



Revista Brasileira de MEDICINA CHINESA

巴西中医杂志

Volume VII Nº 21

Distribuição Gratuita

Ação do Qi Gong nos Canais

**O Estudo da Variabilidade da
Frequência Cardíaca na prática
da Acupuntura**

**Fórmula Chinesa e Ervas
Brasileiras, uma possível adaptação**

**Cinco Elementos ou Movimentos –
uma definição necessária**

**Aumento do Rendimento de
Praticantes de Kung Fu Garra
de Água através da Acupuntura**

**Zi Wu Liu Zhum,
Fluxo e Refluxo**

**Corpo Vital em Laozi e na
Metacorporeidade**

**O Método do Equilíbrio -
Acupuntura 1, 2, 3**

**Abordagem da Medicina Chinesa na
Estagnação do Qi do Fígado em
relação à Fisiologia da Mulher**

**Resumos Científicos
Internacionais**



Uma publicação a serviço da Medicina Chinesa
em nosso país

Bioaccus®



... pode converter-se em médico de família!
J JOK
PARA TODOS
Park Jae Woo

A mais completa linha de produtos para terapias



Livros e mapas terapêuticos



Vídeos didáticos

**Fones: (11) 3101-9040
3104-6302
3104-7552
3111-9040**

**Fax: (11) 3101-9039
3106-1694**

- * Grande variedade em equipamentos
- * Todos os tipos de macas e cadeiras de quick massage
- * Remetemos para todo o Brasil
- * Visite o site e consulte nosso catálogo
- * Venha conhecer nossa loja

Rua da Glória, 182 - 3o Andar - Liberdade - São Paulo (SP)

www.bioaccus.com.br

Visite-nos agora mesmo, é só clicar aqui: <http://www.bioaccus.com.br>

Corpo Editorial

Editor Chefe

Dr. Reginaldo de Carvalho Silva Filho, Fisioterapeuta; Acupunturista; Praticante de Medicina Chinesa

Editor Executivo

Dr. Cassiano Mitsuo Takayasu, Fisioterapeuta; Acupunturista; Praticante de Medicina Chinesa

Editor Científico

Dr. Rafael Vercelino, PhD, Fisioterapeuta; Acupunturista

Coordenação Editorial

Gilberto Antonio Silva, Acupunturista; Jornalista (Mtb 37.814)

Revisão

Adilson Lorente, Acupunturista; Jornalista

Comitê Científico

Dr. Mário Bernardo Filho, PhD (Fisioterapia e Biomedicina)

Dra. Ana Paula Urdiales Garcia, MSc (Fisioterapia)

Dra. Francine de Oliveira Fischer Sgrott, MSc. (Fisioterapia)

Dra. Margarete Hamamura, PhD (Biomedicina)

Dra. Márcia Valéria Rizzo Scognamillo, MSc. (Veterinária)

Dra. Paula Sader Teixeira, MSc. (Veterinária)

Dra. Luisa Regina Pericolo Erwig, MSc. (Psicologia)

Dra. Aline Saltão Barão, MSc (Biomedicina)

Assessores Nacionais

Dr. Antonio Augusto Cunha

Daniel Luz

Dr. Gutembergue Livramento

Marcelo Fábian Oliva

Silvia Ferreira

Dr. Woosen Ur

Assessores Internacionais

Philippe Sionneau, França

Arnaud Versluys, PhD, MD (China), LAc, Estados Unidos

Peter Deadman, Inglaterra

Juan Pablo Moltó Ripoll, Espanha

Richard Goodman, Taiwan (China)

Junji Mizutani, Japão

Jason Blalack, Estados Unidos

Gerd Ohmstede, Alemanha

Marcelo Kozusnik, Argentina

Carlos Nogueira Pérez, Espanha

As opiniões emitidas em matérias assinadas são de responsabilidade de seus autores e não representam, necessariamente, a opinião da publicação.

CONTATOS

Envio de artigos:

editor@medicinachinesabrasil.com.br

Notícias 06

Ação do Qi Gong nos Canais 10

O Estudo da Variabilidade da Frequência Cardíaca na prática da Acupuntura 13

Fórmula Chinesa e Ervas Brasileiras, uma possível adaptação 16

Cinco Elementos ou Movimentos – uma definição necessária 18

Zi Wu Liu Zhum, Fluxo e Refluxo 23

Corpo Vital em Laozi e na Metacorporeidade 26

O Método do Equilíbrio - Acupuntura 1, 2, 3 31

Abordagem da Medicina Chinesa na Estagnação do Qi do Fígado em relação à Fisiologia da Mulher 34

Resumos Científicos Internacionais 38

Aumento do Rendimento de Praticantes de Kung Fu

Garra de Água 41



18



06



23



16

Erguendo Pontes

Estamos no sétimo ano de nossa revista, agora rebatizada como Revista Brasileira de Medicina Chinesa. Neste longo percurso vimos muitas coisas mudarem na Medicina Chinesa em nosso país e pudemos ser portadores de muito conhecimento transmitido a nossos leitores. Naquele distante ano de 2011, quando convidado a participar desta empreitada, eu não imaginava que seria possível fazer tanta diferença no mundo da Medicina Chinesa em nosso país e além, pois nossa publicação hoje atinge a América Latina, Portugal e outros países de língua portuguesa.

Vi o nível dos artigos aumentando, pesquisas científicas aparecendo em nossas páginas e calando aqueles que insistem em desmerecer a Medicina Chinesa por ser “exótica”. Vi autores desconhecidos aparecendo com um conhecimento incrível e várias participações de personalidades internacionais de destaque em nosso meio. Grande parte desse mérito cabe ao nosso Editor-Chefe, Dr. Reginaldo de Carvalho Silva Filho, que consegue erguer pontes impensáveis e abordar pesquisadores e autores do mais alto nível para que apareçam em nossas páginas e ajudem a expandir as informações dos Acupuntores e especialistas brasileiros em Medicina Chinesa.

Nesta edição você vai poder conhecer uma nova ponte estabelecida entre o Brasil e a China: o convênio entre a Faculdade de Tecnologia Ebramec e a prestigiada Universidade de Medicina Chinesa de Shanghai, uma das maiores e mais importantes instituições do mundo em ensino e pesquisa nessa área. Esse convênio vai proporcionar não apenas a possibilidade de profissionais brasileiros estudarem na China como também contemplará a vinda de professores chineses do mais alto gabarito para atender e ensinar aqui. Esse tipo de iniciativa só pode conferir um novo salto na qualidade de nossos profissionais e ajudar a sedimentar a Medicina Chinesa como técnica efetiva e, esperamos, popular de tratamento. Nossa revista estará acompanhando tudo de muito perto e trazendo até você as melhores informações.

E nossa missão prossegue. Temos vários artigos interessantes nesta edição, incluindo dois sobre filosofia chinesa e um sobre fitoterapia chinesa com plantas brasileiras, algo inestimável para nosso país.

Boa leitura.

Gilberto Antônio Silva
Coordenador Editorial



- Recepção;
- Laboratórios Multiuso;
- Laboratório de Fitoterapia e Dietoterapia;
- Sala de Informática;
- Biblioteca com mais de 2.500 Livros;
- Banheiros com Acessibilidade;
- Cafeteria;
- Salas temáticas (Artes Corporais, Massagem,...);
- Salas de Atendimento Privativo;
- 16 Salas de Aulas;
- Auditório I;
- Auditório II;
- Sala EAD (Ensino à Distância);
- Ambulatórios de Acupuntura, Acupuntura Estética e Massoterapia Chinesa (Tui Ná);
- Laboratório de Anatomia.



www.ebramec.com.br

Telefone: (11) 2662-1713 Whatsapp: (11) 97504-9170

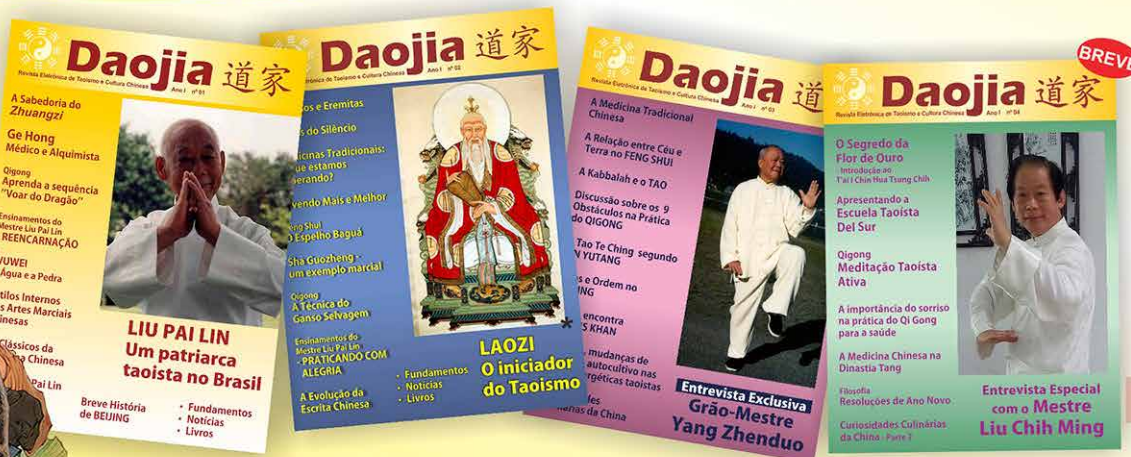
Rua Visconde de Parnaíba, 2727 - Bresser-Moooca - (Próximo ao Metrô Bresser-Moooca)

A primeira revista do Brasil sobre Taoismo e suas técnicas

Daojia 道家

NOVO SITE OFICIAL

- * Filosofia taoista
- * Metafísica chinesa
- * Espiritualidade
- * Acupuntura
- * Medicina Chinesa
- * Feng Shui
- * Qigong
- * Tai Chi Chuan
- * I Ching
- * História e cultura da China



Baixe gratuitamente todas as edições, leia e compartilhe!

A cada três meses uma edição digital inédita e gratuita.

<http://revista.taoismo.org>

Faculdade EBAMEC e Universidade de Medicina Chinesa de ShangHai Estabelecem Parceria

A Parceria

Mais um importante marco para Faculdade EBAMEC. Mais um importante marco para a promoção da Medicina Chinesa no Brasil.

No dia 15 de Março de 2017 nosso Diretor Geral, Dr. Reginaldo Filho, visitou a Universidade de Medicina Chinesa de ShangHai (上海中医药大学) e foi especialmente recebido pela Prof. Dra. Yan Xiao Tian (闫晓天) Diretora da Faculdade Internacional (国际教育学院) e Lu Jing Bo (陆静波) Vice-diretor e responsável pelos programas de curta duração da Faculdade Internacional.

Este encontro é resultado de meses de conversas e negociações para culminar na discussão final realizada na sede da Faculdade Internacional e assinatura do Convênio de Cooperação Educacional e Institucional entre a Faculdade EBAMEC e a Universidade de Medicina Chinesa de ShangHai, assinado respectivamente pelo Dr. Reginaldo Filho e a Prof. Dra. Yan Xiao Tian.

A Universidade de Medicina Chinesa de ShangHai (SHUTCM) foi fundada no ano de 1956, tendo sido considerada como uma das 4 universidades chave pelo governo da China para a implantação e promoção da Medicina Chinesa. Em 1985, foi fundada a Academia de Medicina Tradicional Chinesa de ShangHai, que atualmente é mantida e regulada pela Universidade.

Desde a sua fundação, SHUTCM tem sido o lar de numerosos ex-alunos, que foram capacitados pela sua educação e desenvolveram uma grande carreira. Alguns deles são profissionais muito respeitados nacional e internacionalmente, alguns deles são pesquisadores distintos e alguns deles estão trabalhando em serviços comunitários de saúde. Graças à definição da característica de educação “herança é a raiz e inovação é a alma”, a Universidade tem conseguido grandes avanços e alcances em educação e pesquisa ao longo dos últimos anos. Atualmente, a Universidade oferece programas de doutorado em todas as disciplinas médicas chinesas.

Este importante acordo tem por objetivo geral a formalização de uma relação de cooperação mútua entre as duas importantes instituições tendo por base, inicialmente, programas de treinamento de curta duração entre a Faculdade EBAMEC e SHUTCM, a fim de melhorar a qualidade dos profissionais da Medicina Chinesa no Brasil e reforçar e melhorar a troca de informações relacionada com cultura da Medicina Chinesa entre o Brasil e a China.

De acordo com a cooperação assinada no dia 15 de Março de 2017 fica expressamente descrito que o Dr. Reginaldo Filho está autorizado a recrutar estudantes internacionais para SHUTCM no Brasil, a fim de promover a Medicina Chinesa.

Dentre as ações propostas e acordadas no convênio de cooperação, destaca-se a possibilidade de alunos e praticantes brasileiros e estrangeiros ligados à Facul-



Cumprimentos oficiais após assinatura do acordo de cooperação

dade EBAMEC participarem de treinamentos avançados e de aprofundamento profissional realizados na Universidade de Medicina Chinesa de ShangHai, assim como seus hospitais afiliados. Além disso o convênio também estabelece as bases para a visita de professores e doutores de ShangHai no Brasil para treinamentos especiais e atendimentos da população, sempre com busca no aprofundamento técnico, teórico e clínico dos alunos e profissionais.

O Hospital

O Hospital ShuGuang, afiliado à Universidade de Medicina Chinesa de ShangHai é composto por duas partes. O ramo do centro de 2 hectares está localizado na 185 Pu'an Road, adjacente ao HuaihaiPark. A filial Pudong de 11 hectares (investimento de até 0,6 bilhões de RMB) está localizado na 528 Zhangheng Road. Em 2001, o Shuguang Hospital Group foi fundado. Atualmente, o Grupo tem mais de 10 organizações. Em 2008, o Hospital foi nomeado pela Administração Estatal de Medicina Chinesa como uma Base Internacional de Intercâmbio e Cooperação.

Nosso Diretor em conjunto com os participantes do workshop especial do ISO/TC249 foram recebidos diretamente pelo presidente do Hospital, Sr. Zhou Hua, que apresentou alguns





ShuGuang Hospital

dados muito interessantes, como por exemplo a realização de 3.000.000 de atendimentos por ano, 54.000 internações, além de 33.000 cirurgias anuais.

A Medicina Chinesa é vivenciada ao máximo com diversos departamentos e especialidades tradicionais, permitindo uma ampla atenção à população com os diferentes recursos, métodos e técnicas dos ramos da Medicina Chinesa, incluindo departamento especial de atenção integrada com Acupuntura e Moxabustão, além dos demais recursos deste importante ramo da Medicina Chinesa.

Além dos atendimentos, o Hospital ShuGuang também possui uma importante função educacional e de formação profissional, de modo que oferece treinamento clínico de alto nível para mais de 1.000 estudantes de graduação e pós-graduação (Mestrado e Doutorado) anualmente. Atualmente, o complexo hospitalar é composto por 17 departamentos de Educação e Pesquisa, 5 programas de Doutorado, 10 programas de Mestrado e 3 áreas especiais de pesquisa Pós-Doutorado, mantendo em sua estrutura 41 supervisores de doutorado e 195 tutores para

programas de mestrado.

O Hospital possui um importante foco também em pesquisa clínica e experimental, tendo inclusive uma área dedicada à promoção dos conhecimentos através da difusão de artigos em língua inglesa.

Nosso Diretor também visitou e pode acompanhar a atuação dos profissionais da Farmácia de Fitoterapia Chinesa do hospital que abastece os pacientes com os fitoterápicos essenciais para os tratamentos prescritos e indicados pelos profissionais do hospital. Nesta farmácia, as substâncias da fitoterapia chinesa são armazenadas já previamente em sacos plásticos com dosagens pré-determinadas (como 5, 10 ou 15 gramas, por exemplo), o que facilita muito a separação das substâncias para o agrupamento nas fórmulas que são prescritas.

Na Farmácia há também um setor dedicado aos extratos secos granulados, que estão crescendo muito em uso na China e no mundo, onde as mesmas fórmulas prescritas podem ser levadas para casa na forma instantânea dos grânulos. Vale ressaltar que a Farmácia possui um equipamento todo automatizado para a separação e combinação dos grânulos, facilitando o trabalho dos funcionários.

Além destas duas formas iniciais, ervas a serem preparadas e extratos granulados, a Farmácia também mantém algumas substâncias já em pó para a aplicação específica em algumas condições, e também a possibilidade de já levar as formulações em decocções finalizadas em sacos individuais para simples aquecimento e ingestão do paciente.

O Museu

Na manhã do dia 18 de março de 2017, nosso Diretor Geral, Dr. Reginaldo Filho, representando a Faculdade EBRAMEC no workshop internacional do ISO/TC249, teve a grande oportunidade de visitar, em conjunto com os demais participantes do workshop, o Museu de Medicina Chinesa de ShangHai que desde maio de 1998 é afiliado à Universidade de Medicina Chinesa de ShangHai e à Associação Médica Chinesa.

Nosso Diretor participou de um tour guiado por um especialista onde pode observar parte de grande coleção de materiais, artefatos, relíquias e substâncias que são mantidas pelo Museu, que mantém uma impressionante coleção de mais de 15.000 artefatos culturais da Medicina Chinesa desde o período da Idade da Pedra até os dias atuais. Através de mais de 1.000 artefatos que ficam em exibição permanente, o Museu de Medicina



Visita à Farmácia de Fitoterapia Chinesa do Hospital com as ervas em doses individuais

Chinesa de ShangHai pode oferecer uma interessante e ampla visão sobre fatos importantes da história e principais realizações da Medicina Chinesa nos últimos 5.000 anos.

O Museu de Medicina Chinesa de ShangHai é constituído por três partes: o museu de história médica da Universidade de Medicina Chinesa de ShangHai / Associação Médica Chinesa, a sala de espécimes da Matéria Médica Chinesa e a sala de exposições da história da Universidade.



Imagem panorâmica externa do Museu

A sala de espécimes da Matéria Médica Chinesa do Museu apresenta uma exibição permanente com mais de 1.300 amostras de matéria médica chinesa, juntamente com informações sobre sua aparência e funções, em diferentes apresentações

para que os visitantes possam ter um contato maior e mais próximo com as diferentes substâncias que são aplicadas na prática clínica.

Com uma área de exposição de aproximadamente 4.000 metros quadrados, o Museu tornou-se um centro multidimensional, que envolve a educação científica na nova área de Pudong, em ShangHai e em toda a China, promovendo a cultura da Medicina Chinesa, experimentando um pouco da cultura chinesa. Além disso, é importante destacar que o Museu foi listado como um ponto nacional de visitação nível AAA.

Dr. Reginaldo pode atestar que, de fato, uma visita ao Museu de Medicina Chinesa de ShangHai é uma verdadeira viagem de descoberta que pode levar através da vasta e profunda história da Medicina Chinesa desde seu início até a prosperidade. Além disso Dr. Reginaldo destacou algo que o museu permite experimentar, que está descrito no site oficial do Museu e que também é o lema da Faculdade EBRAMEC, Tradição e Modernidade.

A Faculdade EBRAMEC se destaca no estabelecimento de parcerias, verdadeiras pontes de comunicação, entre renomadas instituições internacionais, com destaque para as principais Universidade de Medicina Chinesa na China e os alunos, professores, profissionais e pacientes do Brasil e também das Américas através da iniciativa estabelecida no início de 2017 com a EMECLA (Escuela de Medicina China de Las Américas).



Coordenação de Relações Públicas da Faculdade EBRAMEC

Notícias

Workshop Internacional de Padronização em Medicina Tradicional Chinesa

Nosso Diretor Geral, Dr. Reginaldo Filho, esteve entre os dias 15 e 19 de Março em ShangHai participando do Workshop Internacional de Padronização em Medicina Tradicional Chinesa a convite direto da ISSO e das Federações Mundiais de Acupuntura (WFAS) e de Medicina Chinesa (WFCMS).

ISO é a sigla de International Organization for Standardization, ou Organização Internacional para Padronização, em português. A ISO é uma entidade de padronização e normatização, e foi criada em Genebra, na Suíça, em 1947.

A ISO tem como objetivo principal aprovar normas internacionais em todos os campos técnicos, como normas técnicas, classificações de países, normas de procedimentos e processos, e etc. No Brasil, a ISO é representada pela ABNT (Associação Brasileira de Normas Técnicas).

O Workshop contou com a participação de apenas 16 experts internacionais de 11 países diferentes, além dos convidados especiais da China. E teve como foco o treinamento especializado sobre questões relacionadas com padronização, como a importância da padronização e os processos de padronização.



Foto durante a apresentação do Dr. Reginaldo Filho



Em específico foi abordado o tema do Comitê Técnico dedicado à Medicina Chinesa, identificado pelo código ISO/TC249, que já possui 14 Padrões Internacionais publicados e mais de 40 padrões em diferentes estágios de preparação e desenvolvimento.

O evento contou com a importantíssima participação do consultor especializado Prof. Staffan Söderberg da Suécia, que é um dos formadores ISO.

O Workshop teve início com uma apresentação do Dr. Shen Yuan Dong, vice presidente do ISO/TC249, que fez uma ampla e detalhada apresentação do comitê que ele auxilia a conduzir fazendo a ponte entre os diferentes especialistas e experts, com destaque para os chineses. O Dr. Shen ainda apresentou e discutiu a importância do processo de padronização para o desenvolvimento e constante melhora dos níveis segurança e qualidade nos serviços relacionados com a Medicina Chinesa.

Em seguida representantes de diferentes países, previamente selecionados, apresentaram uma visão sobre o desenvolvimento da Medicina Chinesa em seus respectivos países. Para o Brasil foram convidados o prof. Paulo Noletto da Faculdade INCISA e nosso Diretor Geral Dr. Reginaldo Filho, representando a Faculdade EBRA MEC.

Em seguida o prof. Staffan Söderberg apresentou em mais detalhes a ISO, sua formação, desenvolvimento e importância, assim como a grande importância das instituições nacionais de padronização (no Brasil a ABNT) perante a definição e implementação dos padrões internacionais.

No segundo dia foram apresentados temas envolvendo alguns dos padrões internacionais já finalizados e disponíveis para implementação.

O primeiro a palestrar foi o Dr. Zhou Hua, reitor da Faculdade de Medicina Chinesa da Universidade de Ciências e Tecnologia de Macau, que abordou o tema do Grupo de Trabalho dedicado ao

desenvolvimento de padronizações em relação a Matéria Médica da Medicina Chinesa. Dr. Zhou apresentou o desenvolvimento e processo da definição do padrão internacional em relação ao RenShen, como exemplo.

Em seguida uma excelente palestra foi apresentada pela Dra. Zhao Hong vice-presidente do Hospital de Acupuntura da Academia Chinesa de Ciências Médicas e membro do comitê de padronização da Federação Mundial de Acupuntura. Dra. Zhao apresentou sua atividade em relação ao Grupo de Trabalho dedicado à padronização de Acupuntura e Moxabustão, que já definiu, aprovou e publicou, por exemplo, o padrão para as agulhas esterilizadas de acupuntura.

Para finalizar, novamente o prof. Staffan Söderberg retornou para aprofundar ainda mais em relação as ações e passo para como participar do ISO/TC249 em cada um dos países que ainda não são participantes ou mesmo que ainda não possuem um comitê local relacionado com o tema da Medicina Chinesa. Outro tema muito abordado pelo prof. Staffan Söderberg foi em relação à identificação e modos de estimular a participação dos mais interessados nos possíveis padrões internacionais.

A Faculdade EBRA MEC, representada por nosso Diretor Geral, Dr. Reginaldo Filho já está em contato com a ABNT para buscar mais informações e meios para viabilizar a implementação de um comitê nacional.

A Faculdade EBRA MEC acredita que um constante diálogo e troca de informações e experiências com especialistas locais e internacionais é uma importante forma de promoção da Medicina Chinesa. O processo de padronização é algo real e que veio para ficar na Medicina Chinesa, para melhor o nível de segurança e qualidade nos serviços oferecidos à população.



Dr. Shen Yuan Dong



Dra. Zhao Hong



Ação do Qi Gong nos Canais

Paulo Minoru Minazaki Junior

Quando iniciei meu aprendizado no Shiatsu, me deparei com várias linhas que percorriam o corpo todo como se fossem avenidas que permitem ir de um local a outro. Cada linha estava ligada a um órgão que chamavam de Zang ou a uma víscera que chamavam de Fu. E cada linha ainda possuía uma cor, de acordo com o movimento que seu Zang ou Fu estavam relacionados. Aprendi a fazer a pressão com o polegar sobre parte desses caminhos, seguindo o sentido de seu fluxo. Mas foi difícil o aprendizado. A primeira coisa que pensei foi “preciso decorar onde cada caminho passa! Mas como?” Por sorte, em meio no período de aprendizado, fiz um curso com um holandês chamado Wilbert Wils, discípulo do Mestre Mantak Chia. Durante o curso de Qi Gong, Wilbert ensinou uma meditação para trabalhar os Canais de Qi, e graças a esta meditação consegui me entender com os caminhos que esses canais percorriam pelo corpo.

Essa meditação é bem simples, e quando ministro aula nos cursos de acupuntura procuro ensinar os alunos para que consigam também ter facilitado seu trabalho de conhecimento da localização dos canais, além de ampliar a sua compreensão energética. Para fazer a meditação, é necessário conhecer o ciclo do Relógio Biológico, o trajeto dos Canais de Qi e as cores correspondentes a cada canal, de acordo com os Cinco Movimentos. O praticante poderá fazer a meditação sentado ou em pé, sendo que os homens iniciarão pelo lado esquerdo e as mulheres pelo lado direito. Olhe no relógio para ver o horário, e identificar o canal que irá iniciar. Todo primeiro ponto do canal, independente de ser no tronco ou nas extremidades, visualize em vermelho. Mas com a mente, visualize o Canal de Qi na cor do seu movimento, percorrendo todo o seu trajeto, até se conectar com o canal seguinte. Quando terminar o canal do Intestino Grosso, perceba que você mudou de lado. Faça a meditação em todos os canais do lado direito se for homem ou do lado esquerdo se for mulher, até voltar ao lado inicial com o canal do Intestino Grosso (esquerdo homem e direito mulher), e termine a meditação quando chegar ao primeiro ponto do canal que iniciou o exercício. Ao realizar essa meditação, às vezes nos esquecemos de um ou outro canal. Se isso acontecer, passe para o canal seguinte. Mas ao final entenda que o esquecimento pode vir por duas causas. Ou “não sei onde fica o canal e preciso estudar”, ou existe algum bloqueio no canal, que me impediu de trabalhá-lo.

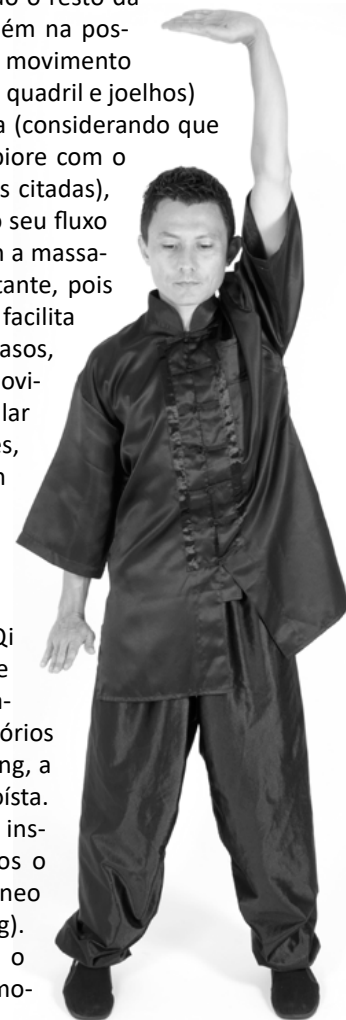
Algumas técnicas de Qi Gong que aprendi fazem um trabalho bem específico sobre os canais, o que me permitiu utilizar esses movimentos associados ao trabalho terapêutico que fazia com a massagem e posteriormente com a acupuntura, ensinando meus pacientes movimentos específicos para auxiliar no seu

tratamento. O Ba Duan Jin é uma dessas técnicas, muito estudadas, de conhecimento comum os canais trabalhados por cada movimento. É possível, por exemplo, ensinar a um paciente com qualquer questão no Movimento Terra, o movimento Separar o Céu e a Terra, pela atuação nos Canais do Baço e Estômago.

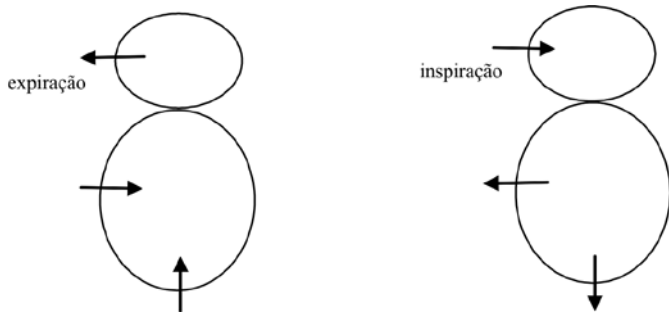
Em 2012, tive a oportunidade de estudar Qi Gong com o Mestre Gutembergue Livramento, ampliando meu conhecimento sobre o Qi Gong, tanto na parte prática quanto teórica. No início foi ensinado um conjunto de movimentos, retirados de diversas técnicas, denominado Desbloqueio Energético e Articular. Nesse trabalho fazemos diversos movimentos iniciando pelas articulações dos pés, passando por todas as articulações do corpo para liberar o fluxo do Qi dos Canais. Esse trabalho é importante como preparatório a todo o resto da prática. Mas podemos pensar também na possibilidade de realizar ao menos um movimento para as grandes articulações (ombro, quadril e joelhos) antes de colocar o paciente na maca (considerando que o mesmo não tenha uma dor que piore com o movimento ou calor nas articulações citadas), para que o mesmo tenha melhorado seu fluxo de Qi antes de iniciar o trabalho com a massagem ou agulhamento. Isso é importante, pois melhorando o fluxo do Qi nos Canais, facilita o trabalho do terapeuta. Em alguns casos, podemos propositalmente fazer um movimento excedendo a amplitude articular ou “torcendo” os membros superiores, provocando momentaneamente um bloqueio do fluxo do Qi, represando o Qi no tronco, e ao retornar desse movimento aumentar ainda mais o fluxo do Qi para onde se deseja.

Outra forma de atuação do Qi Gong nos canais é através do tipo de respiração realizada durante o trabalho. Existem dois “sistemas” respiratórios muito comuns nas práticas de Qi Gong, a Respiração Budista e a Respiração Taoísta.

“Na respiração Budista quando inspiramos (movimento Yin) enchemos o abdome (movimento Yang) e o períneo relaxa e se expande (movimento Yang). Ao expirarmos (movimento Yang), o abdome e o períneo se contraem (movimento Yin).



A respiração Budista aumenta o Qi na órbita microcós mica estimulando e alimentando os 12 canais. Ela induz um grande fluxo de Qi para a órbita e da órbita para o Zang Fu. Mestre Gutemberg Livramento diz que este método aumenta naturalmente os movimentos peristálticos do corpo e massageia os órgãos internos.



Equilíbrio entre Yin e Yang. O Qi entra na órbita Du Mai - Ren Mai

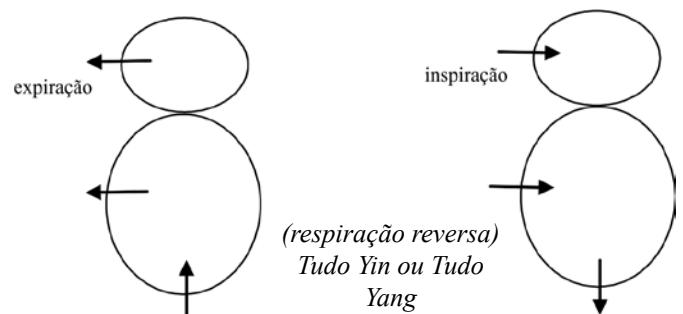
Na respiração Taoísta quando inspiramos (movimento Yin) o abdome e o períneo se contraem (movimento Yin). Ao expirarmos (movimento Yang), enchemos o abdome (movimento Yang) e o períneo relaxa e se expande (movimento Yang).

A respiração Taoísta induz o Qi que preenchem os Zang Fu a se movam até os canais Luo. O sistema Luo direciona isso para dentro ou para fora através da respiração Taoísta (respiração inversa), ou seja, tudo Yin na respiração e tudo Yang na expiração.

A respiração Taoísta permite que o Qi vá ao exterior ou ao interior através dos canais Luo. Quando o tempo de expiração é maior que o de inspiração o Qi se move para fora. Esse Qi é quente, Li. Quando o tempo de inspiração é maior que o de expiração o Qi se move para o interior. Esse Qi é frio, Kan.

Para praticar a respiração Taoísta é necessário antes nutrir os canais principais e os Zang Fu praticando bastante a respiração Budista, pois sem o desbloqueio dos canais Luo, nada acontece de bom.

Quando está sob o efeito das emoções faz-se a respiração Taoísta. Quando emoção acontece, aumenta fluxo de Qi do órgão correspondente. A raiva e a euforia (Qi quente) são direcionadas ao exterior (prevalece a expiração). O Qi vai para superfície (tendão, músculo e pele). Quando tem raiva o Qi aquece. Se esse Qi continua no canal principal, ele lesiona o Fígado. Por isso o organismo deixa esse Qi dispersar para o exterior. Na euforia se isso acontece lesiona o Coração, por isso o organismo deixa esse Qi ir para o exterior. O medo e a tristeza (Qi frio) são direcionadas ao interior (prevalece a inspiração). O Qi vai para interior e assim diminui a eficiência sistema endócrino, imunológico, músculos e tendão.



(trecho extraído do livro Coleção Artes Corporais Chinesas Volume 1: Teoria Aplicada Ao Qi Gong – EBMC – 2014)



Paulo Minoru Minazaki Junior, Acupunturista, Educador Físico e Autor de livros sobre Qi Gong. Coordenador do Departamento de Artes Corporais da Faculdade de Tecnologia EBRAMEC



Instituto Hua Tuo

de Medicina, Artes Marciais e Cultura Chinesa

Seminário Internacional de Acupuntura Ortodoxa do Mestre Tung

Com o Dr. Palden Carson, discípulo de 1ª geração

Curso reconhecido e com certificado emitido pela WTAA (World Tung Acupuncture Association)

Nível Básico - Intermediário - Avançado



Prof. Dr. Ching-Chang Tung
1916-1975

Informações:

Instituto Hua Tuo
Tel (11) 99980-8656 / 3101-0849
cursos@huatuo.com.br



Oriental

中医

Uma seleção Especial para todo bom Profissional!

Materiais e Equipamentos para Acupuntura

Acupuntura

Acupuntura Japonesa

Moxabustão

Ventosa

Gua Sha

Fitoterapia

Medicina Chinesa Cosmética

更多 东方



www.maisoriental.com.br

vendas@maisoriental.com.br



Fitoterapia Chinesa com ervas brasileiras

24 e 25 de Junho

Conteúdo resumido:

- Princípios para classificação das ervas encontradas no Brasil dentro dos padrões da Fitoterapia Chinesa (sabor, natureza, canais que atuam, órgãos internos e órgãos dos sentidos).
- Fundamentos da Fitoterapia Chinesa, técnicas específicas de preparação das formulações e método de preparo de ervas.
- Classificação e análise detalhada das principais características, funções, indicações, preparo, aplicações e precauções de substâncias nativas brasileiras em grupos padronizados.



Professor Responsável:
José Carlos Sencini Junior
 Farmacêutico,
 Fitoterapeuta, Acupunturista
 Estudioso do uso comparativo de
 substâncias chinesas e brasileiras



☎ Telefone: (11) 2662-1713 📞 Whatsapp: (11) 97504-9170

📍 Rua Visconde de Parnaíba, 2727 - Bresser-Mooça - (Próximo ao Metrô Bresser-Mooça)

O Estudo da Variabilidade da Frequência Cardíaca na prática da Acupuntura

*Dennise Pimentel Claro; Gustavo Régio Vilela da Silveira; Reginaldo Carvalho Silva-Filho
Faculdade de Tecnologia EBRAMEC - Escola Brasileira de Medicina Chinesa, São Paulo, Brasil*

A investigação do Sistema Nervoso Autônomo na prática da acupuntura vem sendo um componente de importante conhecimento pelo fato de que ambos buscam preservar as condições de equilíbrio fisiológico interno. Mediante as suas fibras nervosas, o Sistema Nervoso Autônomo (SNA) atua modulando o funcionamento dos órgãos, regularizando a musculatura lisa e glândulas sudoríparas, e especificamente no centro cardiovascular, através de liberações de hormônios, produzindo efeitos de acelerar e reduzir a frequência cardíaca.

O registro dos batimentos do coração permite quantificar a variabilidade da frequência cardíaca, ou seja, a capacidade do coração em submeter-se a mudanças do ritmo cardíaco. A mensuração da mudança dessa frequência permite o registro do ciclo da atividade elétrica do coração, sendo disponibilizada através da avaliação do traçado eletrocardiográfico, um método não invasivo e de fácil manipulação.

A modulação da função cardíaca pelo SNA mediante ao estudo da variabilidade da frequência cardíaca (VFC), permite estimar as oscilações das atividades das fibras nervosas simpáticas e parassimpáticas. Entende-se que a influência do parassimpático no centro cardiovascular causa lentificação da transmissão do impulso cardíaco, reduzindo a frequência cardíaca. E a estimulação da fibra nervosa parassimpática aumenta a força de contração de toda musculatura cardíaca, acelerando os batimentos do coração.

Índices de análise da atividade elétrica do coração são investigados na aplicação do método de avaliação da VFC, na qual permitem entender tanto as variáveis fisiológicas como as patológicas, tornando-se de extrema importância em razão de que altos índices de variabilidade da frequência cardíaca caracterizam predominância do estímulo parassimpático pela diminuição do tônus simpático, indicando assim boa adaptação fisiológica do organismo.

Em outubro do ano passado um grupo de pesquisadores da Universidade de Yonsei, na Coreia do Sul, publicou um artigo sobre a influência da Acupuntura no SNA através da mensuração da VFC. O estudo publicado na Revista *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, que apresenta indicador de qualidade de excelência nacional (B1) dos periódicos Qualis 2014, aplicou diversos métodos de estímulo no ponto Bexiga 15 (B15 – Xinshu) com o objetivo de investigar os efeitos no SNA. Tratando-se de uma pesquisa atualizada e recente, os resultados induzem ao pensamento de que além da repercussão do efeito do ponto de acupuntura selecionado, a escolha do método de estimulação é capaz de influenciar o resultado do tratamento.

O objetivo do estudo publicado foi comparar outros métodos de estimulação de pontos de acupuntura, uma vez que a literatura já relata que a acupuntura manual influencia o sistema nervoso autônomo através do aumento da atividade parassimpática e diminuição da atividade simpática. Esse efeito é descrito por

provocar sensação de relaxamento, redução do estresse e no centro cardiovascular reduziria a frequência cardíaca.

De acordo com os autores do artigo, foram selecionados cinquenta e seis voluntários homens sem história clínica de doença cardiovascular com média de idade 24 ± 2 , sendo randomizados e distribuídos em quatro grupos paralelos de acordo com o método de estímulo. Todos os participantes compareceram ao procedimento com duração total de trinta minutos, sendo que no intervalo de tempo de vinte a vinte e cinco minutos os sujeitos foram submetidos ao estímulo no ponto de acupuntura, e a coleta dos índices de VFC, calculada pelos dados das ondas eletrocardiográficas, procederam cinco minutos antes da estimulação até cinco minutos após o estímulo do ponto de acupuntura (figura 1)

Dos quatro grupos caracterizados, um deles não recebeu estímulo, e nos outros realizou-se estímulos através da acupuntura manual, do laser e de estimulação eletromagnética. A acupuntura



Figura 1. Metodologia do tratamento aplicado no artigo em discussão (Lee et al, 2016).

manual constituiu em inserção vertical com profundidade de 1cm e confirmação da sensação do DeQi, porém sem manipulação ou rotação da agulha. O aparelho de laser aplicado foi o laser diodo, de modo contínuo de onda, de comprimento 660nm e potência 50mW. E a estimulação eletromagnética pulsada de baixa frequência utilizada caracterizou-se em frequência de 2Hz com 460 gauss.

A terapia de campo eletromagnético pulsátil, denominada na língua inglesa como PEMF (Pulsed Electromagnetic Field) é uma tecnologia avançada que aplica extremas baixas frequências produzindo um campo magnético com o objetivo de tratar dores, neuropatias e doenças musculoesqueléticas, sendo capaz de ser aplicada em amplas regiões ou localizada, como os pontos de acupuntura.

Todos os métodos de estímulo da pesquisa executaram-se no ponto de acupuntura B15 (Xinshu), que é considerado um ponto eficaz no tratamento das disfunções cardíacas, como a isquemia miocárdica e as doenças coronarianas. Ademais, a localização anatômica do ponto B15, abaixo e lateralmente a quinta vértebra torácica, corresponde exatamente à inervação da fibra nervosa simpática, justificando a seleção desse ponto para a aplicação do estímulo e análise da variabilidade da frequência cardíaca.

Os efeitos encontrados na estimulação do ponto de acupuntura nos índices da VFC foram similares nas aplicações de acupuntura manual e estimulação eletromagnética pulsada, tanto nos índices que representam ação do parassimpático como do simpático. O resultado que mais despertou interesse relacionou-se a descoberta que o uso do laser no ponto de acupuntura Xinshu apresentou, nos índices de variabilidade da frequência cardíaca, efeitos opostos aos outros métodos de estimulação. Dessa maneira, a pesquisa concluiu que nos seus achados a aplicação da acupuntura manual e PEMF no ponto B15 ativa o sistema nervoso parassimpático, e o recurso laser nesse ponto específico intensifica o sistema nervoso simpático.

Compreende-se então que o recurso da análise da VFC é um instrumento que possibilita a avaliação do SNA e a interpretação adequada dos seus índices permite quantificar e aplica-lo como um marcador do sistema nervoso parassimpático e simpático, incentivando o seu uso para elaborar estratégias de prevenção e terapêuticas na prática clínica.

A justificativa dos efeitos da acupuntura manual no SNA é relatada em prévios estudos que através de exames de neuroimagem, confirmaram que a acupuntura manual deprime áreas do sistema nervoso central (áreas do córtex pré-frontal medial e área motora suplementar do córtex cerebral) na qual influencia o sistema nervoso autônomo através do aumento da atividade parassimpática. O efeito que a exposição à estimulação eletromagnética provoca ainda não está totalmente esclarecido pela literatura atual. Da mesma maneira, o resultado que o laser produz também não está completamente determinado, porém o que se sabe é que dependendo do comprimento de onda aplicado e o ponto de acupuntura empregado, provoca diferentes efeitos no SNA.

Outros pontos de acupuntura, como o PC6 (Neiguan), VC17 (Shanzhong), E36 (Zusanli), C7 (Shenmen), PC4 (Ximen), F3

(Taichong), Ba6 (Sanyinjiao) e IG11 (Quchi), todos relacionados por promover uma função importante em movimentar o Qi e o Sangue, buscando o equilíbrio Yin e Yang no tórax, como o próprio ponto de acupuntura B15, também são citados em diversos estudos relacionados à análise do sistema nervoso autônomo pela variabilidade da frequência cardíaca.

Diante disso a intenção não foi só traduzir um artigo científico, mas demonstrar que se é capaz de utilizar recursos da Medicina Ocidental para entender melhor os efeitos do tratamento pela Medicina Chinesa. Através desses dados, das pesquisas atuais e dos conceitos que já se conhece é que se faz buscar cada vez mais o aprimoramento das técnicas e dos recursos utilizados na acupuntura. A crescente prática da acupuntura vem tornando-a uma terapia integrada a alopatia, pelo principal motivo de influenciar de modo benéfico na saúde. Portanto agregar conhecimento, baseado em evidências científicas, só nos conduz a práticas de ações seguras e eficaz favorecendo o sucesso do tratamento.

Referências Bibliográficas

McArdle WD, Katch FI, Katch VL. Fisiologia do Exercício - Energia, Nutrição e Desempenho Humano. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S.A., 2003, 1113p.

CLARO DP. Efeitos da Acupuntura na Variabilidade da Frequência Cardíaca nas Doenças Cardiovasculares. São Paulo, 2016 [Trabalho de Conclusão de Curso – Escola Brasileira de Medicina Chinesa].

Takamoto K, Urakawa S, Sakai K, Ono T, Nishijo H. Effects of acupuncture needling with specific sensation on cerebral hemodynamics and autonomic nervous activity in humans. International Review of Neurobiology 2013; 111: 25-48.

Lee NR, Kim SB, Heo H, Lee YH. Comparison of the Effects of Manual Acupuncture, Laser Acupuncture, and Eletromagnetic Field Stimulation at Acupuncture Point BL15 on Heart Rate Variability. Journal of Acupuncture and Meridian Studies 2016; 9 (5): 257-263.



Conheça o Taoismo aplicado ao dia a dia

Disponível em
impresso e ebook

Mais um livro do Prof. Gilberto Antônio Silva
para ampliar sua consciência

Reflexões Taoistas

Esta obra traz reflexões do autor sobre vários assuntos da vida humana, sempre sob a ótica do Taoismo. São 36 textos INÉDITOS com duas páginas em média. Uma leitura leve e dinâmica que pode ser feita de modo aleatório.

“As ideias de causa e consequência e de ordem linear não são tão fortes no Taoismo, o que lhe dá liberdade de criar sua própria forma de fazer as coisas como ler este livro. O importante é que essa leitura lhe faça sentido, fale com seu interior, e leve a reflexões mais profundas.”

- A Folha que Cai
- A Labuta da Espiritualidade
- Iluminação é Perda
- Crise e Mudança
- Vazio
- Os Três Tesouros do Tao
- Onde Mora a Sabedoria
- Mestre Para Quê?
- Nossos Limites
- Dois Caminhos
- A Força da Vida
- Tapete de Flores
- O Som do Silêncio
- Somos todos iguais
- Um Reflexo no Espelho e muito mais!

«O vazio em nós precede a obtenção do Tao. É a meditação e a harmonização com o Todo que nos leva à compreensão dessa realidade última. Quando nos afastamos de nossas noções de preenchimento nos deparamos com um grande vazio, uma realidade muito maior.»

Reflexões Taoistas - Texto «Vazio»

Lançamento

Reflexões Taoistas

Gilberto Antônio Silva

Para mais informações em como adquirir esta e outras obras do autor, visite nosso site.

www.laoshan.com.br



VI Congresso Brasileiro de Medicina Chinesa

- Palestrantes Nacionais e Internacionais
- 12 Minicursos Pré Congresso
- 40 Palestras no Congresso
- Temas Variados
- Apresentação de Pesquisas

28 à 30

de Abril de 2017



Palestrantes



Reginaldo Filho



Rafael Vieira



Zhao Juan



Ana Paula



Alan Senegalia



Mayra Lessa



Luci Hayashi



Marcos Yau



Kent Vasquez



Henrique Morais



Gustavo Régio



Sergio Enrique



Fernanda Catarucci



Fabiana Conte



Chiu Yi Chih



Paulo Minoru



Ricardo Paulo



Otávio Stefanelli



Thieska



Marcia Cantero



José Sencini



Luciano Freitas



Fang Liu



Regina Machado



Viviane Morgero



Marcio Dias



Song Un Kin



Wasti Aloise



Roberto Corrêa



Hirashi Kaneshiro



Pablo Zapata



Alberto Bertoli



Emile Gravalos



Sylas Mota



Fabio Igrissis



Lidia Cunha



Daniel Netto



Cintia Sugahara



Paulo Jyo



Gilberto Antonio



Rua Visconde de Parnaíba, 2727- Bresser-Mooça

Telefone: (11) 26621713



Whatsapp: (11) 97504-9170

Fórmula Chinesa e Ervas Brasileiras, uma possível adaptação

José Carlos Sencini Junior

Se analisarmos a fitoterapia chinesa em comparação com a fitoterapia realizada aqui no ocidente, que tem um enfoque científico (e, portanto iremos chama lá aqui nesse artigo de fitoterapia científica), é possível perceber uma série de diferenças entre elas. Ambas têm seus benefícios e de forma geral podemos dizer que a fitoterapia científica se adéqua mais de certa forma ao nosso mundo, pois as informações que ela traz consigo são muito importantes, como por exemplo, os efeitos colaterais e as interações medicamentosas que ocorrem com diversas outras substancias ou medicamentos que temos contato no nosso dia a dia. Porém o modelo da Medicina Chinesa de fitoterapia é clinicamente mais eficaz por diversos motivos, e talvez o motivo mais importante seja a utilização de fórmulas que atuam em um único problema por diversas vias. Não que na fitoterapia científica não existam fórmulas, mas essas muitas vezes são somente uma junção de plantas que possuem um efeito similar. Na Medicina Chinesa, incluindo a fitoterapia, observamos uma visão ampla e conectada do corpo, onde um único problema pode ser causado por alguns fatores. Dessa forma na hora de elaborar uma prescrição fitoterápica para o paciente, todos esses fatores são avaliados e tratados mutuamente (na maior parte das vezes), o que contribui para um resultado clínico melhor. Na fitoterapia científica, fórmulas são criadas também, incluindo com a visão integral do corpo humano, porém parece faltar um pouco de pratica ou entendimento das ligações entre órgãos e compostos fitoterápicos. Essa falta de pratica foi solucionada pela Medicina Chinesa em sua longa história milenar que foi registrada permitindo uma continua evolução das áreas que abrangem toda a Medicina Chinesa.

Ao analisarmos as fórmulas chinesas percebemos um profundo conhecimento do funcionamento do organismo, das funções de cada fármaco isoladamente, assim como as funções adquiridas quando associados dois ou mais fármacos.

Para exemplificar podemos analisar uma fórmula chinesa como a Fù Zǐ Tāng:

Nome em Pin Yin	Quantidade	Nome farmacêutico
Fù zǐ	2 pedaços	<i>Radix Aconiti Lateralis Praeparata</i>
Fú líng	3 liang	<i>Poria</i>
Rén shēn	2 liang	<i>Radix Ginseng</i>
Bái zhú	4 liang	<i>Rhizoma Atractylodia Macrocephalae</i>
Sháo yào	3 liang	<i>Radix Paeoniae</i>

Essa fórmula é utilizada para tratar um paciente que apresenta deficiência extrema de Yang em seu interior, normalmente utilizada para tratar padrões Shao Yin.

Esse paciente apresenta muito frio em seu interior por deficiência de Yang. Mas essa deficiência muitas vezes está presente em mais de um órgão, sendo que o Baço e os Rins são os mais afetados na maioria das vezes. Essa deficiência diminui o funcionamento desses órgãos e dessa forma ocorre o acúmulo de líquidos patogênicos que deveriam ser excretados normalmente mas estão acumulando, assim como uma certa estagnação de Qi que não está circulando por falta do Yang, e pela presença de umidade que obstrui o fluxo normal do Qi. Quando o fluxo fica obstruído, consequentemente o Fígado sofre pois ele é o responsável por manter o fluxo livre do Qi.

Assim, se pensarmos de forma linear, vemos que o problema inicial é a deficiência de Yang, mas se utilizarmos somente tônicos de Yang, não teremos um resultado tão rápido e eficiente. Por isso a fórmula contém outros elementos que auxiliam na resolução das consequências dessa deficiência de Yang, o que clinicamente torna a fórmula mais eficaz.

Se analisarmos a fórmula, vemos o Fù zǐ que possui sabores picante e doce, com natureza quente, e sua função é aquecer o interior e resgatar o Yang. Ele tem o papel principal da fórmula, de recuperar o Yang devastado.

Temos o Fú líng de sabor doce e natureza neutra, que possui a função de transformar os líquidos acumulados no corpo (principalmente no aquecedor inferior) pela deficiência de Yang. Ele assume posição secundária na fórmula, mas ainda sim auxilia em resgatar as funções do Yang.

Temos o Rén shēn de sabor doce e natureza morna, que irá auxiliar na recuperação do Yang devastado, mas também do Qi do paciente, recuperando o Qi de órgãos fundamentais como o Baço e o Pulmão.

O Bái zhú de sabor doce e amargo, com natureza morna também é um tônico de Qi assim como o Rén shēn, porém ele não tem uma função muito significativa de restaurar o Yang. Ele contribui para a tonificação do Qi do paciente, mas principalmente tem a função de junto com o Fú líng, drenar toda a umidade que o paciente criou pela deficiência de Yang.

E por fim, temos o Sháo Yao, de sabor amargo, azedo e doce, com natureza fresca. Sua função de certa forma é para equilibrar as outras ervas, pois ela ajuda a preservar o sangue, que poderia ser comprometido pelo aquecimento importante dos outros componentes da fórmula e pela drenagem dos líquidos, além de proporcionar a circulação do Qi, que pode estar retido por causa da umidade acumulada pela deficiência de Yang.

Assim é possível perceber a complexidade de uma fórmula clássica chinesa.

Iremos propor agora a elaboração de uma fórmula utilizando plantas ocidentais e brasileiras baseados nos princípios da Medicina Chinesa. É importante ressaltar aqui que não estamos criando uma substituta análoga de alguma fórmula chinesa já existente, até porque isso é virtualmente impossível, já que utilizando plantas diferentes, inevitavelmente teremos resultados diferentes pois não existem duas plantas de espécies diferentes que apresentem exatamente as mesmas indicações, sabores e natureza.

Assim escolheremos tratar uma deficiência muito comum, a deficiência de Qi e Yang Baço.

Podemos montar uma fórmula com os componentes da tabela abaixo e ofereceremos uma possível dosagem para eles, lembrando que a dosagem sempre deve ser avaliada individualmente para cada paciente.

Nome popular / parte utilizada	Nome científico	Dosagem (liang/mg em cápsulas)
Fáfia / raiz	<i>Pfaffia paniculata</i>	3 liang / 150mg
Alecrim / folhas	<i>Rosmarinus officinalis</i>	3 liang / 150mg
Goiabeira / folha	<i>Psidium guajava</i>	2 liang / 100mg
Gengibre / rizoma	<i>zingiber officinale</i>	2 liang / 100mg

Cada planta tem funções específicas dentro da fórmula.

A fáfia possui sabor doce e natureza morna, tem como função principal restabelecer o Qi do Baço.

O alecrim e o gengibre possuem um papel fundamento e funcionam juntos na fórmula. Eles não tonificam o Qi, esse papel fica exclusivamente para a fáfia nessa fórmula, mas essas duas plantas são picantes e mornas, aquecendo o centro, eliminando o frio. Sendo que o gengibre tem uma função maior de aquecer o centro e o Estômago, enquanto que o alecrim tem a função de transformar a umidade gerada por pela deficiência do Baço além de circular o Qi no aquecedor médio, auxiliando nos sintomas dessa síndrome.

A goiabeira tem um papel bem simples na fórmula, com seu sabor adstringente importante e natureza neutra ela auxilia no controle da diarreia, sintoma comum dessa síndrome.

Assim com poucos componentes conseguimos abranger uma síndrome por diversos meios, obtendo certamente resultados melhores do que se utilizarmos uma única planta para uma única finalidade. Devemos lembrar que as síndromes da Medicina Chinesa muitas vezes são complexas, e para isso precisamos trabalhar com uma estratégia que abranja toda a totalidade do padrão apresentado pelo paciente, sempre pensando neste, que nos dirá através de seus sintomas quais ervas ou pontos utilizaremos, assim como o método de manipulação ou a dosagem escolhida de cada erva.



José Carlos Sencini Junior, farmacêutico, fitoterapeuta, acupunturista e facilitador dos florais de Bach. Membro do Corpo Docente da Faculdade EBRAMEC.



Paullinia cupana (Guaraná)



Pfaffia glomerata (Fáfia)



Rosmarinus officinalis (Alecrim)



Zingiber officinale (Gengibre)

Cinco Elementos ou Movimentos – uma definição necessária

Gilberto Antônio Silva

Existe um conceito fundamental dentro da filosofia chinesa que é o *wǔxíng* (Cinco Movimentos). Seu uso se estende da análise arquitetônica do local (Feng Shui) à Medicina e Artes Marciais. Toda a vasta gama de conhecimentos da China antiga passa pelo conceito de *wǔxíng*. Apesar de toda essa importância, uma polêmica permanece nos meios intelectuais de cultura chinesa: a tradução mais correta seria “Cinco Elementos”, como foi popularizado, ou “Cinco Movimentos”, como é preconizada atualmente? Para dirimir dúvidas sobre essa questão esse artigo irá se debruçar sobre a filosofia grega clássica e a filosofia chinesa, a fim de constituir um paralelo que possa explicar melhor a relação, quando houver, entre as teorias gregas e chinesas. Também veremos a interpretação que o grande expoente da Medicina Chinesa e particularmente da Acupuntura, Giovanni Maciocia, confere à questão em defesa do uso da palavra “elemento”.

Embora desprovido de maior profundidade acadêmica, acreditamos haver penetrado o suficiente nos processos de pensamento das duas culturas para justificar uma conclusão que, se não definitiva pela ausência dessa possibilidade na ciência, que ao menos possa satisfazer a necessidade de esclarecimentos a respeito.

Os Movimentos Chineses

Os Cinco Movimentos (五行 *wǔxíng*) é uma das bases da filosofia chinesa, particularmente do Taoísmo. É um conceito fundamental dentro das práticas taoístas, estando presente nas artes marciais, medicina, harmonização de ambientes, astrologia e outros. Os Cinco Movimentos são Madeira, Metal, Fogo, Água e Terra.

Movimento	Nomes em Chinês	
Madeira	木	Mù
Fogo	火	Huǒ
Terra	土	Tǔ
Metal	金	Jīn
Água	水	Shuǐ

Os Cinco Movimentos chineses

Cada um deles expõe uma maneira do *Qi* (氣 “Energia”) se manifestar, parte de sua natureza intrínseca. O Fogo é um *Qi* que se alastra e é ascendente; a Água é um *Qi* que flui e é des-

cedente; a Terra é um *Qi* estável, equilibrado; o Metal é um *Qi* agudo, cortante, que se contrai; a Madeira é um *Qi* que cresce e é ascendente. Estas qualidades estão presentes em tudo, em maior ou menor grau. Por isso quase tudo que existe no Universo pode ser classificado dentro de um tipo de movimento, pois o *Qi* não permanece nunca parado. A tabela abaixo é uma pequena amostra desta classificação de coisas materiais ou não.

	MADEIRA	FOGO	TERRA	METAL	ÁGUA
Estação	Primavera	Verão	5ª Estação	Outono	Inverno
Clima	Vento	Calor	Umidade	Secura	Frio
Órgão	Fígado	Coração	Baço	Pulmões	Rins
Viscera	Vesícula Biliar	Intestino Delgado	Estômago	Intestino Grosso	Bexiga
Sentido	Visão	Tato	Paladar	Olfato	Audição
Cor	Verde	Vermelho	Amarelo	Branco	Preto
Cheiro	Rançoso	Queimado	Adocicado	Acre	Pútrido
Emoção	Raiva	Alegria	Preocupação	Tristeza	Medo
Virtude	Bondade	Polidez	Sinceridade	Justiça	Sabedoria

As correspondências com os Cinco Movimentos

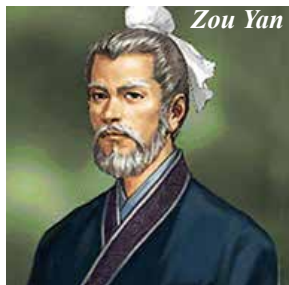
Como cada objeto material, emoção, sentimento, ação, pode ser compreendido dentro dessa classificação, desenvolveu-se na China uma verdadeira ciência dos Cinco Movimentos. Mesmo antes do século II ou III a.C. já existia a figura do Mestre dos Cinco Movimentos, sábio que conseguia compreender e harmonizar situações políticas, familiares, sociais, militares e de saúde apenas compreendendo e manipulando os Cinco Movimentos envolvidos.

A origem dessa teoria é bastante obscura, mas traços dessa ciência já aparecem no *Yi Jing* (易经), o Clássico das Mutações, escrito por volta de 1021 a.C. Uma primeira menção oficial consta em uma seção do Livro dos Documentos ou Livro da História (*Shujing* 書經), creditado ao século XII a.C., embora essa data não seja reconhecida oficialmente. O *Shujing* que conhecemos é atribuído a Confúcio no século VI a.C. Outra seção deste livro, chamada “Grande Norma”, que pesquisadores acreditam haver sido escrito por volta do século III a.C., cita os Cinco Movimentos:

No Grande Norma nos é apresentada uma lista de “nove categorias”. Primeira [entre as categorias] lemos, “é o Wu Hsing. O primeiro [deles] é chamado Água; o segundo, o Fogo; o terceiro,

Madeira; o quarto, Metal; o quinto, Solo. [A natureza da] Água é umedecer e descender; do Fogo, inflamar e ascender; da Madeira, ser torta e direita; do Metal, de ceder e ser modificado; do Solo, para prover a sementeira e a colheita. ¹

O Prof. Fung Yu-Lan vê nessa passagem uma abordagem mais material, sobre as substâncias propriamente ditas, uma forma ainda crua e primitiva de *wǔxíng*. Mas percebe que o que se lê não são apenas características físicas e estáticas, mas já há um vislumbre de propriedades dinâmicas: descender, ascender, crescer, moldar e alicerçar. Mostra que elas sempre estiveram presentes nos estudos sobre *wǔxíng*.



Zou Yan

A história registra, através da obra do historiador Sima Qian (145-85 a.C.), que a primeira menção ao *wǔxíng* surgiu no século III a.C., no brilhante trabalho do pensador Zou Yan (305-240 a.C.), patriarca da famosa Escola do Yin-Yang. Sobre o trabalho de Zou Yan ele afirma que foi “o primeiro a examinar objetos pequenos e estender isto para os grandes até ele alcançar o que era sem limite” ². Nisso podemos ver claramente um princípio de método científico. O historiador de ciências da China, Joseph Needham (1900-1995), também viu no trabalho de Zou Yan o início da sistematização do *wǔxíng* ³. E é na Escola do Yin-Yang que vemos surgir as teorias mais complexas relacionadas ao *wǔxíng*, inclusive os ciclos de Geração e Controle e a inter-relação entre os Cinco Movimentos.

As práticas taoistas se utilizam muito desse fundamento, com a Medicina Chinesa enfatizando os órgãos, vísceras, sentidos, emoção e clima; o Feng Shui enfatizando os movimentos, as direções, as cores e os cheiros; a Filosofia enfatizando as virtudes e as emoções; as artes marciais enfatizando o movimento em si e os órgãos, e assim por diante.

Tudo isso é possível porque cada movimento pode interagir com os demais, segundo duas maneiras principais: o Ciclo de Geração (生 *shēng*) e o Ciclo de Controle (克 *ké*).

CICLO DE GERAÇÃO

Madeira gera Fogo
Fogo gera Terra
Terra gera Metal
Metal gera Água
Água gera Madeira

CICLO DE CONTROLE

Madeira controla Terra
Terra controla Água
Água controla Fogo
Fogo controla Metal
Metal controla Madeira

Esses conceitos são fundamentais na Medicina Chinesa. O corpo humano é considerado como tendo cinco órgãos principais e cinco vísceras associadas. Fisiologicamente vemos que temos cinco conjuntos órgão-víscera que interagem entre eles

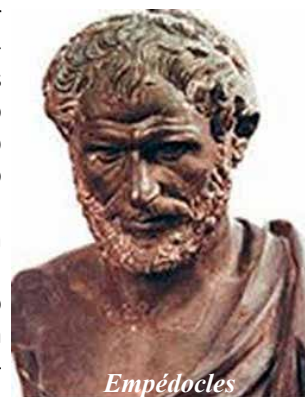
segundo os padrões dos Cinco Movimentos. Essa interação entre conjuntos e entre o órgão e a víscera de cada um deles é uma das causas da saúde ou da doença.

Também os ciclos funcionam no corpo humano, onde o Fígado (Madeira) pode alimentar o Coração (Fogo) e controlar o Baço/Pâncreas (Terra) e assim por diante. Fatores psicológicos se manifestam através das emoções de cada órgão e métodos terapêuticos chineses muitas vezes se utilizam de cores e sons para retorno ao equilíbrio perdido. Os Cinco Movimentos, portanto, se manifestam como comportamentos energéticos.

Os Elementos Gregos

Empédocles de Agrigento (~ 490-430 a.C.) traçou sua obra na sequência de outro monista da Grécia Antiga, Parmênides. Para este monista, tudo no Universo estava aglomerado em um uno completo e imóvel, tudo parte da mesma coisa e o que observamos no mundo sensível não passaria de ilusões do grande Uno.

Nessa época, na Grécia, a lógica prevalecia sobre os sentidos de modo que um modelo teórico era aceito mesmo que estivesse em conflito com o percebido no cotidiano. Empédocles apareceu disposto a mudar isso. Como não poderia simplesmente romper a lógica de Parmênides, criou um subterfúgio na figura de um universo coeso, mas formado por combinações de partículas menores, em número de quatro. Essas partículas existiriam no universo uno de Parmênides fundidas sob a forma de uma esfera por meio de uma força que ele denominou “Amor” (*Philia*) e se separariam por meio da força “Ódio” ou “Conflito” (*Neikos*), quando então os elementos se agrupariam para formar todas as coisas. Posteriormente, sob a força do Amor, voltariam a se integrar completamente. Em suas palavras:



Empédocles

Fogo e Água e Terra, e a majestosa altura do Ar; e, separada deles, também o temível Conflito, de peso igual ao de cada um, e, em meio a eles, o Amor, igual em comprimento e largura ⁴.

E mais uma coisa te direi. Não há substância que pereça, de nenhuma dentre todas as coisas, nem há para elas a cessação na morte aniquiladora.

São apenas mistura e intercâmbio do que foi misturado. Substância é tão somente o nome a essas coisas dado pelos homens ⁵.

Empédocles chamava os quatro componentes fundamentais de tudo o que existe de “Raízes” (ρίζωματα – *rhizomata*), em sua obra Sobre a Natureza. Posteriormente Platão passou a utilizar a palavra “Elemento” (στοιχεία – *stokheia*). As Quatro Raízes seriam os componentes básicos do universo: Fogo, Ar, Água e Terra.



1 FUNG, 1966 – p.132

2 Ibidem, p.135

3 NEEDHAM, vol 6, 1956 - p. 44

4 BURNET, 2006 – p.223/frag.17

5 Ibidem, p.222/frag.8

Elemento	Nome Grego
FOGO	πῦρ <i>pur</i>
AR	ἀήρ <i>aer</i> ⁶
ÁGUA	ὔδωρ <i>hudor</i>
TERRA	γῆ <i>ge</i>

Os Quatro Elementos de Empédocles

Tudo o que existe seria composto de proporções determinadas destes quatro elementos. Assim, os ossos seriam formados por duas partes de água, duas de terra e quatro de fogo e o sangue por quantidades iguais de cada elemento.

Posteriormente, Aristóteles (384 – 322 a.C.) se debruçou sobre esse problema e entendeu que elementos fixos não poderiam construir tamanha complexidade de coisas. Ele então acrescentou propriedades a cada um dos elementos e uma direção de movimento em sua obra *Da Geração e Corrupção*.

Mais tarde em seu livro *Sobre o Céu* ele desenvolveu a ideia do Quinto Elemento (chamado posteriormente de “Quintessência”) para ser o elemento fundamental das esferas celestes. Esse elemento era o Éter (αἰθήρ) e formava tudo o que existia da lua para cima. O mundo sub-lunar seria formado pelos Quatro Elementos tradicionais e suas propriedades. O Éter não teria substância como a conhecemos e seu movimento seria circular, como o da abóbada celeste.

Elemento	Propriedades		Direção do Movimento
ÉTER	-----		Circular
FOGO	Quente	Seco	Ascendente
AR	Quente	Úmido	Ascendente
ÁGUA	Fria	Úmida	Descendente
TERRA	Fria	Seca	Descendente

Os Cinco Elementos de Aristóteles

Desse modo, os elementos poderiam se transformar uns nos outros. Aristóteles achava isso necessário, pois acreditava que não seria viável a existência de tantas coisas no mundo apenas pela montagem proporcional dos quatro elementos. Dentro dessa concepção, a Água poderia se transformar em Ar se sua propriedade Fria se tornasse Quente. Aí teríamos Quente e Úmido, qualidades do Ar e não da Água. Da mesma forma, se o Ar deixasse de ser Úmido e se tornasse Seco, se transformaria em Fogo (Quente e Seco).

A tabela mostrada acima e suas implicações tiveram profunda influência no pensamento ocidental e formaram a base da medicina e da alquimia por toda a Idade Média. Esses conceitos só caíram em desuso na Europa a partir do século XVII.

Discutindo a Interpretação de Maciocia

Em sua consagrada obra *Os Fundamentos da Medicina Chinesa*, o especialista em Medicina Chinesa Giovanni Maciocia tece uma introdução ao *wúxíng* defendendo o uso da palavra

⁶ Empédocles originalmente usava o termo “Éter” (αἰθήρ - aither) para designar o elemento “Ar”, para não confundir-lo com o ar atmosférico, ἀήρ (aer) ou ἀτμός (atmos). Posteriormente passou-se a usar “aer”, mesmo, e utilizamos aqui dessa forma. “Éter” acabou por se tornar o 5º elemento de Aristóteles.

“elemento” para o caractere xing. Ele inicia explicando o significado de *xíng* como “movimento”, “processo”, “ir” ou “conduta, comportamento”. Mas em seguida acrescenta que, embora a maioria dos autores acredite que traduzir *xíng* por “elemento” esteja incorreto, ele acredita ser apenas parcialmente verdade e que os elementos gregos eram vistos por alguns filósofos gregos como “qualidades dinâmicas da Natureza”. Para isso ele cita diretamente Aristóteles e conclui:

Para Aristóteles, portanto, os quatro elementos se transformam nas quatro qualidades básicas do fenômeno natural, classificados como combinações das quatro qualidades, quente, frio, seco e úmido. Como está evidente na afirmação anteriormente referida, os elementos aristotelianos poderiam até mesmo se transformar uns nos outros e gerar-se mutuamente. Esta interpretação é muito similar à chinesa, na qual os elementos são qualidades da Natureza.⁷

Na verdade, isso é bem mais complicado. Aristóteles buscava uma teoria da formação de todas as coisas e, para isso, fez uma ampla revisão dos conhecimentos anteriores, em particular as ideias de Empédocles sobre os Quatro Elementos, acrescentando outras teorias como do atomista Demócrito (460-370 a.C.). Ele redigiu uma obra inteira, *Da Geração e Corrupção*, trabalhando esse problema segundo seu método analítico característico. É um livro de difícil leitura e interpretação.

A transformação entre os elementos, descrita por Maciocia, possui diversas regras específicas e condições para que ocorra. Alguns elementos são mais dispostos a se transformar que outros e, no final, o novo elemento permanece como um módulo básico da matéria. Já os movimentos chineses são ativos em si mesmos, pois geram e controlam a partir de sua própria essência, o tempo todo.

Enquanto elementos gregos possuem propriedades, os chineses possuem comportamentos bem definidos. Para os gregos Água vira Ar porque muda uma de suas propriedades e se torna outra coisa. Madeira gera Fogo porque alimenta sua característica intrínseca e afeta seu comportamento. Mas a rigor, Madeira não vira Fogo, não se transforma nele. Em Medicina Chinesa dizemos que o Fígado “é Madeira”, o que significa que ele se comporta como a energia Madeira, e não que a Madeira é seu constituinte.

Em seguida Maciocia acrescenta que os Movimentos chineses também não foram sempre dinâmicos, mas que no início e em alguns momentos eram considerados, sim, constituintes básicos da matéria. Mas não é o que vemos nos estudos sobre os primórdios da teoria dos Cinco Movimentos, inclusive os trabalhos citados neste artigo.

Joseph Needham também comentou a passagem do *Shujing*, seção “Grande Norma”, escrita no século III a.C. e já mencionada anteriormente, nestes termos:

Tudo isso sugere que a concepção dos elementos não era tanto um de uma série de cinco tipos de matéria fundamental (partículas não entram em questão), como cinco tipos de processos fundamentais. O pensamento chinês aqui caracteristicamente evita substância e se agarra à relação⁸.

⁷ MACIOCIA, 1996 – p. 22

⁸ NEEDHAM, vol 2, 1956 - p. 243

Mais à frente, Needham acrescenta:

Sobre este ponto de vista a Teoria dos Cinco Elementos foi um esforço para alcançar uma classificação provisória das propriedades básicas de coisas materiais, propriedades, quero dizer, que só iriam se manifestar quando eles estivessem passando por mudanças. É muitas vezes apontado, portanto, que o termo 'elemento' nunca tenha sido satisfatório para xing, ... como Chhen Meng-Chia disse, os Cinco 'Elementos' foram cinco forças poderosas em um sempre fluido movimento cíclico, e não substâncias fundamentais passivas e imóveis ⁹.

Conclusão

Podemos perceber que não existem tantas correspondências entre o sistema grego e o chinês, embora ambos estivessem buscando a mesma coisa: a constituição básica do Universo.

Muitos preconizam na área da cultura oriental que "tanto faz" o modo como pronunciemos um termo oriental ou a tradução que podemos fazer dele, pois o que importa é utilizá-lo adequadamente. Eu discordo veementemente. Acredito que devemos, temos a obrigação, de tentar a todo custo manter uma pronúncia correta, mesmo que seja em homenagem a essas culturas das quais usufruímos, e tentar obter a melhor tradução/versão para os conceitos emitidos. Isso é fundamental para uma correta compreensão do que eles representam e como atuam, e especialmente seu contexto dentro da cultura de origem.

É nítido que a primeira impressão dos ocidentais ao observarem o sistema dos *wǔxíng* foi uma comparação automática com o que já conheciam: os Quatro Elementos tradicionais. Embora não saibamos exatamente quando se deu a primeira menção ao *wǔxíng* por ocidentais, temos que observar que os primeiros contatos mais amplos se deram a partir do século XIV e XV, quando os Quatro Elementos ainda eram parte fundamental do pensamento europeu. Marco Polo esteve na China ainda antes, no século XIII. Portanto era natural que enxergassem a filosofia chinesa dessa forma, principalmente sem um estudo mais detalhado, pois as semelhanças superficiais são abundantes. Mas nem por isso vamos chamar "maçã" de "laranja" porque as duas são frutas, dão em árvores, são redondas e podem ser comidas.

O filósofo Fung Yu-Lan, professor da Universidade Quinghua e da Universidade de Beijing, partilha dessa ideia:

O termo Wu Xing é geralmente traduzido como os Cinco Elementos. Nós não devemos pensar neles como estáticos, no entanto, mas na verdade como cinco forças dinâmicas e interativas. A palavra chinesa xing significa "agir" ou "fazer", assim o termo Wu Xing, literalmente traduzido, significaria as Cinco Atividades, ou Cinco Agentes. Eles também são conhecidos como o *Wude*, que significa Cinco Poderes. ¹⁰

Mas sabemos das dificuldades. Needham, ainda nos anos 1950, disse: "No entanto, o termo 'elemento' foi usado por tanto tempo para Wu Xing que dificilmente será possível descartá-lo"¹¹. Concordo plenamente. Mas não podemos nos deixar abater pela enormidade da tarefa, dada sua importância. Devemos todos partir para uma correta conceituação através de uma tradução mais correta do termo, de forma insistente. Se nossa geração atual fizer isso, as posteriores terão mais contato com o termo correto e assim por diante. É um trabalho árduo, mas que

merece ser feito. Maciocia argumenta que "... considerando-se o uso aceitável e difundido desta palavra no mundo da Medicina Chinesa, acredito que sua modificação seria desnecessária e confusa" ¹². Não vejo dessa forma. Acho necessária, dado que altera seu significado básico e a torna mais condizente com a filosofia adotada e todas as técnicas derivadas. E não acho confusa, porque já existem várias traduções utilizadas internacionalmente para *wǔxíng*, como Cinco Fases, Movimentos, Processos, Estágios,... A única que não está razoavelmente condizente com a essência do *wǔxíng* é justamente a palavra "elemento".

Basta fazermos um esforço coletivo para utilizar a palavra que melhor representa o conceito filosófico e passá-la adiante. O tempo se encarregará do restante. É nosso dever fazer o melhor para honrar a tradição milenar de conhecimento que nos foi passada.

Bibliografia

BARNES, Jonathan. *The Complete Works of Aristotle*. Vol I. Princeton: Princeton University Press, 1995

BURNET, John. *A Aurora da Filosofia Grega*. Rio: Contraponto Editora : Ed. PUC-Rio, 2006 FUNG, Yu-Lan. *A Short History of Chinese Philosophy*. New York: Macmillan, 1966

LAI, Karyn L. *An Introduction to Chinese Philosophy*. New York: Cambridge University Press, 2008

MACIOCIA, Giovanni. *Os Fundamentos da Medicina Chinesa*. São Paulo: Roca, 1996

NEEDHAM, Joseph. *Science and Civilisation in China*. vol 2. Londres: Cambridge University Press, 1956

_____. *Science and Civilisation in China*. vol 6. Londres: Cambridge University Press, 1956

¹² MACIOCIA, 1996 – p. 22



Gilberto Antônio Silva - Jornalista, Parapsicólogo e Terapeuta especializado em Medicina Chinesa. Estuda e pratica Filosofia e Cultura Oriental desde 1977, sendo autor de 14 livros, a maioria sobre Taoísmo e Cultura Chinesa. É um dos mais importantes pesquisadores e divulgadores do Taoísmo no Brasil.
Site: www.laoshan.com.br

⁹ NEEDHAM, vol 2, 1956 - p. 244

¹⁰ FUNG, 1966 – p. 131

¹¹ NEEDHAM, vol 2, 1956 - p. 244



Formação Avançada e Pós Graduação em Acupuntura Clínica



Conteúdo Resumido:

- Revisão de Teorias importantes para a clínica;
- Apresentação das principais doenças;
- Apresentação de Doenças por especialidades;
- Entendimento das Doenças pela Medicina Chinesa;
- Diagnóstico pela Medicina Chinesa;
- Diferenciação de Síndromes / Padrões;
- Princípios Terapêuticos;
- Aprofundamento em Agulhamento;
- Técnicas essenciais de Agulhamento;
- Pontos Extras na Prática Clínica;
- Exames Clínicos para o Acupunturista;
- Princípios de Tratamentos;
- Elaboração de estratégias de tratamento;
- Estudo de Casos Clínicos;
- Prática Ambulatorial;
- Avaliação e atendimento em pacientes reais.

Ambulatório para Prática Clínica !

Início 22 e 23 de Abril

Formação Avançada e Pós Graduação

12 Meses de Duração

Vagas Limitadas

Professores experientes e especializados ! Para quem busca melhora em seus resultados

☎ Telefone: (11) 2662-1713 📱 Whatsapp: (11) 97504-9170

📍 Rua Visconde de Parnaíba, 2727 - Bresser-Moooca - (Próximo ao Metrô Bresser-Moooca)

Si Yuan
思源

ACUPUNTURA 1-2-3

11 a 14
Maio 2017
SÃO PAULO
BRASIL

MEGA PROMOÇÃO

40%

OPORTUNIDADE
ÚNICA

Vagas Limitadas!

Seguindo a Tradição do maior Mestre no Método do Equilíbrio. Aprenda com os discípulos diretos.

Compreenda as propriedades dos pontos através de um raciocínio lógico seguindo 3 passos.
Nada de receitas de pontos ou aprendizagens empíricas.

Obtenha RESULTADOS IMEDIATOS! Tradução em português.

Demonstrações e práticas diárias



思源

40% DESCONTO para inscrições validadas até 12 de Março
* DESCONTO para grupos, escreva-nos e saiba como.

+info: www.siyuanbma.com
Email: contato@siyuanbma.com
WhatsApp: 00351-939418126 (Vanessa)

Contato local:
Cassiano M. Takayassu
+55 11 99980-8656

ZI WU LIU ZHU

Fluxo e Refluxo

Luci Hayashi

Se há uma lei que rege nosso exterior, ela também se reflete em nosso interior e se há uma lei que rege nosso interior, ela também se reflete em nosso exterior.

Os Dez Troncos Celestes (Tian Gan) eram associados com a origem de qualquer processo de criação, enquanto os Doze Ramos Terrestres (Di Zhi) eram aqueles que davam a forma concreta ao processo de criação. Os Dez Troncos Celestes (Tian Gan) são comuns a tudo, mas os Doze Ramos Terrestres (Di Zhi) são específicos de cada localidade e o Homem é condicionado a estas duas forças e influenciam na determinação dos pontos de acupuntura que se tornam favoráveis nos diversos horários do dia.

Uma das formas de escolher os pontos de acupuntura é de acordo com a Cronobiologia Chinesa que prioriza o fluir de certos processos corporais e desta forma, o tratamento com acupuntura também seria determinado cronologicamente, levando-se em conta a natureza da condição patológica do paciente ou dos efeitos conhecidos dos pontos

Nos procedimentos da acupuntura deve-se:

1. Avaliar a constituição forte ou fraca do paciente
2. Determinar o estado de plenitude ou vazio.
3. Determinar a profundidade da punção, conforme a Estação do ano.
4. Diferenciar o Yin e o Yang,
5. Determinar as variações do Qi e do Xue (sangue)

Quando utilizamos a técnica ZI WU LIU ZHU, além destes procedimentos, ainda temos que:

6. Conhecer o efeito dos Dez Troncos Celestes (Tian Gan) e das Dez Transformações, para saber a hora de “abertura” e “fechamento” dos pontos.
7. Conhecer as indicações dos Pontos de Transporte (Wu Shu Xue), que são os pontos utilizados como pontos favoráveis ou abertos.

O Qi passa por uma mudança dinâmica em sua qualidade e os Pontos de Transporte (Wu Shu Xue), têm um importante papel na combinação de muitas prescrições de acupuntura. Os Pontos de Transporte (Wu Shu Xue) são:

- Poço (Jing): onde o Qi do canal começa a borbulhar. É usado para tratar as desordens e perturbações mentais ou sensação de enchimento no peito.
- Fonte (Ying): onde o Qi do canal começa a jorrar. É usado nas doenças febris.
- Ribeirão (Shu): onde o Qi do canal cresce. Usado em problemas nas juntas.
- Rio (Jing): onde o Qi do canal corre abundante, Usado nas desordens respiratórias.

- Mar (He): onde o Qi do canal encontra-se com os Órgãos e Vísceras (Zang-Fu). Usado nas doenças das Vísceras (Fu) e problemas gastrointestinais. (DEADMAN, 2000)

Estes pontos também são categorizados como Pontos dos Cinco Elementos (Wu Xin), ou seja, Pontos Madeira, Fogo, Terra, Metal e Água, sendo utilizados na técnica Mãe-Filho. Além de mais esta característica, todos os Pontos de Transporte (Wu Shu Xue) são pontos de acupuntura de um determinado canal com suas características e funções peculiares. Desta forma, os Pontos de Transporte (Wu Shu Xue), são também pontos Elementos e são também pontos de extremidade de seus canais.

Outro ponto importante para ZI WU LIU ZHU é o Ponto Fonte (Yuan). O Ponto Fonte (Yuan) é a porta de entrada-saída dos 12 Canais Regulares. Os Canais Yang possuem um Ponto Fonte (Yuan) cada. Uma vez chegada ao Ponto Ribeirão (Shu), a energia passa para a esquerda, isto é, para o Ponto Fonte (Yuan). Os Canais Yin também possuem um Ponto Fonte (Yuan), mas ele é substituído pelo Ponto Ribeirão (Shu). O Ponto Fonte (Yuan) é utilizado para restaurar as funções do Órgãos e Vísceras (Zang-Fu). Deste modo, quando utilizamos o ponto F3 (Taichong) como Ponto Fonte (Yuan), nossa intenção é promover a restauração das funções do Fígado (Gan).

Basta, agora, conhecer quando um ponto é Ponto de Transporte (Wu Shu Xue) ou ponto Elemento ou como ponto do canal ou Ponto Fonte (Yuan). Não é todo momento que, por exemplo, R3 (Taixi) está como Ponto Fonte (Yuan) do Rim (Shen), ponto Ribeirão (Shu) do Rim (Shen), ponto Terra do Rim (Shen). A maioria das vezes é somente o ponto R3 (Taixi). Quando utilizamos



R3 (Taixi) como Ponto Fonte (Yuan) do Rim (Shen), ele deixa de ser ponto Ribeirão (Shu) do Rim (Shen)? E quando utilizo como ponto Terra do Rim (Shen) na técnica mãe-filho, R3 (Taixi) não é mais Ponto Fonte (Yuan) ou ponto Ribeirão (Shu) do Rim (Shen)?

A Cronoacupuntura, especialmente a técnica ZI WU LIU ZHU, a cada duas horas, existe um ponto de acupuntura que se torna favorável.

Durante as 24 horas do dia, o Qi, mais especificamente o Qi Nutritivo (Ying Qi) circula pelo corpo através do Sangue (Xue), seguindo os canais de acupuntura. O Qi circula conforme a ordem dos canais, começando às 03:00 horas da manhã, no Pulmão (Fei) e percorre todos os outros canais em 24 horas, permanecendo 2 horas em cada canal. Durante este período, chama-se “maré energética” e a energia no órgão associado está em seu máximo. Doze horas após a “maré energética”, o nível de energia encontra-se em seu nível mínimo e chama-se “mínimo energético”. Esta é a primeira circulação. (AUTEROCHE, 1992)

Por exemplo, no Zhen Jiu Da Cheng, há um trecho que diz: “no movimento do Shao Yang do pé (Vesícula Biliar) que ocorre no dia Jia (Madeira Yang), Jia é o anfitrião. Quando se une a Ji (Terra Yin), a Vesícula Biliar põe-se em movimento para conduzir a energia. A hora Jia-Xu é o momento de abertura do Ponto Poço (Jing) da Vesícula Biliar. A hora Bing-Zi do Ponto Fonte (Ying) do Intestino Delgado. A hora Wu-Yin do Ponto Ribeirão (Shu) do Estômago e do Ponto Fonte (Yuan) da Vesícula Biliar. A hora Geng-Chen do Ponto Rio (Jing) do Intestino Grosso. A hora Ren-Wu do Ponto Mar (He) da Bexiga. Na hora Jia-Shen, a energia penetra no ponto Fonte (Ying) do Triplo Aquecedor (Sanjiao), TA2 (Yemen). Nesta fase, o Jia (Madeira Yang) corresponde à Madeira e a Água produz a Madeira. Diz-se então que há um fenômeno de “produção simultânea da mãe e do filho.”

Para aplicação do Ponto Fonte (Yuan), segue-se a seguinte regra: nos dias Yang, o Ponto Fonte (Yuan) abre-se antes que o Ponto Ribeirão (Shu) e, portanto, deve-se puntar o Ponto Fonte (Yuan) antes do Ponto Ribeirão (Shu). Nos dias Yin, o Ponto Ribeirão (Shu) abre-se antes que o Ponto Fonte (Yuan) e, portanto, deve-se puntar o ponto Ribeirão (Shu) antes do Ponto fonte (Yuan).

Os Pontos de Transporte (Wu Shu Xue) estão “abertos” somente em determinados horários e dias específicos. Estes pontos vão se abrindo seguindo a sequência: Ponto Fonte (Jing), Ponto Poço (Ying), Ponto Riacho (Shu), Fonte (Yuan), Ponto Rio (Jing) e Ponto Mar (He), porém, no ciclo de geração dos canais.

A Cronoacupuntura é parte da Cronobiologia Chinesa, que estuda os ciclos do ser humano em relação às duas forças que se combinam para formar o Zhen Qi de cada ser. Além disto, a alternância dos Dez Troncos Celestes (Tian Gan) e dos Doze Ramos Terrestres (Di Zhi) diários, influenciam no estado de saúde de cada um. No clássico SU WEN (2001), capítulo 22, Zang Qi Fa Shi Lun, Acerca da relação entre as energias das Cinco Vísceras e das Quatro Estações, há um trecho dizendo: “O paciente da doença do fígado, pode ter uma melhora nos dias Bing e Ding; se a doença não tiver uma melhora, agravar-se-á nos dias Geng e Xin; se então não se agravar prolongar-se-á nos dias Ren e Gui, mas terá uma melhora até os dias Jia e Yi”

Quando não conhecemos a Cronobiologia Chinesa, a leitura dos clássicos de acupuntura, em alguns trechos, torna-se sem sentido e de difícil compreensão. Ao conhecer a Cronobiologia Chinesa, a cortina da dificuldade se desfaz e tudo se torna claro e lógico. No enunciado 44 do Zhen Jiu Da Cheng, sobre Noções Fundamentais da Prática da Acupuntura, diz que “o método da escolha cotidiana dos 66 pontos (Pontos de Transporte - Wu Shu Xue), é um método extremamente difícil, que repele o espírito dos acupunturistas. Porém, ao escolher um ponto de acordo com este método, “equivale a compreender o sentido profundo da acupuntura”.

Foi a partir do momento que li este trecho que iniciei o estudo mais aprofundado da Cronoacupuntura, já que conhecia razoavelmente a Cronobiologia Chinesa. Quando fiz o curso de acupuntura, achei o método dos Pontos de Transporte (Wu Shu Xue) muito fácil e este parágrafo não fazia sentido algum, o que de difícil era entender o conceito dado sobre estes pontos? Não consegui encontrar grande dificuldade no conceito destes pontos e do ponto Fonte (Yuan). Mas a questão me intrigou, porque ou eu estava profundamente equivocada ou realmente eu era um gênio por achar tão fácil. A pergunta que não calava era: Porque alguém colocaria este “AVISO” em um livro? E mais, porque equivale a compreender o sentido profundo da acupuntura?

Esta resposta você pode encontrar na Cronobiologia Chinesa, assim como fiz há anos atrás.



RB
MC

Luci Hayashi - natoroterapeuta, nutricionista e acupunturista, professora de dietoterapia chinesa da EBRAMEC



A sabedoria milenar do Taoismo melhorando a sua vida

O maior trabalho de divulgação taoista do Brasil



Novos cursos presenciais 2017

Vivenciando o Tao em 5 Movimentos

☰ Você entre o Céu e a Terra ☷



TaoQi para Artes Marciais



A firme determinação no cultivo do Tao é o "caldeirão".

Fortalecer-se com perseverança, nunca voltando atrás mesmo derrotado 100 vezes, ser impertubável, não vacilar - isso é "colocar no caldeirão".

A atenta observação em todos os momentos é a "fornalha".

Trabalhar de modo gradual, com serenidade, sem pressões - isso é "atizar a fornalha".

Mestre Liu Yiming (1816)



Autodefesa para Mulheres pelo Método Taoista



Introdução à História, Filosofia e Cultura da China

Filosofia Taoista Aplicada
Medicina Chinesa, Qigong, Artes Marciais



Novidades em 2017

- Cursos completos à distância (EAD)
- Mais dois livros inéditos
- Curso de Introdução ao Taoismo (Online)
- Podcast semanal sobre Artes Marciais
- Novo canal online com video-aulas

- Cursos objetivos
- Não exigem nenhum pré-requisito
- Qualquer pessoa pode fazer, independente de seu conhecimento



Revista Daojia

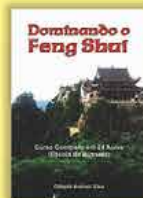
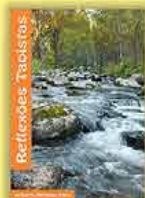
Daojia 道家

A primeira revista do Brasil sobre Taoismo e suas técnicas

A cada três meses uma edição digital inédita e gratuita



Alguns livros publicados



Nossos Cursos no seu Espaço

Leve nossos cursos exclusivos para seu espaço, em qualquer lugar do Brasil. Temos o maior prazer em levar o conhecimento milenar do Taoismo a quem dele necessitar. Informe-se em nosso site.



Gilberto Antônio Silva é Jornalista, Parapsicólogo e Terapeuta. Estuda filosofias e culturas orientais desde 1977 e é um dos principais pesquisadores e divulgadores do Taoismo no Brasil.

Terapeuta especializado em práticas energéticas e Medicina Chinesa, escreveu 14 livros incluindo o grande sucesso "Os Caminhos do Taoismo", a mais abrangente obra sobre Taoismo publicada no Brasil, e que já teve mais de 82.000 downloads.

Seu trabalho se destaca pela sinceridade e abertura ao transmitir informações e pelo interesse e carinho que demonstra com todos que desejam conhecer mais e se aperfeiçoar no Caminho.



Laoshan

Conhecimento para uma vida melhor

www.laoshan.com.br

Corpo Vital em Laozi e na Metacorporeidade

Chiu Yi Chih

Para o sábio chinês Laozi (604 a.C.), o corpo humano não é visto como obstáculo ou fardo negativo no processo de auto-conhecimento. Sendo nosso corpo um elemento fundamental para a constituição da existência, aquele que vivencia e cultiva seu território de energias vitais jamais poderia negligenciá-lo completamente, porque sem ele seria impossível viver de acordo com a natureza do Tao. Eis porque seria absurdo na visão taoísta denegrir o corpo, já que esse último é a própria condição para o cultivo da longevidade (cap.44), da imortalidade (cap.16), da via natural (cap.51), da ação não-intencional (cap.10) e da potencialidade vital do estado de ser-criança (cap.55).

Laozi associa a ideia do desenvolvimento da potencialidade energética do corpo com a existência do “homem sagrado” (cap.2), que justamente cultiva uma vida iluminada, harmoniosa e duradoura. Essa concepção pode causar uma certa estranheza, mas a ideia fundamental é o de “gerar”, “cultivar”, “nutrir”, “criar” e “amadurecer” (cap.51) nosso corpo vital energético de modo que seja possível viver uma vida sagrada, cuja essência seja de harmonização com a natureza e de longa duração. O caminho do Tao está longe de ser uma prática ascética de regulações, prescrições, normas de conduta e mandamentos éticos que poderiam cercear a liberdade do corpo humano. Laozi reconhece os danos causados ao corpo através do desejo excessivo relacionado à hipervalorização da identidade pessoal. No entanto, ele reconhece a dimensão das potencialidades do corpo, da vida e da natureza, enfatizando o cuidado de si através da nossa harmonização com a natureza ancestral do Tao (cap.16). Isso significa que o cultivo da essência vital do corpo é necessário para que possamos retornar ao caminho da “naturalidade” (cap.51) e alcançar a “iluminação sutil” (cap.36).

Assim, nesse contexto, o cultivo do corpo e o cuidado de si representam dois aspectos do mesmo caminho. É como se Laozi nos dissesse para abandonarmos tudo aquilo que seja danoso, artificial e anti-natural em relação ao nosso corpo, porque somente desse modo poderemos agir em consonância com a dimensão originária da natureza. Alcançamos o caminho da naturalidade na medida em que nos religamos com o estado do ser do “recém-nascido” (cap.55). É justamente a ideia de “regular o sopro maleável como no recém-nascido” (cap.10) de tal forma que despertemos para aquilo que há de mais natural e espontâneo em nosso ser, cultivando no corpo os fluxos de energia vital, onde seria possível chegarmos ao estado de “virtude” (cap.28 e 55), qualidade da plenitude de quem manifesta a potência natural da criança. Como observa John Blofeld:

“(…) Para acompanhar sem esforço a natureza, como o faz um peixe ou um mestre artesão, cumpre nadar a favor da correnteza, deixar a ferramenta deslizar com suavidade. Quando se toma a

natureza por guia, por amigo, o viver se torna fácil, calmo, alegre até: as preocupações se vão, a serenidade se instala. Wu wei, princípio cardeal dos taoístas, literalmente quer dizer não-ação, mas não no sentido de postar-se inerte como um tronco ou uma pedra; significa antes evitar ações que não sejam espontâneas, atuar plena e intensamente apenas naquilo que constitui a necessidade presente, estar alerta sem fadiga e calcular cada ato em função de um bom motivo…” (BLOFELD, 1979, p. 24)

Como também sublinha Fritjof Capra no O Tao da Física a respeito da espontaneidade e da ação natural que segue esse princípio:

“(…) A espontaneidade é o princípio ativo do Tao. Dessa forma, uma vez que a conduta humana deve ser modelada de acordo com a operação do Tao, a espontaneidade deveria também ser a característica de toda ação humana. Agir em harmonia com a natureza, equivale, para os taoístas, a agir espontaneamente e em consonância com verdadeira natureza de cada indivíduo. Significa confiar na inteligência intuitiva do indivíduo, inata na mente humana da mesma forma que as leis da mudança são inatas a todas as coisas que nos cercam…” (CAPRA, 2013, p.128)

O caminho taoísta acompanha o fluxo natural de todo universo, já que tudo o que existe na natureza se move numa interrelação dinâmica regulada por mudanças cíclicas e constantes. Os fenômenos básicos dessa mudança se manifestam na mudança das estações, no nascer e pôr do sol, na periodicidade das marés e nos diversos eventos naturais. Ou seja, tudo é mutação, transformação e movimento acompanhado por uma ordenação regular. Nesse processo de transformação, todas as coisas se realizam de acordo com a interdependência. Nada existe de modo separado, porque todas as partes se correlacionam e se integram numa totalidade sistêmica. Laozi nos leva a pensar na noção de complementaridade que atravessa toda interdependência dinâmica entre os pares de opostos assim como no caráter relativo de toda realidade: “(…) o imanifesto e o manifesto consurgem / o fácil e o difícil confluem / o longo e o curto condizem / o alto e o baixo convergem / o som e a voz concordam / o anverso e o reverso coincidem” (cap.2). Em outras palavras, todo universo se baseia na correlação entre os diversos elementos, sendo que por trás dessa teia cósmica, manifesta-se a interação dinâmica entre os princípios yin e yang.

“(…) Os taoístas consideravam todas as mudanças da natureza como manifestações da interação dinâmica entre polaridades de opostos yin e yang, o que acabou por levá-los a acreditar que qualquer par de opostos constitui uma relação polar na qual cada um dos polos se acha dinamicamente vinculado ao outro. Para a mente ocidental, essa ideia da unidade implícita de

todos os opostos é extremamente difícil de aceitar. Parece-nos bastante paradoxal que as experiências e os valores que sempre acreditamos fossem opostos sejam, afinal de contas, aspectos da mesma coisa. No Oriente, entretanto, sempre se considerou o dirigir-se para além de todos os opostos concebíveis essencial para se chegar à iluminação...” (p.125)

É possível reconhecer em Laozi uma concepção radicalmente singular que contraria nossos padrões de pensamento. Compreender a complexidade do pensamento taoísta é reavaliar e superar a visão mecanicista/cartesiana que domina ainda nosso conhecimento, pois essa visão tende a analisar as partes da realidade de modo fragmentado em que cada parte é visto como independente da outra. Na visão holística e sistêmica do Tao, seguimos os fluxos da natureza sob a lógica da imanência, da inclusão, da complementaridade dos opostos e da não-intencionalidade (ou não-ação). Como explica John Blofeld:

“A alternância é essencial à existência; certas calamidades são benefícios disfarçados. O alto não é menos útil que o baixo, e o último o é assim como o primeiro. A expansão implica a contração, o reto, o curvo, o forte, o fraco. Erguer-se e cair, dar e receber – cada coisa tem seu lugar e utilidade...”(p.57)

Justamente na questão fundamental do corpo, os chineses recorriam a uma “visão sistêmica” onde, segundo Capra, pensamos mais nas relações entre as partes dentro de um sistema dinâmico do que na análise de cada parte em seu isolamento.

“A ideia chinesa do corpo sempre foi predominantemente funcional e preocupada mais com as interrelações de suas partes do que com a exatidão anatômica. Assim, o conceito chinês de um órgão físico refere-se a todo um sistema funcional, considerado em sua totalidade, paralelamente às partes aplicáveis do sistema de correspondências. Por exemplo, a ideia dos pulmões inclui não só os próprios pulmões, mas todo o aparelho respiratório, o nariz, a pele e as secreções associadas a esses órgãos. No sistema de correspondências, os pulmões estão associados ao mental, à cor branca, a um gosto picante, ao pesar e ao negativismo, e a várias outras qualidades e fenômenos”. (CAPRA, 2012, p.307)

Além da interrelação entre as partes do corpo, percebe-se a interrelação da nossa individualidade com a totalidade do cosmo. O homem em seu estado de harmonia espelha a ordem macrocômica. Em várias passagens do Tao Te Ching, Laozi nos coloca diante dessa compreensão totalizante: “(...) o homem segue a terra / a terra segue o céu / o céu segue o curso / o curso segue a si”(cap.25), e também numa espécie de desprendimento existencial, sublinha a relação de correspondência entre homem e natureza e a simplicidade da sua não-ação: “sem sair de casa / conhecer o mundo / sem espiar pela janela / ver o curso do céu / quanto mais longe se vai / menos se conhece / por isso o homem santo.../ não anda.../ e conhece / não vê.../ e nomeia / não atua.../ e realiza”; ou mesmo de modo a expressar poeticamente o processo de retorno à natureza do Tao que equivale ao conhecimento no seu sentido genuíno: (...) o retorno à raiz soa: repouso / isto se diz: retornar ao destino / o retorno ao destino soa: eternidade / conhecer a eternidade soa: alubrimento / não conhecer a eternidade é tresloucar no azar / conhecer a eternidade é englobante / englobamento / então justiça / justiça / então mediação / mediação / então céu / céu / então curso / curso / então duração / dissolvendo-se o corpo / não

periga” (Cap.16). As oposições interagem e se complementam no processo dinâmico em que um pólo se transforma no outro como no capítulo 22: “curvando / então fica inteiro / retorcendo / então fica direito / esvaziando / então fica pleno / desgastando / então fica novo / sendo pouco / então é obtido...” e de tal forma que “assim, o homem santo abraçando o uno / torna-se modelo sob o céu...”. Como comenta Capra:

“A noção chinesa do corpo como um sistema indivisível de componentes interrelacionados está, obviamente, muito mais próxima da moderna abordagem sistêmica do que do modelo cartesiano clássico; essa semelhança é reforçada pelo fato de os chineses verem a rede de relações que estudavam como algo intrinsecamente dinâmico. O organismo individual, à semelhança do cosmo como um todo, era visto como parte de um estado de contínuas, múltiplas e interdependentes flutuações...” (CAPRA, 2012, p. 307)

Nesse sentido, o próprio Laozi não concebe o corpo como algo negativo, limitante e oposto à alma. Embora encontremos as palavras “espírito” e “corpo” no pensamento de Laozi, elas não são utilizadas e compreendidas no mesmo sentido em que empregamos no paradigma do pensamento ocidental. Não são vistos como duas entidades separadas. A razão é que, no ponto de vista ocidental e, especificamente, na perspectiva do cristianismo, o corpo é sempre considerado inferior, sujo, suscetível de imperfeições e desequilíbrios, enquanto que a alma é pensada como superior, pura, sagrada e espiritualmente elevada. Essa visão dualista, valorativa e discriminadora supõe que, para alcançarmos a verdade, deveríamos nos libertar de nosso corpo e cuidar de nossa alma. Tal é a concepção que ainda encontramos atualmente em certas religiões e nos domínios do saber cujo objetivo é hierarquizar as realidades e conservar um conjunto de valores no sentido de sustentar a crença de que há uma forma superior (alma/razão/deus) e outra inferior (corpo/paixão/demônio). Por outro lado, encontramos também um discurso totalmente oposto ao primeiro quando, na nossa sociedade de hiperconsumo e de hipervalorização do corpo, este passa a ser apenas uma espécie de lugar de satisfação dos prazeres, interesses e desejos.

Contudo, na compreensão de Laozi, o corpo simplesmente deve ser cultivado e reconhecido como condição imprescindível no caminho do autoconhecimento. Nem sobrevalorizado e tampouco negligenciado, pois dentre aqueles bens estimados pela grande maioria dos homens como fama e riqueza material, é evidente que o corpo deveria ser visto com mais atenção e cuidado, visto que jamais poderia ser reduzido a um mero conjunto de órgãos com funções operando mecanicamente no sentido de uma máquina, ou a uma forma orgânica, passageira e transitória. O ponto problemático é sempre a oposição, a dualidade e a ausência de harmonia entre corpo e mente, corpo e alma, corpo e mundo. Se olharmos para nosso próprio corpo, chegaremos a perceber como ele é fundamental não somente para sobrevivermos no mundo como para vivermos harmoniosamente com a natureza do Tao Absoluto. É razoável, portanto, que seja tratado de maneira sóbria, equilibrada e condizente com a harmonia natural. Como diz Laozi:

o nome ou a pessoa	qual preferir?
a pessoa ou as posses	qual valorizar?
o ganho ou a perda	qual dói mais?

por isso

demasiada poupança
excessivo acúmulo

traz grande dispêndio
traz enorme desperdício

sabendo bastar-se
sabendo conter-se

não se passa vergonha
não se corre perigo

pode-se por isso perdurar

(cap.44 – Tao Te Ching – trad. de Mario Sproviero)

Leambamos aqui que a palavra “pessoa” traduzida pelo Sproviero se refere à palavra chinesa “corpo”. Outra tradução possível para os dois primeiros versos seria: “o nome ou o corpo qual preferir? / o corpo ou as posses qual valorizar?”. Ou seja, é razoável pensar que Laozi nesse trecho utiliza de modo muito especial a palavra “corpo” explicitando o seu valor holístico, imanente e originário. Holístico porque “corpo” no sentido utilizado nesse contexto refere-se amplamente à totalidade do ser humano (incluindo a identidade pessoal, a alma e a consciência do eu, etc.) mais do que ao conjunto de órgãos físicos. Portanto, é um ser-corpo total interconectado com a natureza. Imanente porque se trata de um ser que age no mundo sem evadir para uma dimensão de interioridade individual ou para um reino transcendente situado no além, porquanto Laozi nos diz com uma sutileza extraordinariamente paradoxal: “(...) quem avalia o mundo como o corpo / este pode ter missão no mundo / quem ama o mundo como o corpo / este pode ter cargo no mundo.” (cap.13). E originário porque Laozi descreve o fenômeno do corpo-criança enquanto existência, potência e força de vida: “quem possui o denso da virtude / assemelha-se a uma criança nua / insetos venenosos não a picam / feras não a esfaqueiam / aves de rapina não a arrebatam / ossos moles tendões elásticos / mas agarra com força / ainda não conhece o acasalamento / mas o falo fala ereto / é o auge do sêmen / o dia inteiro grita sem rouquejar / é o auge da harmonia...” (cap.55).

É por isso que Sproviero, ao traduzir “corpo” por “pessoa”, compreendeu a dimensão da totalidade do ser humano. E a nossa substituição pela palavra “corpo” deve sublinhar ainda mais o caráter especial desse ser holístico, imanente e originário, incluindo os outros sentidos da percepção, da consciência, do sentimento, do caráter e da ação humana em geral. Em outras palavras, o corpo engloba as diversas atividades físicas, psíquicas e espirituais, que geralmente no paradigma do pensamento ocidental vêm separados e distinguidos. Outro uso abrangente da palavra “corpo” nesse sentido se encontra nos seguintes trechos:

o céu dura
céu e terra

a terra perdura
duram que duram

por não viverem para si
eis por que podem viver eternamente

por isso o homem santo
ficando atrás
ficando fora

sobressai
persiste

não será por não ter nada seu?
pode pois realizar o que é seu

(cap.7)

Na tradução de Sproviero, é omitida a palavra “corpo” (shen) nos versos 6 e 7. Outra possível tradução seria: “por isso o homem santo colocando seu corpo (seu ser) para trás, seu corpo sobressai / colocando seu corpo (seu ser) para fora / persiste...” Noutras palavras, embora o homem santo entendido decida não agir, já que não era o momento adequado e ele se retira para fora da efetivação prática, ainda assim sua ação não deixa de possuir uma eficácia total. Significa que ao agir sem agir, seu ser-corpo total está isento do sentimento de posse e dos interesses particularizados e egoístas. Esse “corpo” no sentido de um verdadeiro “eu” - identidade sagrada e desprovida de desejos mundanos - poderia ser caracterizado como a própria totalidade holística de nosso ser:

manter saturando
seguir aguçando
sala cheia de ouro e jade
enfaturar-se com bens e fama

melhor cessar
não vai durar
não se pode guardar
por si já dana

concluída a obra
eis o curso do céu

abster-se

(cap.9)

Novamente a palavra “corpo” é omitida pelo Sproviero no penúltimo verso onde poderíamos traduzir assim: “concluída a obra, o corpo se retira”. Ou seja, a existência do homem santo enquanto ser-corpo total age sem agir porque simplesmente não incorre em excesso e desarmonia com o Tao. Para Laozi, a união fundamental entre homem e natureza se engendra através do cultivo da virtude e do cuidado de si enquanto ser holístico. Se o homem deseja se harmonizar com a natureza e consigo mesmo, é necessário que preserve a pureza de sua essência vital para que possa renovar a vitalidade de seu corpo. No decurso de sua existência, nosso corpo acumula tensões e bloqueios impedindo a circulação da energia vital. É por isso que, nesse processo de esgotamento energético se torna enrijecido, envelhece e decai. O excesso conduz ao desgaste, e esse, por sua vez, conduz à morte. Não há, nesse aspecto, nenhuma advertência moral com justificção teológica ou metafísica. Eis um fato que inegavelmente ocorre. No entanto, é possível revitalizarmos nossos fluxos de energia por meio do caminho da suavidade. Por isso, a concepção taoísta não implica sobrevalorização do corpo no sentido de satisfazê-lo em seus desejos excessivos e tampouco a sua desvalorização.

o mundo tem origem
esta é considera a mãe do mundo

já tendo a mãe
conhece-se o filho

já conhecido o filho
novamente guarda-se a mãe

desaparecendo o corpo não periga
tapando suas entradas
trancando suas portas
findando o corpo não se aflige

abrindo suas entradas
prosperando seus afazeres
findando o corpo não se salva

ver o pequeno soa: alumbramento
conservar a suavidade soa: força

se usar sua luz retornando à sua iluminação
nada perde quando o corpo espectrifica

isto se diz: revestir de eternidade

(cap.52 – trad. de Mario Sproviero)

A compreensão taoísta do ser-corpo total na sua relação intensiva com a vida nos leva a conceber um modo imanente/dinâmico/holístico de interagir que potencializa nossas ações no mundo. Já não é mais possível separar mente e corpo, e dessa forma, sustentar aquela oposição dualística entre o nosso modo de ser-corpo total e o mundo que nos circunda. Nesse aspecto de superação das antinomias, o pensamento originário de Laozi contribui de modo significativo no processo de criação da nossa Metacorporeidade. De modo semelhante, desejamos romper na nossa arte com a oposição entre a subjetividade e o corpo do artista, e também com a oposição entre o corpo do artista e o próprio mundo em que ele se encontra.

Em diversos momentos de nossa pesquisa, indagávamos a respeito do próprio modo singular com que o artista agencia a sua criação. Nosso ser-corpo total em diálogo com as circunstâncias da existência abraçava uma questão de extrema necessidade. Éramos seres híbridos, imanentes e abertos à interrelação com os outros seres. Como corporeidades expressivas diante da imensa rede de interações, interagíamos nas fronteiras do mundo, sendo afetados por uma vasta teia de acontecimentos. Dessa maneira, na Metacorporeidade, quando realizamos uma obra, não pensamos em algo que esteja fora daquela forma esteticamente trabalhada. Não construímos uma “ideia” num plano abstrato e tampouco a formulamos numa esfera de representação constituída por outras ideias igualmente abstraídas do campo sensorial. Embora tenhamos uma “ideia”, ela somente se presentifica através do nosso corpo e do nosso de ser-no-mundo. Geralmente nosso hábito nos força a olhar um quadro com o objetivo de decifrar seu sentido para além do que ali está pintado. Seria equivocado pensar que o sentido da obra reside num espaço puro do pensamento. Ora, se existe algum “sentido” na arte, ele deve ser percebido na própria tessitura carnal da obra tanto quanto no processo metacorporificante daquele que agencia a sua criação. É por meio de tal imanência que o artista cria e desdobra os elementos materiais de sua composição. O artista não realiza a obra fora do campo sensorial em que está situado. Por isso, mesmo que quisesse assumir como sujeito não-sensível, não-corpóreo, isso jamais será efetivamente possível. Isto porque a percepção da corporeidade é o primeiro dado concretamente visível. Ao se apropriar desse elemento originário, ele vai percebendo gradualmente as possíveis in-

terconexões que esta mesma pode adquirir no seu processo de metacorporificação junto com as outras corporeidades. Em última instância, o artista enquanto ser-corpo total não poderá criar as suas obras fora do contexto sensível, desconsiderando a processualidade dos acontecimentos que o circundam, e nesse caso, ele se assemelha a um ser potencialmente mais expressivo que nós – não porque se encontre numa condição de “gênio” ou num isolamento espiritual – mas porque, acima de tudo, ele é um ser em estado imersivo.

Em outras palavras, ele assumirá cada vez mais para si mesmo aquilo que conceitualmente concebemos como seu estado primordial, isto é, aquela condição de fluidez intrínseca ao ser-amante-do-mundo. Assim, tal acontecimento se tornará apenas perceptível não devido às suas idiosincrasias românticas, mas sim pelo fato de coabitar com suas múltiplas potencialidades imanentes. Daí por que justamente o consideramos um ser *aisthetikós* (ser percipiente). Em grego, a palavra *aisthetikós* que deriva do substantivo *aísthesis* (percepção) significa “aquele que possui a potência de perceber”. Trata-se do modo de assumir a sua corporeidade enquanto processo metacorporificante. Isso quer dizer que o artista se torna *aisthetikós* na exata medida em que percebe as diversas interconexões agenciadas pela sua relação com as outras possíveis corporeidades. Ele se vê como imenso “satélite” de tal forma a se modular como agente constituinte/constituído pelas diversas metamorfoses nas quais se opera a transformação radical da percepção (*aísthesis*). É por isso que o seu primeiro contato com a matéria se encaminha para uma transmutação da realidade sensível. Ao realizar tal operação, ele reconfigura o mundo e as suas significações culturalmente dadas. Vemos assim uma metacorporificação criativa, uma espécie de reconfiguração daquela linguagem que utilizamos diariamente em nossos gestos e enunciações.

Nesse sentido, o *aisthetikós* é aquele que remodela e reestrutura todas as significações já existentes de tal modo a permitir que outras significações possam se atualizar. Em virtude da potencialização de seu ato de perceber, ele maquina numa dimensão transmaterializadora de novas relações. São metacorporificadas visualidades nunca vistas, taticidades nunca tocadas, como numa espécie de telescopia das estruturas imperceptíveis. Por meio desse ato transmaterializador onde cada elemento criado se torna permeável aos fluxos interconectivos, torna-se possível a remodelação das categorias de tempo e espaço. Pois, sabemos que tanto o tempo como o espaço são condições determinantes sem as quais não é possível qualquer percepção sensível. Por isso, em tal *aísthesis* amplificada, o que se vê não é tanto a supressão de tais categorias senão a própria reconfiguração do momento presente no qual se performatiza todo acontecimento sensível. Nesse processo de transmaterialização, a duração do presente se metacorporifica, torna-se palpável, adquire contornos porosos, arrasta consigo um peso temporal radicalmente mais denso e volumoso do que aquele medido pelo relógio cotidiano.

Assim, quando imergimos num tempo dilatado, percebemos sinestésias em variação, vórtices, formigações, modulações de metacorporeidades. Ao atravessarmos campos, fronteiras e limites, cada momento de nossa percepção se multiplica topograficamente. É evidente que a percepção (*aísthesis*) se alarga através de um sistemático descentramento de si mesmo, através de uma extrusão pela qual o corpo se trespassa e se impregna de múltiplas temporalidades. Altera-se o conceito de tempo,

que deixa de ser apreendido como mera sucessividade mecânica e passa a existir como textura sinestésicamente pulsional. Em lugar de ser objeto de mensuração analítica, ele é perceptível pela sua fluidez, porosidade e presença. Nessa *aísthesis* dinamizadora, o tempo se torna fluente, real, duração viva e cheia de imprevisibilidades.

Do mesmo modo, o espaço na sua acepção conceitual, ao invés de ser percebido como simples extensão constituída por altura, comprimento e largura, passa a ser visto como tecido impregnado pelas metacorporeidades e relações transmaterializantes. É nessa dimensão que a corporeidade como modulação existencial passa a ser afetada pelas múltiplas forças germinativas do mundo circundante. Habitar o espaço significa não somente ocupar um volume inerte estruturado por medidas exatas, mas também se interrelacionar com um território de sensações, sinestesias, forças, atrações, repulsões e presenças.

Tal inerência à matéria de nossas próprias percepções nos conduz à experiência fundamental da percepção estética onde tudo se enreda e se desenreda em novelos, formas, linhas, cores e concavidades. É assim que posso me considerar um ser percipiente, não entendido a partir da operação autorreflexionante da consciência, senão mesmo através da experiência radical de extrusão de mim mesmo. Sou lançado e arrastado para fora. As cores me invadem, os cheiros me intoxicam, as carnes me enternecem. Nesse fenômeno radical, tudo é percebido em infundáveis curvaturas: as sonoridades submergem com as minhas vísceras, as pulsações interiores se misturam com o ambiente ruidoso. A percepção deixa de ser um ato de consciência isolada. Tudo se crava e se desenrava nas interconexões. É nesse sentido que as coisas se entrelaçam com meu corpo enquanto estruturas metacorporeificáveis. Não há separação entre meu corpo e o processo de autoconsciência. Aquilo que designo como “meu modo de estar consciente” também não se desvincula do fenômeno perceptivo das metacorporeidades. Sinto meu corpo fluindo naturalmente com a dimensão cósmica no campo da “energia do vazio”, assim como Laozi concebia que era possível agir através do desprendimento e da harmonização com a essência do universo. Ou seja, tal como os antigos homens que eram:

cautelosos!	como a transpor águas hibernais
vacilantes!	como a temer vizinhos dos quatro cantos
reverentes!	como hóspedes
evanescentes!	como gelo a derreter
genuínos!	como lenho tosco
abertos!	como o vale
opacos!	como a água turva

(cap.15 – Tao Te Ching – trad. de Mario Sproviero)

Ultrapassando o plano da dualidade, da separação e da distinção, posso então ser “o riacho do mundo” que recupera a dimensão do recém-nascido e contempla o eterno inominável “Tao”. Assim, ao ver o invisível sem vê-lo e ao ouvir o inaudível sem ouvi-lo, posso intuir o “estado sem forma, sem existência

concreta” (cap.14) do extremo vazio (cap.16). Sutilmente posso meditar na “raiz profunda”, no “curso da vida longa e visão perpétua” (cap.59) sintonizando-se com a sua essência inominável que é a própria “origem do céu e da terra” (cap.1) em seu aspecto imanifesto e, ao mesmo tempo, abraçar a “mãe dos dez mil seres”, cuja existência é fluidez contínua de manifestação inesgotável. Em outras palavras, “atingindo o vazio extremo / conservar-se firme no repouso / as dez-mil-coisas confluindo / eu assim as contemplo no refluxo / eis que as coisas no florescimento / retornam uma a uma à raiz...(cap.16)

Meu corpo não somente deixa de ser um esquema abstrato de medidas e mensurações, como também passa a ser visto como vasto universo de energias, signos, valores, instituições, memórias transpessoais, tessitura de conexões, cidades, neurônios, linguagens, ossos e pensamentos. Os espaços se entrelaçam. Os tempos se tornam simultaneidades. Labirintos se entrecruzam no pensamento. São como zonas cavernosas, involuções dançantes que atravessam o campo da minha *aísthesis*. Fios ásperos entretecidos e redobrados. As coisas se percebem em mim: eu que sou apenas um elo de conexão entre infinitas redes de possibilidades. É nessa dimensão de interconectividade que meu corpo age, interage e se assume enquanto forma híbrida, multiplicada, não mais como centro soberano de suas percepções fugazes, senão como parte integrante de um processo mais complexo de subjetivação onde mecanismos heterogêneos, máquinas sociais e técnicas, experiências sagradas e territórios geográficos/existenciais contribuem para a amplificação da subjetividade estética.

Referências bibliográficas

BLOFELD, John. Taoísmo: O caminho para a imortalidade, Editora Pensamento, 1979.

CAPRA, Fritof. O Tao da física. Cultrix, 2014.

LAOZI. DAO DE JING. Trad. Mario Sproviero: Hedra, 2007.



Chiu Yi Chih (邱奕智) é filósofo, professor de filosofia, tradutor e poeta chinês. Graduado em Letras Português-Grego Clássico e mestre em Filosofia Antiga (USP). Leciona cursos de filosofia chinesa antiga com ênfase nos três principais pensadores do taoísmo clássico: Laozi, Chuangzi e Liezi.

O Método do Equilíbrio

Acupuntura 1, 2, 3

Delphine Armand e Paul Wang

O que é o Método Equilíbrio?

O Método do Equilíbrio é composto basicamente por três princípios:

- 1- Método do Equilíbrio está relacionado com a acupuntura e tem como princípio os seus resultados imediatos.
- 2- Tem um processo de raciocínio lógico, desde um diagnóstico de acupuntura a escolha dos pontos.
- 3- Nunca são colocadas agulhas no local da dor ou seja o tratamento é realizado utilizando pontos distais.

Está baseada na história da Medicina Chinesa há mais de 2.000 a 3.000 anos e se tornou de certa forma algo mais simples, prático e eficaz clinicamente para a nossa prática clínica diária.

É uma ferramenta que permite analisar e entender melhor outros tipos de acupuntura. Por que ensina as relações que existe entre os padrões e os canais, como eles se relacionam. Então integra o corpo da Medicina Chinesa tornando o um sistema mais funcional.

De certa forma permite entender melhor o nosso corpo e as inter relações para que a própria pessoa o próprio terapeuta não esteja limitado. Todos os tratamentos são personalizados e não existe um pensamento de fórmula de pontos que esteja pré concebido, não se trabalha com formulas prontas.

Então isso permite que o método seja muito mais artístico, divertido e personalizado para o paciente e para quem o pratica.

Como surgiu o Método do Equilíbrio e qual a importância do Dr. Richard Tan em todos este processo?

O Método do Equilíbrio é uma compilação feita pelo Dr. Richard Tan sobre textos e clássicos antigos existentes. Todos esses textos que existiam em épocas diferentes da Medicina Chinesa, Clássicos diferentes, livros diferentes. E o que ele fez foi usar os seus conhecimentos que ele tinha de engenharia e sua própria mente. Ele utilizou todos esses conhecimentos, sua capacidade de engenheiro e compilou estes textos de uma forma mais simples para a prática. Quando se faz uma prática de acupuntura lógica, no fundo está se utilizando do conhecimento de todos esses textos utilizados na Medicina Chinesa.

Se eu fosse fazer uma analogia. Há cerca de 4,000 anos e houvesse ingredientes, algumas pessoas iriam trabalhar com determinados tipos de ingredientes e outras com outras. Ele foi aquele que conseguiu juntar todos esses ingredientes numa única receita.

Dr. Tan era o primeiro a dizer que não criou nada do que utilizamos no Método do Equilíbrio. Se olharmos para as bases

filosóficas da Medicina Chinesa, das Artes Marciais e da espiritualidade. Voltamos sempre aos conceitos do Yin e Yang. E do Yin e do Yang vai derivar o Baguá e do Baguá vai derivar o I Ching.

E como isso tudo é muito filosófico e abstrato, ao longo dos anos houve diferentes Mestres que tentaram aplicar o I Ching e o Baguá e este sempre foi um conhecimento conservador e não partilhado. Foi o Dr. Richard Tan quem conseguiu coletar e sistematizar todo este conhecimento. E sobretudo foi a primeira pessoa na história a conseguir isso no Ocidente. E conseguiu unir estes conhecimentos de uma forma que fosse bem absorvido e digerido para que pudesse ser utilizado com destreza por nos ocidentais que temos uma mente mais objetiva, mais científica e cartesiana.

O Método do Equilíbrio são estas inter relações que o Dr. Tan conseguiu fazer sobretudo o que é ensinado nos fundamentos básicos, mas o Método do Equilíbrio vai muito além disso nos níveis avançados. É ensinado as próprias descobertas do Dr. Tan, os insights que ele teve durante a vida e que aos poucos foi adicionado a base do Método do Equilíbrio. E um desses exemplos e a estratégias dos 12 meridianos mágicos. Foi um pensamento que nunca tinha sido falado antes na história.

Um dos fatores fundamentais do Dr. Tan não foi somente sistematizar este método, ele viveu e praticou muito. Ele era um apessoa que gostava de estudar e estava muito ligado ao conhecimento e sabedoria e queria que tudo fosse muito eficaz e prático.

Então um dos papéis que teve na sintetização do Método do Equilíbrio foi manter aquilo que funcionava e a eliminar o que não funcionava, tornando o assim um método prático e eficaz..

E na prática de como eles ensinam o Método do Equilíbrio que o sistema do Dr Tan demonstra na prática toda a sua eficácia provando que o método do equilíbrio funciona. E parte do ensinamento do equilíbrio consiste nesta prática. Provar aos alunos que o método é muito simples e prático com efeitos imediatos. Muitos alunos falam que nunca viram algo assim depois das praticas que tiveram.

Um dos pontos altos das aulas não é somente provar que funciona mas que também sintam esses benefícios.

Qual seria a relação da Técnica do Mestre Tung e do Método do Equilíbrio do Dr. Tan, pois ambas as técnicas são ensinadas em conjunto em vários países do Mundo.

Quando prestamos atenção ao título podemos ver uma

grande diferença, falamos dos pontos do Mestre Tung e do Método do Equilíbrio do Dr.Tan ou seja falamos de pontos e de método.

Então podemos dizer que Mestre Tung são uma lista de pontos muito eficazes para tratar patologias específicas necessitando memorizar uma grande número de pontos, manipulações e indicações. No método do equilíbrio do Dr.Tan não são dados pontos. Então a essência do Método do Equilíbrio do Dr.Tan não são as receitas de pontos, mas sim um processo lógico e criativo. É e por isso que para um mesmo problema podemos ter diversas opções de tratamento. Podemos escolher diversos pontos, baseado naquilo que o paciente necessite. Tirando partido deste pensamento lógico que vai tirar proveito utilizando se do mínimo de agulhas para tratar a maior quantidade de sintomas de nosso paciente.

Mesmo que os problemas que o paciente apresente, não parece estar relacionados. Mas o Método do Equilíbrio vai ajudar a esclarecer todas as reações dos padrões que ocorre. Então em vez de usarmos pontos para tratar os problemas usamos uma lógica que vai equilibrar o todo. Outra coisa importante e que dentro do Método do Equilíbrio não temos métodos diferentes de puntura e manipulações específicas, mas sim, baseado na lógica vamos entender como vamos puncionar determinado ponto.

Então para dois ou três pacientes com o mesmo problema, podemos puntar de maneira diferente, pois vamos tentar entender a lógica do que vamos fazer. Todos os discípulos direto do Mestre Tung concordam que foram ensinados sem uma teoria por detrás. Ele ensinou e deixou observarem a sua prática clínica e assim aprenderam. Algum deles tiveram a capacidade de explicar tudo aquilo que aprenderam, tal qual a MTC, as técnicas do Mestre Tung normalmente são relacionadas com a localização dos pontos e indicação de pontos. E a razão de muitos dos professores que ensinam a técnica do Mestre Tung foram buscar o Método do Equilíbrio para poder explicar a técnica e os pontos do Mestre Tung.

Muitos dos que praticam e ensinam a técnica do Mestre Tung no fundo utilizam no passo 2, do Método do Equilíbrio do qual é chamado Acupuntura 1,2,3. Utilizam o passo 2 para explicar os pontos relacionados no passo 3. Nunca ninguém questionou a genialidade do Mestre Tung. Ele foi um dos grandes Mestres da Medicina Chinesa. De acordo com o Nei Jing existe essas relações, o alto trata o baixo e o baixo trata o alto. A esquerda trata a direita e vice-versa mas quando se fala em teoria ninguém sabia ou conseguia explicar sobre isto. Mesmo incluindo o significado dos pontos. Tal qual o IG10 Shou San Li que significa as 3 mil milhas da mão e o ponto E36 as 3 mil milhas da perna, isso já nos dá uma pista da relação entre eles. Mas o problema do chinês e da cultura chinesa e de que gostam de guardar a chave para eles. E não é apenas por que querem guardar o segredo, mas é uma forma, de que se eles querem selecionar esses alunos, e se eles acharem que um dia esse aluno mereça, pode ensinar esses segredos a ele.



Mas no Método do Equilíbrio, no passo 1 temos uma explicação da relação fisiológica que faz a relação e conexão do IG 10 com E36 que simbolizar pelo mesmo nome. A mesma coisa acontece com os pontos do Mestre Tung, podem ser explicado utilizando o passo 2 do Método do Equilíbrio. A diferença entre aprender os Pontos do Mestre Tung junto com o Método do Equilíbrio ou apenas o Método do Equilíbrio. Os pontos do Mestre Tung com uma boa explicação por detrás, pode nos ajudar a escolher e memorizar os pontos. Ficando sempre limitados a esse número de pontos, mas se por outro lado aprenderem apenas um método de raciocinar e pensar vão ver que terão muito mais opção para tratar um paciente. E a partir desse raciocínio que já aprenderam, vão saber se vão querer utilizar um ponto do mestre Tung ou um outro ponto qualquer.

Existe alguma semelhança entre as duas técnicas?

A semelhança entre as técnicas são, utilizam pontos distais e a eficácia de ambas as técnicas.

A vantagem de se saber o Método do Equilíbrio é saber, entender como e o porquê dos pontos do Mestre Tung funcionam. No Método do Equilíbrio não precisa se procurar nenhum ponto, esses pontos eficazes vão aparecer naturalmente conforme vamos fazendo todos os passos. Dr.Tan falava que não tinha que visar nenhum ponto, apesar de haverem infinitos pontos e no Método do Equilíbrio nos permite utilizar esses infinitos pontos.

A Medicina Chinesa Clássica que era ensinada a milhares de anos já não é a mesma ensinada atualmente. Por isso deve haver uma distinção clara entre a Medicina Clássica e a Medicina Tradicional Chinesa. O Método do Equilíbrio tem suas raízes na Medicina Clássica e no entanto se quisermos comparar o Método do Equilíbrio com a Medicina Tradicional Chinesa encontramos uma série de diferenças e o que chamamos de Medicina Tradicional Chinesa de hoje em dia não tem mais do que 70 a 80 anos.

E talvez por razões históricas a Acupuntura e a Fitoterapia foram misturadas, combinadas e é por isso que na Medicina Chinesa tradicional, hoje em dia após um diagnóstico, acabamos com 2 pontos que e uma prescrição de plantas e uma receita de pontos, e esse diagnóstico da Medicina Chinesa e baseada nos zang fu.

E esta aplicação do diagnóstico dos zang fu da acupuntura e relativamente recente e sua base não era para dar origem a uma aplicação de pontos. Esse diagnóstico lógico da teoria dos zang fu e mais aplicado a uma prescrição de plantas do que propriamente uma prescrição de pontos. O Método do Equilíbrio já fala numa aplicação, especificamente num diagnóstico de acupuntura que é a forma clássica de aplicar a acupuntura. E é exclusivamente baseada nos meridianos. E não apenas para tratar patologias locais mas também em patologias internas onde o seu diagnóstico é baseado no trajeto e funções dos canais.

O método do Equilíbrio vai para além de um estilo, muito além de uma técnica específica e conseguimos entender os princípios que o método do equilíbrio nos ensinam faz com que propriamente se torne mais flexível. Podemos falar dos meridianos tradicionais. Na MTC falamos em 3 Yin e 3 Yang, normalmente esta dividido em três e no estilo do Mestre Tung esta dividido em 5 e na Medicina Chinesa chama se Shao Yin, Jue Yin, Tai Yin, Tai yang, Yang Ming e Shao Yang e como falamos em pontos no Método do Equilíbrio não usamos nenhum ponto novo, nenhum novo meridiano, existe um número infinito de pontos e da mesma forma existe um número infinito de meridianos.

Desta forma não limita a uma única técnica. Podemos dizer que a técnica de Wang ensina 7 canais outros 5, então para nós não interessa qual estilo vamos aprender ou usar e nem sequer é necessária a discussão desses estilos diferentes, téc-

nicas diferentes. E nesse momento que dizemos que o Método do Equilíbrio vai muito além, é por que explica os princípios escondidos ou seja, explica o princípio global que nos permite entender a eficácia de todos esses estilos e a ineficácia também. Podemos perceber que o estilo Wang é 30% eficaz outro 40%, mas falamos na maioria das vezes de uma eficácia inconstante, e a única forma de manter uma eficácia elevada e constante e perceber realmente esses princípios escondidos baseados na fisiologia e foi isso principalmente que o Dr Tan sistematizou e que é ensinado nas formações do Método do Equilíbrio pela equipe da Si Yuan.

RB
MC



Medicina Chinesa Personalização Terapêutica

Conteúdo:

- Introdução
- O Clássico 伤寒杂病论 ShāngHánZáBingLùn (伤寒论 ShāngHánLùn e 金匱要略 JīnGuīYàoLüè)
- 类方 LèiFāng Famílias de fórmulas
- 体质 TǐZhì Tipo Constitucional (apresentação morfo-funcional)
- 药证 YàoZhèng Síndromes pela Matéria Medica (espectro de ação)
- 方证 FāngZhèng Síndromes pelas Fórmulas (espectro de ação)
- 方病人 Fāng Bing Rén Modelo "Fórmula - Doença - Paciente"
- Métodos de diagnóstico e a importância dos achados clínicos
- 腹诊 FùZhěn (Fuku Shin) Diagnóstico Abdominal
- Família Gui Zhi 桂枝 Ramulus Cinnamomi (constituição, características, predisposição e fórmulas)
- Família Chai Hu 柴胡 Radix Bupleuri (constituição, características, predisposição e fórmulas)



Dia 6 e 7 de Maio



Professor:
Prof. Pedro Albuquerque (Portugal)

Vice-presidente da Sociedade Portuguesa de Medicina Chinesa Acupunturista e Fitoterapeuta com formações avançadas na China. Professor Convidado da Faculdade EBRAMEC

☎ Telefone: (11) 2662-1713 📞 Whatsapp: (11) 97504-9170

📍 Rua Visconde de Parnaíba, 2727 - Bresser-Mooca - (Próximo ao Metrô Bresser-Mooca)



Abordagem da Medicina Chinesa na Estagnação do Qi do Fígado em relação à Fisiologia da Mulher

Matheus Dias Almeida e Kátia do Prado Fernandes

Como falar da fisiologia da mulher, sem falar de suas interações com o ambiente em que vive, das pessoas com as quais se relaciona, de suas emoções e ciclos hormonais? O ser humano é um ser complexo, e a mulher que além de todas suas funções primordiais, ainda nos dias atuais possui um acúmulo de funções extras, que podem levá-la a vários desequilíbrios. Dissertaremos sobre o corpo feminino e suas interações com seu entorno na visão da Medicina Chinesa (MC)

O Taoísmo entende que os seres humanos são parte integral da natureza e do Tao (*Dào* 道), cuja tradução mais simplificada é Caminho, regendo todos os aspectos da vida que consiste numa troca constante entre o equilíbrio das forças *yīn* 阴 e *yáng* 阳, demonstrando os ciclos como o dia e a noite, os setênios até o nascer e morrer.

A teoria do *yīnyáng* considera que todas as interações existentes são o resultado da comunicação dessas duas polaridades. Onde existir o *yīn* existirá o *yáng* e vice-versa, um contém o outro, estes princípios são opostos, complementares, transformam-se um no outro. Todos os fenômenos do universo são manifestações do *yīn* e do *yáng*, como o dia e a noite, o calor e o frio, a atividade e o repouso¹. O corpo humano é um todo integrado e todos seus órgãos e tecidos estão conectados podendo ser divididos nessas duas polaridades. Por fim, a atividade é *yáng* e a estrutura, a forma são *yīn*².

Quando analisamos o macrocosmo, o que chamamos de *yīn* e *yáng*, no microcosmo [nosso corpo] damos o nome de *qì* 气 (força impulsionadora) como seu aspecto *yáng*; e *xuè* 血 (sangue) representando o *yīn*. Compreendemos que a vida é uma troca constante entre o equilíbrio da força impulsionadora e o sangue. Essa harmonia traz um equilíbrio psicofísico para o nosso ser. Sangue e *qì* incorporam a fisiologia e toda a expressão do *yīnyáng* no corpo, o sangue se relaciona com a forma e o *qì* com o movimento. Quando o indivíduo adoece diz-se que perdeu-se a harmonia entre o *yīn* e o *yáng*, entre o *qì* e o sangue.

Fatores predisponentes para uma alteração sangue e *qì* são: idade, mudanças que ocorrem de acordo com os ciclos da vida, o estado interno (emocional) do indivíduo e as variações externas (o meio ambiente)³.

Na visão da MC, a saúde do ser humano e sua longevidade dependem da habilidade do corpo em se adaptar com o ambiente que vive, pois não estamos isolados da natureza e sim integrados e em relação de coexistência. Toda condição que impede o corpo de mover-se em harmonia com o meio chama-se *bìng*

(doença). Toda intervenção que busca a restauração desta harmonia com o meio chama-se *zhì* 治 (tratamento). O objetivo do tratamento é reintroduzir o paciente ao seu estado *píng rén* 平人 (equilíbrio) podendo ser traduzido como pessoa em paz⁴.

Até então falamos em como é um corpo considerado saudável. Todos nós temos um potencial de cura, de organização imensos, porém em igual escala, também possuímos o sentido da doença, da desorganização. Os chineses estabeleceram quatro grandes grupos para descrever como o *qì* pode se desajustar. Dois padrões representam perdas (esvaziamentos) e dois outros os excessos corporais, sendo estas: deficiência, afundamento, estagnação e rebelião.

(1) Qi deficiente pode ocorrer por muitas razões; na maioria das vezes, por excesso de trabalho ou dieta irregular - hábitos de vida. Sintomas comuns são: cansaço, lassidão muscular, face empalidecida, abdome distendido, respiração curta, dificuldade no pensamento;

(2) O qi afundado é uma quadro evolutivo do anterior com sintomas mais severos, como: letargia, apatia, lassidão (podendo haver prolapso de órgãos), palidez acentuada, dificuldade respiratória. O *qì* é o que nos traz o ânimo de vida, em uma comparação rude se assemelha ao nosso ATP (Adenosina Trifosfato), nos proporcionando a energia para o dia a dia. Com a redução desse princípio impulsionador nos falta atividade para o exercício da simples fisiologia e com isso inicia-se pequenas “falhas” no sistema corpo;

(3) Rebelião do qi significa que este flui na direção contrária a habitual, um sintoma clássico é o vômito, no qual o bolo alimentar deveria descer para continuar a digestão, por algum motivo (alimento estragado, aumento da acidez estomacal, etc) segue o movimento contrário;

(4) Por fim, o qi estagnado é quando este falha em seguir seu fluxo e apresenta uma lentificação (estagnação) em alguma região do corpo. Tudo que tem como característica em acumular gera desconfortos, o sintoma mais comum são as dores, toda e qualquer dor: dismenorréias, enxaquecas, dor muscular, ligamentar, etc⁵.

Como tema proposto deste artigo iremos nos concentrar no conceito da estagnação do *qì* do fígado esclarecendo o termo tão usado no diagnóstico médico chinês. Segundo Blalack (2007) quando existe uma dificuldade no movimento e fluxo do *qì*, os termos estagnação, restrição, depressão e estase têm muita similaridade e também possuem suas diferenças, ele afirma não haver na literatura médica chinesa com o termo *gān qì zhì* 肝气滞 (“estagnação” do *qì* do fígado), nem mesmo *gān zhì* 肝

1 AUTEROCHE, B.; NAVAILH, P. O Diagnóstico na Medicina Chinesa organização Andrei Editora LTDA Caixa Postal 4989-são Paulo 1992.

2 XINONG, C. (1999). Acupuntura e moxabustão chinesa (E. I. Souza Martins, Trad.). São Paulo: Roca.

3 ROCHAT DE LA VALLÉE, E. The Essential Woman: Female health and fertility in chinese classical texts. Monkey Press, 2007

4 NEAL, E. Introdução ao Clássico da Acupuntura Neijing Parte I: História e Princípios Básicos - Journal of Chinese Medicine, n. 100, Outubro 2012

5 MACIOCIA, Giovanni. Os fundamentos da Medicina Tradicional Chinesa: um texto abrangente para acupuntura e fitoterapeutas. 2 ed. São Paulo: Roca, 2007; AUTEROCHE, B.; NAVAILH, P. O Diagnóstico na Medicina Chinesa organização Andrei Editora LTDA Caixa Postal 4989-são Paulo 1992.

滯 (“estagnação” do fígado). O autor se detém à expressão *gān qì yù* 肝气郁 (constrangimento ou constrição do *qì* do fígado). Assim, para melhor entendimento pode-se dizer que *yù* seria um mecanismo patológico, que levaria a limitações nas funções do fígado, como o impedimento do livre fluir e disseminação de sangue pelo corpo, podendo afetar *jīn* 筋 (tendões) e poderia ainda ser associado à frustrações, raiva ou emoções semelhantes que afetam *gān* 肝 (fígado), perturbando o livre fluxo do *qì*. Para o termo *zhì* 滯 a denominação seria estagnação. Estas duas categorias teriam usos e sentidos semelhantes e diferentes, porém *zhì* 滯 seria uma categoria mais ampla. Já o termo *yū* 瘀 teria como definição estase e estaria mais relacionada ao sangue.

A explicação da relação do fígado e sangue se dará a seguir esclarecendo a linha de raciocínio do Blalack.

Fígado *gān* 肝

Quando pensamos em fígado queremos logo entender as biotransformações inerentes desse órgão no olhar médico ocidental, mas quando pulamos para o outro lado do globo nos defrontamos com passagens que serão citadas abaixo e isso confunde muita gente, não só os pacientes mas muitos praticantes também. Para facilitar o pensamento Worsley (1998) chama os órgãos de *guān* 官 (Oficiais), seguindo a descrição do Capítulo 8 do livro *Questões Simples* intitulado *líng lán* 灵兰 (orquídea espiritual) onde o texto compara os órgãos com os cargos oficiais da época.

A elaboração do Worsley foi muito inteligente por valorizar a função do órgão, em chinês *zàng fǔ* 脏腑, traduzido pelo Unschuld (2016) de depósitos e reservatórios atuando como administradores do corpo regulando o que é necessário. Mais uma vez vemos uma tradução que foge do conceito de órgão, apesar da China moderna usar o termo órgãos e vísceras.

Seguindo esse raciocínio o fígado como um *zàng* é considerado o general do corpo regulando toda e qualquer função fisiológica, das emoções até a menstruação.

肝者，将军之官，谋虑出焉
胆者，中正之官，决断出焉

“O fígado ocupa o cargo de general das forças armadas. O acesso às circunstâncias e os conceitos dos planos vem dele.

A vesícula biliar é responsável pelo que é justo e exato. Determinação e decisão vem dela”⁶.

有東方青色入通於肝，開竅於目，藏精於肝，其病發驚駭，其味酸，是以知病之在筋也，其臭

O aspecto natural do quadrante leste penetra e se espalha pelo fígado; seu orifício se abre nos olhos; a essência é estocada no fígado; seu distúrbio é indicado por sobressaltos e tremores; seu sabor é o ácido; conseqüentemente sua doença é vista na força muscular; seu cheiro é rançoso⁷.

O texto do capítulo 4 acima descreve como o fígado funciona e como devem ser vistos os desajustes do mesmo. *Dōng fāng* 東方 o quadrante leste é a relação que os chineses da antiguidade percebiam da nossa interação com o meio, no caso o leste, quadrante onde o sol surge, e com ele começa o movimento, a vida nasce. Etimologicamente o ideograma 東 que significa “leste” tem a imagem de uma planta que nasce (*mù* 木) ao es-

tímulo dos raios do sol (*rì* 日). Há muita sabedoria presente no conhecimento chinês, eles observaram que na terra as coisas só desenvolvem se tiverem a presença do sol, e o movimento se inicia. No corpo eles compreenderam que o fígado é o órgão responsável por esse movimento fisiológico, ele tem a ressonância do estímulo do sol nascente ou da primavera trazendo vida para nosso interior, regendo/administrando nosso corpo.

Cada Oficial apresenta uma abertura, a abertura do fígado acontece nos olhos e assim pode-se planejar aquilo que se enxerga. O sentido de ver aqui pertence tanto à capacidade física dos olhos verem quanto à capacidade de percepção consciente dos acontecimentos ao nosso redor.

Cáng jīng yú gān 藏精於肝 - a essência é estocada no fígado

Esse é um aspecto muito importante para entendermos a fisiologia feminina. A essência relacionada nesse trecho é a sua parte operante, neste caso o sangue. Por mais que o fígado seja um Oficial intimamente ligado ao movimento e movimento se associa ao *qì*, o fígado é extremamente dependente do sangue. Este é o meio pelo qual esse Oficial consegue colocar em prática todo seu funcionamento, o sangue nutre o *qì*, ele é o combustível para o *qì* operar.

shí yǐ zhī bìng zhī zài jīn yě 是以知病之在筋也 - sua doença é vista na força muscular

Jīn 筋 força muscular, também é o ideograma que caracteriza músculos e tendões. Demonstra novamente a capacidade do movimento, para nos deslocarmos devemos ter os tendões e músculos íntegros e sadios, nos colocando em ação. O texto complementa que a sua doença é vista em *jīn* (força muscular) podendo ser desde lesões tendíneo-musculares até fraquezas e dificuldade no movimento. No caso da mulher não devemos nos esquecer de que o útero também é um músculo.

Mulher *nǚ* 女

Não temos a intenção neste artigo em descrever toda a fisiologia da mulher, como já dizia Sūn Sī Miào, exímio médico da dinastia Tang, “tratar uma mulher é 100 vezes mais difícil do que tratar um homem”. Refletimos sobre a frase do Sūn e pensamos se ele o disse devido ao patriarcalismo que vivemos, e na sua época também o era, ignorando a mulher do sistema social ou se realmente a sua fisiologia é tão complexa assim.

É verdade que a mulher tem as suas variações hormonais e isso gera uma mudança de corpo e de humor em uma variação de que os homens não conseguem alcançar. Estamos falando o tempo todo que devemos viver em comunhão com o meio ambiente pois a sabedoria da natureza é superior a nossa, então só se pode concluir que essas variações que muitas mulheres desejam suprimir nos dias de hoje é o que a torna Mulher, diferenciando dos homens e elevando sua sensibilidade.

Muito tardiamente, considerando seu tempo de existência, a MC olhou para a mulher, e o primeiro a fazer isso foi o próprio Sūn descrevendo que abaixo da cintura a mulher era diferente do homem e por fim devendo ser tratada de maneira diferente. Se tudo no universo traz em si o *yīnyáng* e comparativamente tudo pode ser dividido entre *yīnyáng* o homem seria o aspecto *yáng* e a mulher o aspecto *yīn* se complementando indefinidamente. Se o *yáng* se associa ao *qì* e o *yīn* ao sangue, entende-se que o homem se relaciona mais com o *qì* e a mulher mais com o sangue. Isso não é uma questão de quantidade, que a mulher tem mais sangue do que o homem ou o homem mais *qì*. Há uma relação com a organização interna do movimento vital na qual na mulher o sangue é prevalente.

O fígado tem um papel essencial para um estado de saúde psi-

6 LARRE, C; ROCHAT DE LA VALLÉE, E. The Liver. Monkey Press, 1999.

7 Ibidem

cofísico feminino. Os textos clássicos nos mostram que a essência é estocada no fígado, e descrevemos que essa essência se chama sangue e é justamente pelo fígado poder armazenar o sangue e ser o general de todo o organismo que ele pode direcionar a correta força para todos os impulsos e circulações necessárias ao corpo.

Nos parece estranho, mas sim o fígado ajuda na circulação sanguínea, mas de uma maneira diferente do coração que é responsável pela circulação regular do sangue e se espalha por todo o corpo incessantemente.

No *Lingshū* 灵枢 capítulo 33 há uma menção ao fígado como *xuè hǎi* 血海 (mar do sangue), que é também um nome alternativo para o útero. Há uma conexão íntima entre o fígado e o útero na MC, pelo fato do fígado estocar o sangue e circulá-lo pelo corpo, ele abastece o sangue do útero. Uma boa função do útero está diretamente ligada a uma boa função do fígado.

Ressaltemos a relação psíquica que este Oficial influencia no indivíduo. Todo e qualquer oficial apresenta além da sua relação física uma comunicação psíquica (psicofísica ou fisicopsíquica). No caso do fígado ele se relaciona com os humores, age extensivamente como um filtro emocional com uma predominância na emoção da raiva que se traduz no impulso do fazer.

Raiva nos textos chineses não tem a mesma conotação que pensamos aqui no ocidente, no pensamento comum. Esta se relaciona com o movimento, com o agir, o fazer, pôr em prática, é a emoção relacionada com o dar seguimento às coisas. Mas como já dito, tudo no corpo tem o potencial da cura e da doença. Quando esta mesma emoção está fora de contexto, fora do prumo, do seu devido alinhamento, harmonia, ela passa a ser maléfica ao organismo. Raiva em chinês é *nù* 怒, evocando uma imagem de uma mulher que através da força do seu coração se liberta da mão escravizadora. Nessa percepção podemos observar uma grande força interior que temos e a capacidade do ser humano, da mulher, em transformar o que está ao seu redor.

É importante destacar que a raiva em sua desarmonia pode se chamar de vários outros nomes, como: fúria, ira, raiva propriamente dita, frustração, depressão, melancolia, etc. As emoções não podem nem devem ser vistas como algo estático, mas sim como um grande mix de percepções aonde tudo pode se mesclar e por fim se manifestar. O chinês jamais viu as emoções como algo fixo e imutável.

Existe uma íntima relação da mulher e seus ciclos hormonais e de vida com os aspectos e funções do fígado, o que também nos remete à sua relação com os desequilíbrios deste órgão. Quando falamos de estagnação do *qi* do fígado podemos perceber a influência desta desarmonia nos sintomas apresentados pela mulher durante seu ciclo menstrual, como as dismenorréias, cólicas que podem ocorrer antes, durante ou após o período menstrual, a dor pode se dar no abdome inferior podendo ocorrer também distensão do mesmo e se estender para a área lombar, sacro, ancas e coxas. A dor está relacionada a uma estase de sangue, pois tanto em excesso (estagnação) quanto em vazio (deficiência), o sangue não se move, o que causa a dor (o sangue não move pela estagnação do *qi* que é o responsável por seu movimento). O sangue menstrual pode se apresentar com a cor púrpura-escura e com coágulos, cuja eliminação pode ocasionar alívio, o que também nos aponta estagnação de *qi* e sangue. A distensão mamária, outro sintoma comum deste período. A tensão emocional é outro fator presente, sentimentos de raiva, frustração, ressentimento. Outros sintomas relacionados ao período menstrual podem incluir náuseas e vômitos, diarreia ou constipação, dor de cabeça, enxaqueca, tontura, hipersensibilidade à luz e ao som.

Tratamento zhì 治

Iremos destacar 3 pontos de acupuntura muito bem conhecidos na prática clínica, com o olhar sutil da Kaatz (2005), trazemos uma nova abordagem sobre eles. Existe múltiplas maneiras de se administrar o cuidado na saúde, e o que será apresentado é mais uma dessas formas. O que mais nos impressiona e nos torna apaixonados por essa medicina é a abordagem que não traz nenhuma segmentação entre o que é do corpo físico e o que é do corpo emocional. O terapeuta e o paciente que estão a algum tempo em contato com a MC percebem que ela é uma prática de engrandecimento de vida, e não meramente de abordar a doença de uma maneira diferente. Diríamos que ela aborda a vida de uma maneira diferente.

Os pontos a serem citados acompanharão da sua maneira ocidental de serem identificados, seguindo do seu respectivo ideograma e por fim o nome traduzido para o português.

BP6 三阴交 - O Cruzamento de união dos 3 *yīn*: União das forças, é sobre isso que esse ponto fala. Este traz um fortalecimento e uma tonificação que vem da nossa estrutura nutridora. São considerados pela Kaatz (2005) os grãos e plantas que crescem e a água que preenche nossa força vital e o movimento de distribuição. Quando nos sentimos vazios este ponto traz uma energia vibrante nos preenchendo com um *qi* dinâmico que nos estimula em confiança e satisfação.

Sān yīn jiào significa a união dos 3 *yīn*. *Jiào* 交 tem a imagem de um homem de pernas cruzadas significando união, reunião, atamento, emaranhamento. E é esse a função de BP6 fortalecer o corpo, reunião consigo mesmo.

F3 太冲 - O surgimento supremo de seguir adiante: Considerado o ponto Terra no meridiano do Fígado trazendo a idéia de terreno, alimentando as nossas idéias, nos dando estabilidade em nossos objetivos com força e flexibilidade - movimento inerente da madeira. É também o ponto fonte colocando o planejamento da vida em ação.

Quando estamos seguros e nos sentindo alimentados temos a energia e confiança para dar segmento a nossos objetivos. A nossa madeira pode ser equilibrada na sua fonte central. Assim se torna flexível, contente e segue na sua visão. *Tài Chōng* nos traz a energia de seguir adiante.

REN 4 关原 - Passagem Original / Portão para a Origem: Esse ponto possui muitos outros nomes alternativos, como: campo de cinabre (*dān tián* 丹田), intervenção tripla (*sān jia jiào* 三结交), grande mar (*dà hǎi* 大海), grande polo central (*dà zhōng jǐ* 大中), porta da criança (*zǐ hù* 子户), câmara de sangue (*xuè shì* 血室), mar do sangue (*xuè hǎi* 血海), mar do *qi* (*qi hǎi* 气海), etc.

Não é comum um ponto de acupuntura ter tantos nomes alternativos, isso deflagra de imediato suas múltiplas funções. Se olharmos para o ideograma *yuán* 原 vemos uma imagem como se algo estivesse vindo do alto descendo sobre o homem [ser humano]. Significa a origem, o início, o absoluto, o chefe, o ancião. O Portão para a Origem alude a imagem de um grande portão, como na china antiga, que se abre para nossos jardins trazendo a sabedoria, clarividência e inspiração para a vida. Como uma rede que nutre tudo o que é necessário.

Com essa energia vital nossa vida pode se abrir e fluir com calorosidade e harmonia.

Considerações finais

A fisiologia da mulher é de fato muito complexa, como já relatava Sūn Sī Miào, por volta do ano 600. Suas interações com as pessoas que convive e com o seu entorno são muito importantes e mudam de acordo com seus ciclos hormonais e

de vida. Sangue e *qi* incorporam a fisiologia e toda a expressão do *yinyang* no corpo, o sangue se relaciona com a forma e o *qi* com o movimento. No desequilíbrio da saúde há a perda da harmonia entre o *yin* e o *yang*, entre o *qi* e o sangue.

Apesar do fígado ser intimamente ligado ao movimento e, desta forma, estar associado ao *qi*, este órgão é extremamente dependente do sangue, além disso, há uma conexão íntima entre o fígado e o útero na MC, pelo fato do fígado estocar o sangue e circulá-lo pelo corpo, ele abastece o sangue do útero. Uma boa função do útero está diretamente ligada a uma boa função do fígado, o que o faz fundamental para o entendimento e importância na fisiologia feminina. Seu papel e equilíbrio é essencial para o estado de saúde psicofísico da mulher.

A estagnação do *qi* do fígado é uma desarmonia muito presente nos sintomas apresentados pela mulher durante seu ciclo, representando uma parcela importante dos sintomas antes, durante ou depois do período menstrual, sejam esses sintomas físicos ou psíquicos.

Consideramos importante a mulher entrar em contato com algo mesma, percebendo e lidando de uma forma mais leve com a sua própria fisiologia, ao invés de ignorá-la, abafá-la. Vemos atualmente muitas mulheres caminhando no sentido inverso do ser feminino, onde a sua maior força está na sensibilidade que toda mulher tem por maestria. Não é nossa intenção, nem desejo, pensar quem é melhor ou pior sobre o homem e a mulher, mas sim, de evocar a importância que cada um tem sempre se complementando. Quanto mais entendermos nosso próprio movimento melhor lidaremos com nossas cruzes e quem sabe, assim como de repente, nos vemos sem essa cruz.

Bibliografia

1. ALMEIDA, M. D. Saúde e corpo: Uma visão da medicina Chinesa Clássica. Revista Medicina Chinesa do Brasil, Ano VI, n.18.
2. AUTEROCHE, B.; NAVAILH, P. O Diagnóstico na Medicina Chinesa organização Andrei Editora LTDA Caixa Postal 4989-são Paulo 1992.
3. BLALACK, J. Stagnation, Depression, Constraint, and Stasis: Terminological Clarification. www.chinesemedicine.com, 2007.
4. MACIOCIA, Giovanni. A Prática da Medicina Chinesa: Tratamento de doenças com acupuntura e ervas chinesas. São Paulo - Editora Roca, 1996.
5. MACIOCIA, Giovanni. Os fundamentos da Medicina Tradicional Chinesa: um texto abrangente para acupuntura e fitoterapeutas. 2 ed. São Paulo: Roca, 2007
6. NEAL, E. Introdução ao Clássico da Acupuntura Neijing Parte I: História e Princípios Básicos. Journal of Chinese Medicine, n. 100, Outubro 2012.
7. UNSCHULD, P. Huang Di New Jing Ling Shu: the ancient classic on needle therapy. Journal of Chinese Medicine, n. 111, June 2016.
8. LARRE, C; ROCHAT DE LA VALLÉE, E. The Liver. Monkey Press, 1999.
9. XINONG, C. (1999). Acupuntura e moxabustão chinesa (E. I. Souza Martins, Trad.). São Paulo: Roca, _____.
10. ROCHAT DE LA VALLÉE, E. The Essential Woman: Female health and fertility in chinese classical texts. Monkey Press, 2007.
11. KAATZ, D. Characters of Wisdom: taoist tales of the acupuncture points. The Petite Bergerie Press, 2005
12. ELLIS, A; WISEMAN, N; BOSS, K. Grasping the Wind: an exploration into the meaning of chinese acupuncture point names. Massachussets. Paradigm Publications, 1989.

RB
MC



Práticas Integrativas e Complementares Terapias Naturais

Conteúdo resumido:

- Introdução às Práticas Integrativas e Complementares;
- Conceitos e teorias relevantes às PICs;
- Acupuntura Auricular Chinesa;
- Métodos terapêuticos e diagnósticos pela Orelha;
- Massoterapia Ocidental;
- Instrumentos complementares na Massoterapia;
- Processos Psicológicos e Psicossomáticos;
- Aromaterapia;
- Florais de Bach;
- Iridologia Clínica;
- Fitoterapia Ocidental;
- Gestão e Empreendedorismo;
- Cromoterapia e Cromopuntura;
- Práticas Corporais;
- Práticas Respiratórias e Meditativas;
- Geoterapia;
- Recursos Biohídricos;
- Metodologia da Pesquisa Científica;
- Metodologia do Ensino;
- Ética Profissional.



Salas Especiais
Aplicação Prática
Apoio Internacional
Professores Especializados

Início em 6 e 7 de Maio

Duração: 18 meses



Coordenação:
Máya Lessa Ueda

Naturóloga, graduanda em Biomedicina
Formada em Acupuntura pela FTE-EBRAMEC
Coordenadora do Departamento de PICs da FTE-EBRAMEC



Telefone: (11) 2662-1713 Whatsapp: (11) 97504-9170

Rua Visconde de Parnaíba, 2727 - Bresser-Mooca - (Próximo ao Metrô Bresser-Mooca)

Resumos Científicos Internacionais

Tradutor: Dr. Pedro Lagos Marques Neto – Fisioterapeuta Especialista em Acupuntura.

[TRADUÇÃO 1]

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27756367>

Enviado para: BMC Complement Altern Med. 2016 Oct 18;16(1):392.

Eletoacupuntura no acupontos E-37 (Shangjuxu) melhora a função do sistema nervoso entérico em um novo modelo de constipação em ratos

Liang C., Wang K., Xu B., Yu Z.

RESUMO

Background: Eletoacupuntura (EA) aplicada no ponto E-37 (Shangjuxu) tem sido usada para aliviar sintomas gastrointestinais e melhorar a motilidade gastrointestinal. No entanto, os mecanismos pelos quais a EA afeta o sistema nervoso entérico (SNE) têm sido pouco investigados. Neste estudo foi investigado se a EA poderia melhorar a função do SNE.

Métodos: Um modelo de constipação foi estabelecido pela instilação gástrica de solução salina gelada por 14 dias. Os ratos constipados foram divididos em dois grupos: o grupo modelo, que não recebeu tratamento, e o grupo EA, que recebeu EA no ponto E-37 com um frequência de 2-15 HZ e uma amplitude de 1 mA por 15 minutos por dia por 3 dias. Posteriormente, 6 ratos foram incluídos como um grupo controle sem constipação. Após o tratamento com EA, a propulsão intestinal e o tempo de defecação foram mensurados. Adicionalmente, foram medidas os índices de PGP9.5 e nNOS por imunohistoquímica.

Resultados: O grupo EA demonstrou melhoras significativas nos índices de propulsão de carbono e no tempo de defecação, comparados ao grupo modelo ($P < 0.05$). Além disso, após a EA, as expressões de PGP9.5 e nNOS no jejuno, íleo e no plexo mioentérico do cólon proximal voltou ao níveis normais.

Conclusão: Este estudo sugere que a estimulação do ponto E-37 com EA é capaz de melhorar a disfunção da motilidade intestinal, e pode parcialmente restabelecer a função neuronal entérica. O SNE pode promover mudanças na motilidade intestinal afetando a ação dos neurônios inibitórios.

[TRADUÇÃO 2]

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27738447>

Comparação de eletroacupuntura e moxabustão para alívio da hipersensibilidade visceral em ratos com síndrome do cólon irritável com predominância de constipação.

Zhao J. M., Liu C., Zhou C. L., Yin S., Li Y. W., Shang H. X., Wu L., Bao C. H. Dou C. Z., Wu H. G.

RESUMO

Objetivo: Comparar se existem efeitos diferentes entre eletroacupuntura (EA) e moxabustão (MOX) sobre a hipersensibilidade (seus efeitos analgésicos) em síndrome do cólon irritável com predominância de constipação (SCI-C).

Métodos: EA com 1 mA e 3mA e MOX a 43°C e 46°C foram aplicadas no acupontos E-37 Shangjuxu (bilateral) em ratos com SCI-C e ratos normais (RN). [Um grupo de ratos com SCI-C não recebeu tratamento e foi monitorado do mesmo modo que os grupos com os tratamentos experimentais, sendo denominado modelo controle (MC).] Foi utilizado o índice de afastamento abdominal reflexo (AAR) para mensurar a hipersensibilidade visceral. O pigmento azul de toluidina foi utilizado para avaliar a atividade mastocitária (M) no cólon dos ratos. Imunoquímica foi utilizada para mensurar a expressão dos receptores 5-HT e 5-HT4 no cólon.

Resultados: Os índices AAR em todos os grupos os grupos de tratamento EAs (1 mA e 3 mA) e MOX (43°C e 46°C) após distensão colorretal (DC) por pressão de 20, 40, 60, e 80 mmHg foram significativamente inferiores que aqueles do modelo controle (MC) (P todos < 0.01). As contagens de mastócitos (M) e índices de degranulação no cólon de todos os grupos de tratamentos de EA e MOX e grupo MC foram significativamente mais altos que aqueles do grupo RN (P todos < 0.01). Os índices de degranulação no cólon de todos os grupos de tratamento de EA e MOX foram inferiores que aqueles do grupo MC (P Todos < 0.05). Os índices de 5-HT no cólon de todos os grupos de tratamento de EA e MOX foram significativamente inferiores que o índice do grupo MC (P todos < 0.01), e os índices de 5-HT4R no cólon de ambos os grupos de EA foi significativamente maior que aqueles do grupo MC (P ambos < 0.01).

Conclusão: Tratamentos com EA e MOX podem ambos melhorar a hipersensibilidade visceral em diferentes graus em ratos com SCI-C, e o tratamento com EA foi melhor que MOX.

[TRADUÇÃO 3]

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27706768>

Efeitos da estimulação do nervo sacral com acupuntura no tempo de trânsito intestinal e índices de c-kit no cólon de ratos com constipação de trânsito lento.

Zhang Y. G., Shao W. J., Gu YF, Qiu J. F., Yuan L., Li G. D.

RESUMO

Introdução: A estimulação do nervo sacral (ENS) é uma alternativa para aliviar incontinência fecal e constipação em lugar de uma abordagem cirúrgica. Este estudo objetivou explorar os efeitos e mecanismos subjacentes da ENS com acupuntura sobre o trânsito intestinal e os índices de proteína c-kit em ratos com constipação de trânsito lento (CTL).

Materiais e métodos: Cinquenta ratos Sprague-Dawley foram randomicamente divididos em cinco grupos: grupo controle em branco, ENS, Mosaprida, sham ENS, e modelo controle CTL. O modelo CTL foi estabelecido por injeção subcutânea de morfina. [Para a ENS foram utilizados os pontos B-31 e B-32 (raiz nervosa S1-2) que receberam agulhamento e eletroestimulação com 15 Hz por 30 minutos diários.] Cada grupo foi tratado por um período de 15 dias. O trânsito intestinal foi mensurado 1 dia antes do tratamento iniciar e após 5, 10 e 15 dias de tratamento. Após o 15º dia de tratamento, os animais foram sacrificados e os tecidos do cólon foram coletados para análise dos índices de proteína c-kit usando análise western blot.

Resultados: Observou-se diferenças significativas no tempo de trânsito intestinal no grupo ENS comparado com o grupo Mosaprida após 5 (P = 0.001) e 10 (P = 0.004) dias de tratamento. Após 15 dias de tratamento não houveram diferenças no tempo de trânsito intestinal entre os grupos ENS, Mosaprida e controle em branco. No entanto, diferenças significativas foram observadas quando se comparou os grupos ENS e Mosaprida com o modelo CTL e sham ENS. Uma diminuição dos índices de proteína c-kit foi observada no modelo controle CTL, sham ENS e Mosaprida, comparados com o grupo ENS (P = 0,001).

Conclusão: Os dados indicaram que ENS pode diminuir o tempo de trânsito intestinal e aumentar os índices de proteína c-kit em ratos com CTL para melhorar a função do trânsito do cólon.

[TRADUÇÃO 4]

Ann Intern Med. 2016;165:761-769.

Acupuncture for Chronic Severe Functional Constipation: A Randomized Trial.

Liu Z., Yan S., Wu J., He L., Li N., Dong G., et al.

RESUMO

Background: A acupuntura tem sido utilizada para tratar constipação crônica, mas as evidências para sua efetividade ainda permanecem escassas.

Objetivo: Determinar a eficácia da eletroacupuntura (EA) para tratar constipação funcional crônica severa (CFCS).

Delineamento: Experimento randomizado paralelo sham-controlado.

Local: 15 hospitais da China.

Sujeitos da pesquisa: Pacientes com CFCS e sem causas patológicas sérias subjacentes à constipação.

Intervenção: 28 sessões de EA em acupontos tradicionais ou EA sham (EAS) em não acupontos por 8 semanas.

Coleta de Dados: Os resultados primários foram a mudança da linha de base dos movimentos intestinais espontâneos completos semanais (MIECs) durante 1 a 8 semanas. Os participantes foram acompanhados até a 20ª semana.

Resultados: 1075 pacientes (536 e 539 nos grupos de EA e EAS, respectivamente) participaram da pesquisa. O aumento da linha de base semanal para MIECs durante a semana 1 a 8 foi 1,76 (95% CI, 1,61 a 1,89) no grupo EA e 0,87 (CI, 0,73 a 0,97) no grupo EAS (a diferença entre grupos, 0,90 [CI, 0,74 a 1,10]; P < 0,01). A mudança da linha de base nas médias semanais MIECs durante as semanas 9 a 20 foi 1.96 (CI, 1,78 a 2,11) no grupo EA e 0.89 (CI, 0,69 a 0,95) no grupo EAS (a diferença entre grupos, 1,09 [CI, 0,94 a 1,31]; P < 0,001). A proporção de pacientes que apresentaram um índice de 3 ou mais movimentos intestinais espontâneos completos semanais (MIECs) na média semanal no grupo de EA foi de 31,3% e 37,7% nos períodos de tratamento e acompanhamento respectivamente, comparados com 12.1% e 14.1% no grupo EAS (P < 0,001). Eventos adversos relacionados com a acupuntura foram infreqüentes em ambos os grupos, e todos foram leves ou transitórios.

Limitações: Não foi realizado acompanhamento [dos resultados do tratamento] a longo prazo. O delineamento experimental não pode ser cego para os acupunturistas.

Conclusão: Oito semanas de EA aumenta MIECs e é segura para o tratamento da CFCS. Estudos adicionais são justificados para avaliar o tratamento de longo prazo e o acompanhamento.

[TRADUÇÃO 5]

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27348905>
Zhongguo Zhen Jiu. 2016 Feb;36(2):124-8.

Constipação diabética tratada com terapia de implantação de catgut em acupontos e forlax: um estudo randomizado controlado.

Artigo original em chinês
Li Y., An L. e Tian H.

RESUMO

Objetivo: Comparar a diferença entre o método combinado de administração oral de forlax e terapia de implantação de catgut nos acupontos, a simples terapia de implantação de catgut nos acupontos, e a simples administração oral de forlax na eficácia clínica em constipação diabética.

Método: Cento e cinquenta pacientes foram randomizados em três grupos com 50 sujeitos em cada um, um grupo abrangente combinou implantação nos acupontos com administração oral de forlax, outro com implantação nos acupontos e o terceiro apenas recebeu o medicamento forlax. No grupo de implantação no acupontos, a terapia de implantação foi aplicada bilateralmente no ponto E-25 Tianshu, BA-15 Daheng, E-37 Shangjuxu e B-25 Dachangshu, uma vez por semana. No grupo que recebeu forlax, forlax (polietileno glicol) foi prescrito para administração oral, uma vez ao dia, 10g cada vez. No grupo abrangente, a terapia por implantação nos acupontos e administração de forlax foram combinadas e os métodos foram os mesmos dos dois primeiros grupos. O tratamento foi feito por

4 semanas como um ciclo de tratamento, e dois ciclos foram requeridos nos três grupos. Separadamente, em 4 semanas, 8 semanas de tratamento e 2 meses após o tratamento, os índices de sintomas de constipação foram comparados entre os três grupos. Ao final de dois ciclos de tratamento a eficácia clínica e reações adversas foram comparadas entre os três grupos. Em 2 meses após o tratamento, o índice de recorrência foi comparado entre os três grupos.

Resultados: O índice de efetividade foi 98,0 % (49/50) no grupo abrangente, melhor que 86,0% (43/50) no grupo de implantação nos acupontos e 78,0% (11/50) no grupo de forlax (ambos $P < 0,01$). Nas 4 semanas e 8 semanas de tratamento, os índices de sintomas de constipação foram reduzidos significativamente quando comparados com os índices anteriores ao tratamento nos três grupos (todos $P < 0,05$). Os resultados no grupo abrangente foram menores do que aqueles nos outros dois grupos (todos $P < 0,05$). Nas 4 semanas de tratamento, os índices não foram significativamente diferentes entre o grupo de implantação nos acupontos e o grupo que recebeu forlax ($P > 0,05$). Em 8 semanas de tratamento e 2 meses após o tratamento, os índices no grupo de implantação nos acupontos foram melhores do que aqueles no grupo do forlax ($P > 0,05$). Houveram dois casos de reação adversa ao medicamento no grupo abrangente, 6 casos no grupo forlax e 0 casos no grupo de implantação nos acupontos. O índice de recorrência foi de

8,1% (4/49) no grupo abrangente, menor que 32,6% (14/43) no grupo de implantação no acupontos e 59,0% (23/39) no grupo com forlax (ambos $P > 0,01$).

Conclusão: A terapia combinada de implantação nos acupontos e forlax alcançou a melhor eficácia clínica na constipação diabética e nos índices de sintomas de constipação comparados com a simples implantação nos acupontos e a administração de forlax. A eficácia a curto prazo da terapia com apenas implantação nos acupontos não é significativamente diferente da simples administração de forlax, mas a eficácia a longo prazo e segurança são melhores do que para a simples administração do medicamento forlax.

RB
MC



Instituto Hua Tuo de Medicina, Artes Marciais e Cultura Chinesa

Seminário Internacional de Acupuntura Bioenergética e Moxabustão com o Dr. Carlos Nogueira Perez

- 06 de maio** - Enfermidade Mentais segundo a visão da Acupuntura Bioenergética. (Jundiaí)
- 07 de maio** - Diagnóstico e tratamento das Enfermidades Ortopédicas através da visão da Acupuntura Bioenergética. (Jundiaí)
- 12 de maio** - Início da 4ª Turma da Pós Graduação em Acupuntura Bioenergética e Moxabustão. Aula inaugural com o Dr. Carlos Nogueira Pérez.
- 13 de maio** - Photonterapia e Biomagnetismo. As Terapias do Céu e da Terra através da MTC. (Jundiaí)
- 03 e 04 de junho** - Formação Internacional em Acupuntura Bioenergética e Moxabustão (Jundiaí). Módulo I - Anatomia e Fisiologia Energética
- 02 e 03 de setembro** - Formação Internacional em Acupuntura Bioenergética e Moxabustão (Unicamp-Piracicaba). Módulo II - Semiologia e Diagnóstico



Informações:

Instituto Hua Tuo
Tel (11) 99980-8656 / 3101-0849
cursos@huatuo.com.br

CIAMO - Tel (11) 2434-3878
contato@ciamo.com.br

Aumento do Rendimento de Praticantes de Kung Fu Garra de Águia através da Acupuntura

Vinicius Marques e Reginaldo Silva-filho

**“A partir daqui, aproveite o que lhe for útil, descarte o que for inútil e acrescente aquilo que for essencialmente seu”
– Bruce Lee**

Resumo

Este artigo tem como tema o aumento do rendimento de praticantes de kung fu do estilo Garra de Águia através da acupuntura, para verificar se existe uma real eficácia do tratamento adotado, os praticantes foram submetidos a testes físicos no início, no meio e ao final do tratamento, os quais foram comparados com um grupo controle que não utilizou a acupuntura durante o processo, além destes, preencheram alguns questionários sobre aspectos gerais que dizem respeito a qualidade de vida.

A partir dos resultados desse teste foi dado início ao tratamento, utilizando a Acupuntura como meio de aprimorar os rendimentos constatados até então.

Ao fim das dez sessões observou-se que houve de fato melhora em algumas das habilidades avaliadas, porém em outras habilidades o teste acabou sendo inconclusivo.

Palavras Chaves: Acupuntura, Kung fu, Aumento de rendimento.

1. Introdução

Em mais de cinco mil anos de evolução no que se diz respeito a acupuntura, desde do surgimento do termo Yin e Yang até os dias de hoje a acupuntura se mostra extremamente eficiente para restaurar o equilíbrio dinâmico do corpo, porém e se o objetivo final não for apenas um estado de “Saúde plena”, mas sim a potencialização de características físicas? Esta é a finalidade principal deste artigo.

Dentro do mundo dos esportes qualquer técnica que possa possibilitar um passo à frente dos adversários será uma valiosa vantagem, porém sempre será necessário que isso não fira as regras do doping, até o presente momento a Acupuntura seria uma boa solução já que não fere esse princípio.

A partir desse questionamento é definido o objetivo final, que culmina em aumentar a performance de um praticante de kung fu do estilo Garra de Águia nos seguintes quesitos, Força de resistência, Velocidade de deslocamento, Flexibilidade, Impulsão vertical e horizontal através de valores palpáveis qualitativos e quantitativos.

Porém antes de prosseguirmos, vamos contextualizar alguns pontos.

Existem várias versões de como poderia ter nascido o Kung fu, a mais aceita e mais difundida, e que é descrita no Yin Jin Jing

é que o Kung fu veio da Índia através de Bodidarma ou Bodhidharma, que representa a 26ª geração de monges seguidores de Buda. Ao chegar de viagem à China, um dos senhores feudais o recebeu, pois naquele tempo o Budismo já era bem difundido na China, e ao recebe-lo mostrou todos os seus feitos, como traduções de textos sagrados, construção de templos, e disse: “Então monge eu tenho méritos?” Então Bodidarma o respondeu: “Não mérito” nascendo então o princípio de que devemos fazer o bem, por que ele faz parte da gente, não por algo que se possa receber em troca. Logo depois disso, Bodidarma foi ao Templo de Shaolin, onde meditou por 9 anos virado para uma parede para alcançar ao estado Buda (iluminação), e logo após isso ensinou aos frágeis monges do templo de Shaolin o que então seria conhecido nos dias de hoje como Kung Fu, fazendo assim, o Templo de Shaolin o berço das artes marciais.

O tempo passa, e vários estilos de Kung Fu foram criados e desenvolvidos através da observação da natureza, da mesma forma que princípios da medicina chinesa.

O estilo Garra de Águia, Ien Jiao em chinês, nasceu indiretamente do templo Shaolin. Indiretamente porque Ó Fei a quem é dado o crédito por ser fundador do estilo, aprendeu com seu mestre Chow, um monge do templo Shaolin, os princípios da arte da Águia.

Ó Fei aperfeiçoou o estilo Garra de Águia, se tornou general, assim treinando seu exército e as tropas de elite, vencendo desta forma várias batalhas até ser acusado injustamente de traição por um conselheiro da corte chinesa que influenciou o Imperador Sung a condená-lo à morte.

Após alguns anos um monge chamado Lai Tchin reiniciou a prática da Águia, que por sua vez ensinou a Tao Tchai, que ensinou a Fa Sen, este por sua vez tornou a aperfeiçoar o estilo deixando-o mais completo.

Por fim, uma questão importante a se ressaltar é que o nome verdadeiro da arte marcial é Wushu, que traduzido seria algo como combate de guerra, o nome Kung fu na verdade significa, obtenção de extrema habilidade através do trabalho duro, ou seja, fazer um bom diagnóstico e inserir uma agulha com precisão no ponto certo e dar o estímulo adequado em busca de trazer a harmonia do que está em desequilíbrio, também é Kung Fu.

Enquanto a acupuntura é um dos tratamentos médicos mais antigos e teve a origem do seu principal fundamento percebido na China, há mais de 5000 anos, tendo que essa foi a data

estimada da percepção da existência do Yin Yang por Fu Shi.

As raízes de sua filosofia estão nos ensinamentos tradicionais do Taoísmo, Budismo e Confucionismo, que promove a harmonia entre os humanos e o mundo a sua volta, assim como um equilíbrio dinâmico entre o yin e o yang.

Os primeiros acupunturistas utilizavam agulhas feitas com pedras e ossos, mas posteriormente começaram a criar agulhas de metal, como o bronze, ouro e prata.

As primeiras informações acerca da acupuntura foram trazidas à Europa em meados do século XVII, por jesuítas e viajantes procedentes do Extremo Oriente. Na verdade, foram os missionários jesuítas que adotaram o termo “acupuntura”, a partir do latim, onde “acus” significa agulha e “punctura” significa puncionar.

Nas últimas três décadas, a acupuntura ganhou ainda mais impulso e credibilidade.

Hoje em dia, por exemplo, há diretrizes oficiais que regem sua utilização, além de sociedades organizadas por profissionais capacitados em acupuntura.

Já a Acupuntura e a Medicina Chinesa como um todo, dentro do mundo dos esportes em geral tem ganhado cada vez mais espaço, boa parte dos clubes de futebol utilizam a Acupuntura como recurso para recuperação de lesões nos jogadores, durante as olimpíadas do Rio de Janeiro também houve uma grande repercussão sobre o uso de Ventosaterapia nos atletas.

A pergunta que deu origem a esse projeto teve seu surgimento ao notarmos que a prática da Acupuntura ser extremamente comum entre os monges shaolins, que são reconhecidos pelo seu altíssimo desempenho nas técnicas de Kung Fu, e não apenas nas técnicas físicas, mas as técnicas meditativas e a percepção do mundo que os cerca, e então poderíamos ter aqui uma ligação, uma influência, entre esses excepcionais resultados e a prática da acupuntura como uma questão habitual. Assim

que foram submetidos ao tratamento, A.A., L.D., V.V., preencheram os três questionários e logo em seguida realizaram o teste físico junto com os outros dois praticantes, C.E. e V.M. os quais apenas realizaram o teste físico para nível de controle dos efeitos do tratamento com acupuntura, a seleção desses praticantes seguiu o critério de que tivessem uma prática dessa atividade de pelo menos 3 vezes na semana e que treinassem de 4 a 8 anos, nenhuma deformidade física, possuísem entre 20 e 25 anos de idade.

A partir desse momento foram realizadas 5 sessões de acupuntura no grupo que se submeteu ao tratamento, ao final das sessões foi replicado os mesmos testes físicos nos 5 praticantes, feito isso, deu-se início a mais uma batelada de 5 sessões de acupuntura no grupo que se submeteu ao tratamento e por fim mais uma vez a realização dos testes físicos juntamente com o grupo controle para a obtenção do resultado final, entre início e fim dos tratamentos houve um prazo de uma semana.

Passada esta semana o grupo que se submeteu aos testes refez os questionários para verificação de uma possível alteração durante os 7 dias decorrentes de um tratamento tão intensivo.

Os quesitos que foram avaliados o desempenho de cada praticante foram força de resistência, velocidade de deslocamento, Flexibilidade, impulsão vertical, impulsão horizontal.

Para esse projeto foi adotado o seguinte protocolo de tratamento para os 3 praticantes: VC12 (Zhongwan) +VC10 (Xiawan) + VC6 (Qihai) + VC4 (Guanyuan); E36 (Zusanli) + IG10 (Shousanli); P9 (Taiyuan) + BA3 (Taibai); VB34 (Yanglingquan) e VG20 (Baihui).

3. Resultados

De uma maneira mais didática, a tabela a seguir demonstra quais foram os resultados dos testes físicos no momento inicial, medial e final dos tratamentos

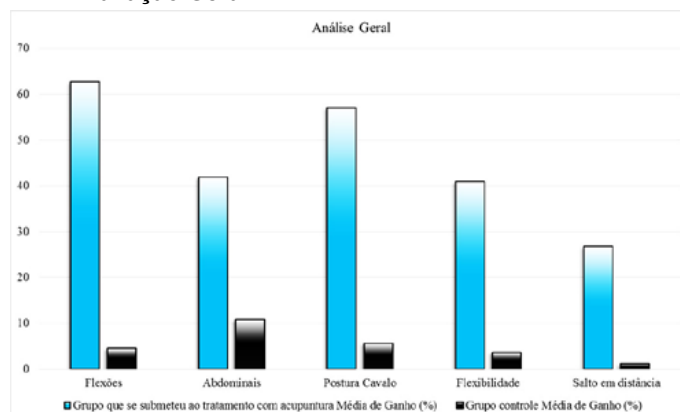
	Grupo que se submeteu ao tratamento com acupuntura									Grupo controle					
	A.A.			L.D.			V.V.			V.M.			C.E.		
	1º teste	2º teste	3º teste	1º teste	2º teste	3º teste	1º teste	2º teste	3º teste	1º teste	2º teste	3º teste	1º teste	2º teste	3º teste
Flexões	10	15	21	29	35	38	17	20	25	40	41	40	22	24	24
Abdominais	58	66	72	20	25	27	24	22	40	51	47	60	25	23	26
Postura Cavalos	67	103	134	44	45	55	130	138	190	196	202	210	144	146	150
Flexibilidade	26	30	32	22	25	26	11	17,5	20	28	28,5	28,5	18	18,8	19
Velocidade	21,5	21	21,4	20,4	20	20	22,9	23	22,2	27,4	25,5	25,6	22,5	22,2	22,6
Salto em altura	2,56	2,56	2,58	2,7	2,78	2,77	2,56	2,71	2,69	2,7	2,7	2,72	2,65	2,63	2,67
Salto em distância	2,21	2,87	2,99	2,45	2,82	3,33	2,44	2,44	2,63	2,51	2,54	2,56	2,49	2,52	2,5

sendo, temos a pergunta que imprime esse projeto “Será capaz a acupuntura de aumentar os rendimentos de um praticante de Kung Fu do estilo Garra de Águia?” e junto com essa pergunta se traça um objetivo, uma meta, fazer com que praticantes comuns desse estilo adotem a prática da Acupuntura por cinco dias, realizando duas sessões por dia, totalizando 10 sessões no total e que ao fim dessa semana, obtenham um ganho de desempenho consideravelmente superior aos praticantes que não utilizaram o recurso da Acupuntura, dentro dos quesitos avaliados que serão força de resistência, flexibilidade, velocidade de deslocamento, impulsão tanto na vertical quanto na horizontal.

2. Materiais e Métodos

O projeto se sucedeu da seguinte forma, os 3 praticantes

• Avaliação Geral



O praticante A.A. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de flexões que poderiam ser realizadas, obteve um ganho de 110%.

O praticante L.D. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de flexões que poderiam ser realizadas, obteve um ganho de 31,03%.

O praticante V.V. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de flexões que poderiam ser realizadas, obteve um ganho de 47,05%.

O praticante V.M. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de flexões que poderiam ser realizadas, não houve ganho.

O praticante C.E. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de flexões que poderiam ser realizadas, obteve um ganho de 09,09%.

O praticante A.A. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de abdominais que poderiam ser realizados, obteve um ganho de 24,13%.

O praticante L.D. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de abdominais que poderiam ser realizados, obteve um ganho de 35%.

O praticante V.V. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de abdominais que poderiam ser realizados, obteve um ganho de 66,66%.

O praticante V.M. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de abdominais que poderiam ser realizados, obteve um ganho de 17,64%.

O praticante C.E. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de abdominais que poderiam ser realizados, obteve um ganho de 4%.

O praticante A.A. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de tempo na postura Cavallo (mabu), obteve um ganho de 100%.

O praticante L.D. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de tempo na postura Cavallo (mabu), obteve um ganho de 25%.

O praticante V.V. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de tempo na postura Cavallo (mabu), obteve um ganho de 46,15%.

O praticante V.M. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de tempo na postura Cavallo (mabu), obteve um ganho de 7,14%.

O praticante C.E. no quesito força de resistência, na avaliação do máximo de tempo na postura Cavallo (mabu), obteve um ganho de 4,16%.

O praticante A.A. no quesito flexibilidade, através do teste do banco de Wells adaptado, obteve um ganho de 23,07%.

O praticante LD. no quesito flexibilidade, através do teste do banco de Wells adaptado, obteve um ganho de 18,18%.

O praticante V.V. no quesito flexibilidade, através do teste do banco de Wells adaptado, obteve um ganho de 81,81%.

O praticante V.M. no quesito flexibilidade, através do teste do banco de Wells adaptado, obteve um ganho de 1,78%.

O praticante C.E. no quesito flexibilidade, através do teste do banco de Wells adaptado, obteve um ganho de 5,5%.

O quesito de Velocidade de deslocamento e Salto em altura obtiveram mínima variação no grupo que se submeteu ao tra-

tamento, fazendo deles inconclusivos, por tanto a comparação com o grupo controle seria ilógica.

O praticante A.A. no quesito Salto em distância, obteve um ganho de 35,29%.

O praticante L.D. no quesito Salto em distância, obteve um ganho de 35,91%.

O praticante V.V. no quesito Salto em distância, obteve um ganho de 9,01%.

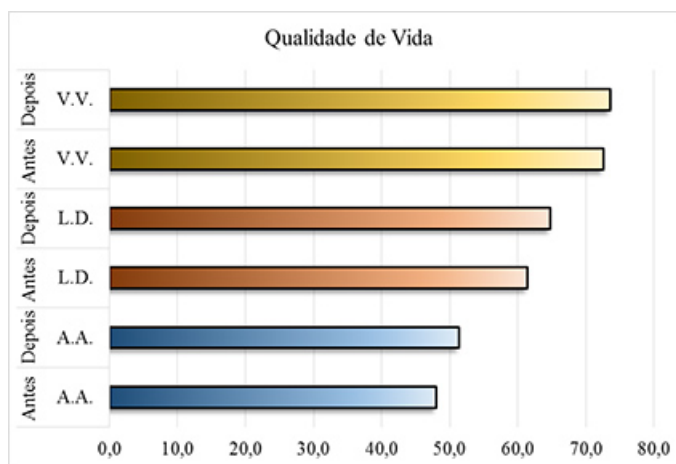
O praticante V.M. no quesito Salto em distância, obteve um ganho de 1,9%.

O praticante C.E. no quesito Salto em distância, obteve um ganho de 0,4%.

Além dos testes físicos, aos que se submeteram ao tratamento também foi pedido que realizassem 3 Questionários, segue principais resultados abaixo:

• **Resultado do Teste WHOQOL**

	PRATICANTE	DOM.FISICO	DOM.PSICO	DOM.SOCIAL	DOM.AMBIENTE	QV
Antes	A.A.	46,4	41,7	66,7	37,5	48,1
Depois		53,6	41,7	66,7	43,8	51,4
Antes	L.D.	82,1	66,7	50,0	46,9	61,4
Depois		82,1	70,8	50,0	56,3	64,8
Antes	V.V.	71,4	58,3	91,7	68,8	72,5
Depois		71,4	62,5	91,7	68,8	73,6



• **A.A. (CHQOL)**

	Anderson	
	Inicial	Final
10- Você sente fraqueza no corpo e membros? (1 Nunca - 5 Sempre)	5	4

• **L.D. (CHQOL)**

	L.D.	
	Inicial	Final
9- Você se cansa com facilidade? (1 Nunca - 5 Sempre)	3	4
19- As mudanças nas estações e no tempo afetam o seu corpo? (1 Nunca - 5 Sempre)	3	4
32- Você é capaz de expressar seus pensamentos através das palavras? (1 Incapaz - 5 Totalmente capaz)	3	4

• UCS

A.A.		L.D.		V.V.	
Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final
36	36	18	17	21	17

4. Discussão

Este artigo teve a intenção de demonstrar a eficácia da Medicina Chinesa sobre o aumento de rendimento de um praticante de arte marcial, nesse caso, praticantes de Kung Fu do estilo Garra de Águia, foram avaliados 7 quesitos dos quais 5 obtivemos um resultado positivo, enquanto 2 foram inconclusivos.

Os testes físicos aplicados e seus principais resultados, foram os seguintes:

- Força de resistência: Máximo de flexões

Os praticantes realizaram o máximo de flexões palmares serradas que conseguiram, sem pausas, ou colocarem mais que 4 apoios no chão. O grupo que adotou o tratamento com acupuntura obteve um resultado em média 58,15% superior no quesito força de resistência, avaliando-se o valor máximo de flexões que poderiam ser feitas comparado ao grupo controle.

- Força de resistência: Máximo de Abdominais

Os praticantes realizaram o máximo de abdominais do estilo Joelho e Tronco, abdominal tradicional do kung fu, sem qualquer tipo de pausa ou deixarem os pés tocarem o chão no momento da extensão. O grupo que adotou o tratamento com acupuntura obteve um resultado em média 31,11% superior no quesito força de resistência, avaliando-se o valor máximo de abdominais que poderiam ser feitos comparado ao grupo controle.

- Força de resistência: Máximo de tempo na postura cavalo

Os praticantes mantiveram-se o máximo de tempo na postura cavalo e para que todos ficassem no mesmo nível de dificuldade as pernas deverão estar fletidas 90º, para esse exercício foi desconsiderada a postura de resistência dos braços tradicional do kung fu. O grupo que adotou o tratamento com acupuntura obteve um resultado em média 51,4% superior no quesito força de resistência, avaliando-se o valor máximo de tempo que poderiam permanecer na postura Cavalo (Mabu) comparado ao grupo controle.

- Velocidade de deslocamento: Teste shuttle run

Dois linhas (linha a e linha b) paralelas uma em relação a outra, a linha "a" ficando a uma distância de 5 metros da linha "b" são demarcadas no chão, os praticantes deverão cruzar da linha "a" a linha "b" 5 vezes, sendo que ida e volta conta como uma vez. Os praticantes poderão repetir esse teste até três vezes visando o menor tempo possível. O quesito de Velocidade de deslocamento obteve mínima variação no grupo que se submeteu ao tratamento comparado com o grupo controle fazendo desse quesito avaliado inconclusivo.

- Flexibilidade: Teste banco de Wells (adaptado)

Os praticantes se sentaram com as pernas paralelas, utilizando uma prancheta, com a finalidade de nivelar a sola dos pés, em seguida posicionando uma régua de régua de 30 cm considerando a posição 23 cm como o eixo zero, portanto perpendicular a prancheta e com o zero voltado para o praticante, peça para o mesmo inspirar, e durante a expiração peça para o praticante tentar alcançar o ponto mais distante possível. O grupo que adotou o tratamento com acupuntura obteve um resultado em média 37,34% superior no quesito flexibilidade comparado ao grupo controle.

- Teste de impulsão vertical: Sargent jump ou dentro do kung fu, pulo do sapo

Os praticantes saltaram o mais alto possível e esticaram suas mãos para o alto, para esse exercício não será válido qualquer tipo de corrida antes do salto para ganho de impulsão. O quesito de impulsão vertical obteve mínima variação no grupo que se submeteu ao tratamento comparado com o grupo controle fazendo desse quesito avaliado inconclusivo.

- Teste de impulsão horizontal

Os praticantes realizaram uma corrida de três passos e em seguida saltaram visando a maior distância, foi validado a distância da marca do salto até onde o primeiro pé tocou o solo. O grupo que adotou o tratamento com acupuntura obteve um resultado em média 25,28% superior no quesito salto em distância comparado ao grupo controle.

O resultado de maneira geral positivo, se deu, não porque a Acupuntura potencializou as habilidades inatas de um ser humano, mas sim, levou aos 3 praticantes participantes a um estado de equilíbrio dinâmico fazendo assim, o corpo usar os recursos do mesmo, com mais facilidade, porque em suma, a maioria dos pontos de Acupuntura aqui empregados visavam basicamente duas coisas, melhorar o fluxo de Qi e Sangue (Xue) e direcioná-los aos músculos e tendões. Como podemos evidenciar abaixo:

VC12 (Zhongwan) + VC10 (Xiawan) + VC6 (Qihai) + VC4 (Guanyuan): De maneira geral esses pontos em conjunto trabalharam com a promoção do Qi Original (Yuan Qi) tanto no aquecedor inferior, quanto no médio, além de tonificar as funções de transporte e transformação do Baço (Pi), harmonizar o trato digestório através de uma melhor circulação de Qi e Sangue (xue); também trabalha a tonificação nos Rins (Shen) e harmoniza o Qi em alguns dos canais maravilhosos dentre eles Dai Mai tão importante nesse teste já que para trabalho de chutes e acrobacias, uma boa movimentação da cintura é fundamental.

E36 (Zusanli) + IG10 (Shousanli): O E36 (Zusanli) foi empregado devido sua função de tonificar o Baço (Pi) e o Estômago (Wei) responsáveis pela absorção e transformação dos alimentos, este ponto também tem função de tonificar o Qi e nutrir o Sangue (xue), restabelece o yang acalma a mente (Shen), além disso é ponto de comando (Zong) do abdômen e segundo o livro tao of jeet kune do, em suma os movimentos do corpo demandam esforço ou trabalho da região abdominal e em combinação com o IG10 (Shousanli) irá potencializar o efeito de tonificação de Qi e Sangue no corpo além de promover uma melhor circulação principalmente nos braços.

P9 (Taiyuan) + BA3 (Taibai): O P9 (Taiyuan) Ponto yuan do Pulmão (Fei) irá tonificar as propriedades do mesmo de captação do Qi do ar (Kong Qi) e como também é o ponto de influência (Hui) dos vasos, facilitará o percurso de Qi e Sangue (Xue) pelo corpo assim potencializando os efeitos do BA3 (Taibai) sendo ponto terra de terra, atuando sobre as funções do Qi, além de ser um bom ponto para trabalhar musculatura.

VB34 (Yanglingquan): Ponto de comando (Zong) dos músculos e tendões, irá atuar no que diz respeito a flexibilidade do praticante

VG20 (Baihui): Irá trabalhar principalmente na Mente (Shen) tornando-o mais sereno e focado aumentando a produtividade cerebral, além de relaxar os tendões e os músculos.

5. Conclusão

Começamos esse artigo com uma pergunta, que foi, será que acupuntura seria capaz de aumentar o rendimento de um praticante de Kung fu? E ao decorrer desse trabalho a cada resultado visto, a cada tabela montada, os resultados foram se mostrando além do esperado por mim, chegamos até médias de aumento de rentabilidade de 58,15% maior para quem usou o recurso da acupuntura e de uma maneira geral o resultado final para quem utilizou o recurso da acupuntura foi de um ganho de 40,71% superior aos resultados finais obtidos pelo grupo controle.

Porém houveram dois quesitos que não mostraram grande eficácia, mas talvez se mudando os pontos e se focando mais em outras técnicas da medicina chinesa, talvez o resultado poderia ser diferente onde este, foi inconclusivo.

Além do mais, através do questionário não foi evidenciado nenhum tipo de efeito colateral prejudicial aos praticantes, pelo contrário, foi possível até um pouco de aumento de qualidade de vida e percepção da qualidade daquilo que o cerca.

6. Referências

- DEADMAN, Peter; AL-KHAFAJI, Mazin; BAKER, Kevin. Manual da Acupuntura. Editora Roca.
- LEE, Bruce. Tao of Jeet Kune Do – Filosofia e arte do grande mestre. 4ª Edição. Editora Conrad editora do Brasil Ltda. Novembro de 2005.
- Teste físicos foram retirados em http://www.aquabarra.com.br/artigos/treinamento/VELOCIDADE_%20AGILIDADE_%20EQUILIBRIO_%20COORDENACAO.pdf
- <http://www.personalemcuritiba.com.br/como-adaptar-banco-de-wells>



VINICIUS MARQUES: *Acupunturista formado pela EBRAMEC, Residente em Acupuntura na Faculdade EBRAMEC*

REGINALDO SILVA-FILHO: *Diretor Geral da Faculdade EBRAMEC, Doutorando em Acupuntura pela Universidade de Medicina Chinesa de Shandong, Professor Associado da Federação Mundial de Medicina Chinesa (WFCMS)*

Encontro de Companheiros do Tao da Linhagem Pai Lin com o Mestre Liu Chih Ming — Abril de 2017 -



Neste encontro, aberto aos iniciantes, Mestre Liu Chih Ming dará continuidade à transmissão dos ensinamentos da Linhagem dos Iluminados Taoistas (Dao Jia Xian Zong), voltados à preservação e promoção da saúde integral.

O local escolhido nos permite relaxar mente e corpo, aprendendo e praticando os ensinamentos taoistas próximo à Natureza. Acalmar a mente permite equilibrar nossa energia (qi), espírito (shen) e essência (jing). Mestre Liu nos ensinará formas de prevenção e tratamento de diversos problemas de saúde, com a intenção de contribuir para que todos possam viver com saúde e felicidade, promovendo a paz neste mundo.

Dias 14, 15 e 16 de Abril de 2017
No Espaço Anhanguera (Centro Santa Fé)
Via Anhanguera, km 25,5 - Perus
- São Paulo – SP

Mais informações e programação completa:
<http://www.cemetrac.com.br/>