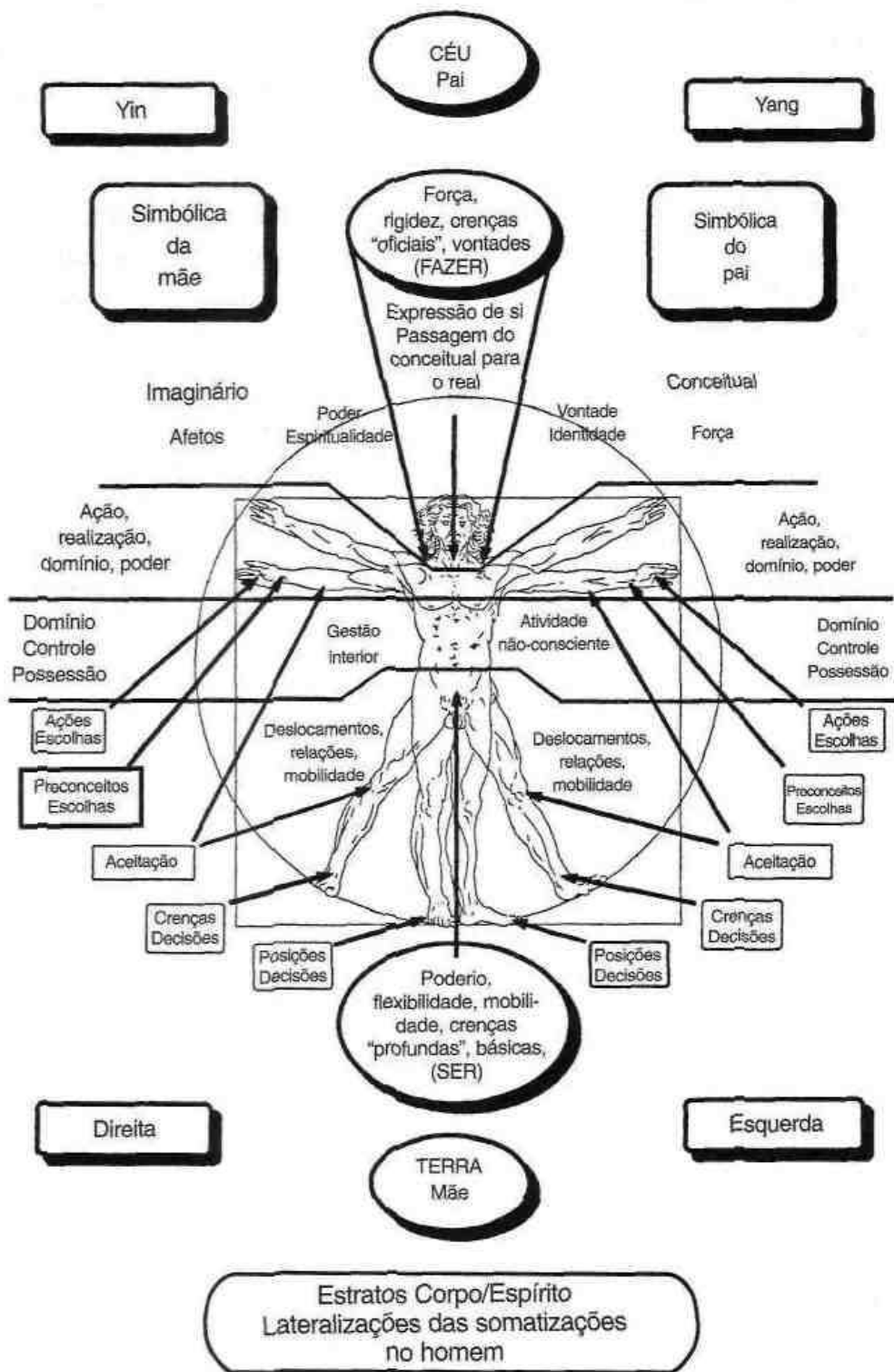
A deficiência se inscreve no eixo das escolhas da encarnação. Dentre os "constrangimentos" estruturais que escolhemos para realizar o nosso Caminho da Vida, a nossa Lenda Pessoal, às vezes alguns são duros ou desagradáveis. Podemos nascer num país, numa família, numa cultura ou numa época que vão se revelar "fáceis ou difíceis", segundo as necessidades de experimentação que tivermos. O nascimento num corpo inválido ou a fabricação acidental dessa deficiência fazem parte dessa dinâmica de escolhas da encarnação.

Porém, faço questão de voltar mais uma vez e com firmeza ao sentido que deve ser dado a tudo isso. A vida não é punitiva e fico.

escandalizado com esses escritos, ou com essas idéias, que dizem que viemos pagar pelos nossos erros (ver seção sobre o Céu Anterior e o Não-Consciente). A deficiência não é uma punição mas um obstáculo, e o sentido das palavras é primordial, pois, num caso (punição), significam que nós não somos "bons", e, no outro, que nós somos "fortes". Pois a quem é que oferecemos um obstáculo durante as corridas? Àqueles que são manifestadamente mais fortes! A vida não é viciosa nem perversa, ela presenteia a todos segundo as suas capacidades, e se ela nos confia tarefas árduas é porque sabe que somos capazes (mas também temos necessidade) de superá-las. Ela nos submete às provas para então nos levar a vencê-las, sabendo sempre dosá-las, porém, em função das nossas capacidades. E quando digo a vida, eu penso "nós", pois somos nós que escolhemos esse obstáculo no nosso Céu Anterior ou no nosso Não-Consciente.

Logo, as deficiências de nascença são memórias cármicas, vindas do Céu Anterior, enquanto as deficiências acidentais são escolhas do Não-Consciente. Mas são sempre provas de vida "escolhidas" por seres poderosos, fortes; cuja busca é aquela de um uso "obrigatório" dessa força para a paz, a aceitação e ao amor pela vida, pela sua vida, mesmo naquilo em que ela nos parece mais "feia". Isso talvez nos faça compreender o mal-estar muitas vezes presente no olhar das "pessoas saudáveis" em relação aos deficientes, sobretudo as "pessoas saudáveis" que reclamam o tempo todo da própria vida.

Dentre as lições que a vida me ensinou, há uma gravada para sempre dentro de mim. Um dia, eu andava pela rua, numa época em que enfrentava dificuldades benignas que havia, porém, deixado que me invadissem. Uma emoção fulgurante tomou conta de mim pois essa menina, de uns 8 ou 9 anos, era negra (as minhas idéias eram negativas, logo negras) e portadora de deficiência nas duas pernas (e os meus problemas eram de ordem relacional). Ela andava com as muletas se apoiando sobre as duas pernas articuladas e a imagem que me passava, apesar de ela ter todas as razões para duvidar da beleza da vida, era radiante de vida, de alegria de viver e de luz. Foi um tapa na cara, uma lição quando, de súbito, compreendi e decodifiquei a Linguagem da Vida e a sua mensagem. Mas quem era eu para ousar me lamentar da vida, da



minha própria vida? É uma lição que os deficientes vivem nos ensinando. Recebo regularmente o catálogo dos trabalhos de um grupo de deficientes que "pintam usando a boca e os pés", pois não têm braços e, às vezes, nem mesmo pernas. Ora, todas as pinturas ou objetos fabricados por eles carregam sempre vida, simplicidade, amor e esperança.

Logo, as deficiências são escolhas de encarnação a serem superadas por aqueles que fizeram essas escolhas, mas elas também surgem para que todos nós, que somos "saudáveis", possamos crescer. Elas estão destinadas a nos ensinar o amor, a tolerância, a aceitação e a humildade...

Vamos resumir num esquema sinóptico as interações corpo/espírito. Você vai poder encontrar todos os grandes eixos simbólicos das diferentes partes do corpo humano e ter, assim, um meio simples de encontrar os males (palavras?) da alma. Vou concluir me apoiando no seguinte provérbio chinês: "Quando caímos, não é o pé que está errado."

"Até que o hoje vire amanhã. não saberemos dos benefícios do presente."

Provérbio chinês

CONCLUSÃO

A conclusão que gostaria de dar a essa obra é sobretudo uma introdução. O meu desejo mais profundo é que este livro seja, para cada leitor, uma introdução à vida e à confiança nesta vida, através do olhar diferente da minha proposta. Constatar, ao mesmo tempo, que alguma coisa nos fala através do nosso corpo e que nada pertence ao acaso, pode nos amedrontar ou nos fazer acreditar na fatalidade. Na verdade, é o inverso, e nós devemos compreender, como diz Paulo Coelho, que "se o Céu nos dá o conhecimento do amanhã, é para que ele seja mudado". Se a vida se comunica intensamente conosco e exprime, através do nosso corpo, o que vai mal, também é para que possamos mudar.

Toda evolução do ser começa por uma tomada de consciência do que ele é e do que ele faz. Essa fase, fundamental e necessária, pode ser iniciada pela compreensão das mensagens vindas do Mestre ou Guia Interior. No entanto, ela não é suficiente por si só. Na realidade, seria simplista reduzir o próprio sofrimento ou o de uma outra pessoa dizendo: "é por esta ou aquela razão e é porque ele escolheu viver assim". Seria estúpido e isso fatalizaria negativamente o plano consciente dos indivíduos, tornando-os incapazes

de trabalhar pelas mudanças das suas memórias profundas e inconscientes. A responsabilidade total de cada um perante as suas escolhas de encarnação e de vida não autoriza comentário algum. A conformidade com a "lei da Vida" não deve ser julgada por ninguém, pois ninguém conhece as circunstâncias. Se cada um tomar conta do que é seu, o mundo estará bem. O monge taoísta Mong Tseu dizia com frequência: "O grande defeito dos homens é abandonar os próprios campos para ir retirar o joio no dos outros." Essa frase contém duas idéias: a primeira corresponde à "visão de que é sempre mais fácil enxergar os problemas dos outros", e a segunda que é aquela do erro, que consiste em querer mudar os outros ou então fazer as coisas por eles "pensando que está ajudando". A nossa prioridade é nos encarregar da vida que nos foi confiada. Se pudermos conduzi-la bem, a nossa luz pode se expandir e mudar o mundo.

A tomada de consciência também não é o suficiente para fazer com que os males do corpo desapareçam miraculosamente quando cremos ter compreendido as palavras da alma. Ela deve sempre ser seguida de um trabalho em cima do despertar da consciência, de uma iniciativa de reflexão profunda e sincera diante dos nossos comportamentos e posições em relação à vida. Poderemos então somente pressupor as mudanças necessárias e, às vezes, dolorosas a fim de liberar as energias "mal" densificadas em nós e que nos fazem sofrer. Ainda é preciso aceitar as mensagens enviadas e o que elas significam, evitando a possível confusão entre "ser capaz de escutar o que você mesmo e o seu corpo dizem" e "se escutar" .

Se escutar consiste em buscar os gritos do corpo e em apiedar-se deles, fazendo do sofrimento e da tensão que os acompanham uma maneira de viver dando a impressão de existir. Essa utilização perversa da dor e do sofrimento, um sinal da falta de afeição e de uma busca de reconhecimento infantil, permite que possamos nos queixar e que os outros se responsabilizem por nós. Não temos então interesse algum em que essa situação mude...

Ser capaz de escutar o que você mesmo e o seu corpo dizem é estar pronto para receber as mensagens do seu Mestre ou Guia Interior para mudar e fazer o que for necessário para "crescer". O resultado dessa iniciativa é o inverso da anterior. A tensão e o

sofrimento ocuparão cada vez menos espaço na nossa vida. Teremos cada vez menos necessidade de falar sobre nós mesmos, pois estaremos em melhores condições para nos comunicarmos conosco. As nossas trocas com o exterior, menos dependentes em razão das evacuações das tensões, do estresse ou das emoções, se tomarão cada vez mais enriquecedoras e portadoras da "verdade".

O caminho, às vezes, é longo antes que possamos desencadear o processo de liberação que reverte tudo dentro de nós e pode nos levar à "cura". Muitas vezes, os outros (amigos, médicos, psicólogos, terapeutas, guias espirituais) podem nos ajudar e mesmo, às vezes, tratar de nós. Nós somos, por outro lado, os únicos capazes de nos curar. Essa cura pode ser simples e rápida, se o sintoma for benigno, e mais difícil, se a doença for profunda, até mesmo vista como incurável. Mas depende sempre da nossa decisão profunda de sarar ou não. Essa decisão, tomada fora de toda vontade consciente, pertence a cada um de nós e não pode ser avaliada ou compreendida através de critérios humanos ou emocionais. Se acreditarmos sinceramente que somos capazes de conseguir, isso será de grande ajuda para o nosso trabalho de liberação. O último elemento, enfim, é alguma coisa de indefinível, aconchegada bem no fundo de nós e cujo poderio se revela muitas vezes porque ela faz todos os dias um milagre: a Vida...

Para meditar, e guardar consigo como uma abertura, um farol, que ilumina o Caminho às vezes repleto de solavancos da Vida, e boa viagem em direção à sua Lenda Pessoal...



<http://groups.google.com.br/group/digitalsource>

[http://groups.google.com/group/Viciados em Livros](http://groups.google.com/group/Viciados_em_Livros)