

## Energia: a moeda corrente da cultura corporal alternativa

Evanize Kelli Siviero<sup>1</sup>  
Luiz Alberto Lorenzetto<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Faculdade Euclides da Cunha - FEUC e Faculdades Integradas Fafibe SP.

<sup>2</sup>Departamento de Educação Física IB UNESP - Rio Claro SP.

**Resumo:** Este artigo mostra as visões do oriente e ocidente, no que diz respeito ao corpo e à utilização da energia como uma moeda corrente e unificadora de todas as dimensões do mundo alternativo, principalmente na área da saúde. O artigo ressalta conceitos que combinam e divergem elementos das tradições orientais com os conhecimentos ocidentais, científicos ou não, utilizando a dinâmica envolvida na idéia de desequilíbrio e reequilíbrio energético, como uma força explicativa e articuladora das inquietações e indagações do ser humano perante as mudanças de atitudes, de pensamentos e de comportamentos sócio-afetivo-culturais.

**Palavras-chave:** Mundo alternativo, corpo, energia, saúde.

*Energy: the useful tool of the alternative body culture*

**Abstract:** This article presents the different views of the oriental and western cultures regarding the body itself and the use of energy as a useful tool that unifies all the segments of complementary therapies, mainly, in the health field. The article also emphasizes which concepts they both have in common and their points of disagreement, scientific or not, by using a dynamic way which involves the idea of energy balance as a distinct and explanatory power for all the questions and doubts that the human beings may have towards changing attitudes, thoughts and social, caring and cultural behaviour.

**Key Words:** Alternative world, body, energy, health.

### Introdução

Atualmente, percebe-se uma intensa busca da sociedade ocidental por trabalhos corporais alternativos que refletem diferentes formas de valorização da subjetividade, de cuidados com a saúde e uma procura de respostas tanto corporais como intelectuais para as inquietações e indagações do ser humano perante às mudanças de atitudes, de pensamentos e de comportamentos sociais.

O que se pode observar é que muitos desses trabalhos são de origem oriental como o tai chi chuan, a yoga, o lian gong, a massagem, a acupuntura, entre outros, os quais, tendem a colaborar para uma integração menos conflituosa do indivíduo com a sociedade pós-moderna.

Mas, essa orientalização do ocidente vem acontecendo há várias décadas e está cada vez mais se expandindo, o que é favorável em alguns aspectos como para a área da saúde e para o auto conhecimento, mas que, também, causa um certo estranhismo, pois o modo de interpretar e estudar essas técnicas e o corpo do ser humano no oriente é bem diferente da interpretação e estudos realizados no ocidente. Pode-se dizer que a forma de pensar difere entre as sociedades orientais e ocidentais.

Talvez seja a espiritualidade que mais diferencie as práticas corporais orientais e ocidentais, onde os orientais, através da meditação, buscam mais constante e firmemente religar o metafísico ao físico. Grande parte das abordagens orientais mostra os praticantes envolvidos com algum processo ou entidade (que vai desde uma radical volta para si mesmo até um ser que transcende a matéria, buscando a divindade, a espiritualidade e uma relação entre corpo, espírito e emoção) onde a palavra energia é sempre utilizada, enquanto que nos paradigmas ocidentais essa união entre corpo, espírito, emoção e energia não é muito compreendida, pois as abordagens estão mais relacionadas aos objetivos mais concretos, palpáveis e mensuráveis.

Partindo dessa premissa o objetivo desse artigo é mostrar as visões do oriente e ocidente, no que diz respeito ao corpo e à utilização da energia como uma moeda-corrente, unificadora e articuladora de todas as diferentes dimensões do mundo alternativo, principalmente na área da saúde.

### O estudo das questões corporais no Ocidente

Segundo Albuquerque (2001) a abordagem das questões corporais no ocidente expressa desde muito tempo, um dualismo amplo e abrangente. Implica, também, em uma

hierarquização que confere superioridade e que opõe cultura e natureza: homens e animais; mente e corpo; razão e emoção; céu e terra.

Hertz (1980) também cita esse dualismo onde forças e pessoas se atraem e se repelem mutuamente no universo. Destaca a diversidade e a inferioridade entre o sexo masculino e feminino, onde o lado masculino designa virilidade, a descendência paterna e força criativa e expansiva e o lado feminino representa tudo o que é contrário: a fragilidade, a descendência materna e a interiorização.

Em relação ao corpo, Pinto e Jesus (2000) relatam que o ocidental vê este como algo material e fisiológico. Os ocidentais estão condicionados a pensar no corpo como oposto da mente. Corpo e mente são entidades distintas e hierarquizadas, em que a mente é superior ao corpo.

Essa hierarquização e dominação, também acontecem na assimetria corporal. Ao abordar o corpo, por meio de uma contextualização etnográfica, como um instrumento carregado de significados culturais, Hertz (1980) destaca a diferença em valor e função entre os dois lados de nosso corpo.

Segundo o autor acima a assimetria orgânica no homem é ao mesmo tempo um fato e um ideal. Mesmo uma quase insignificante assimetria corporal é suficiente para uma representação simbólica onde, o social adiciona aos membros opostos, direito e esquerdo, características e funções de força e de fraqueza, atividade e inércia.

Podemos observar, então, que nessas idéias fragmentadas, de que tudo deve ser organizado, diferenciado, todas as coisas devem estar em seus devidos lugares e que nenhuma estrutura deve ser misturada; deveriam trazer sentido e ordem, mas, que na verdade só trouxeram alienação, impondo comportamentos específicos e com conseqüências profundas para o corpo, gerando um controle sobre os impulsos emocionais, voltando a força física apenas para o ataque às pessoas, promovendo o corpo como mero instrumento.

É claro que em detrimento do corpo as capacidades e qualidades humanas mentais desenvolveram-se, como a reflexão, o cálculo e a previsão, mas trouxeram uma ampliação do mental em detrimento do corporal e o desenvolvimento de um autocontrole que moldou e ainda molda pulsões, sentimentos e afetos, gerando desequilíbrios tanto físicos, quanto psicológicos.

Com essa ampliação do mental privilegia-se, assim, a razão, onde a mente deve construir um homem civilizado, o que acaba disseminando uma visão psicologizada voltada a identificar nos hábitos, gestos e condutas corporais, índices de intenções que permitam a previsão do comportamento e o autocontrole gerando tensões e desequilíbrios sócio-afetivo-culturais (ALBUQUERQUE, 2001).

Desta forma, pode-se dizer que a imagem que se tinha do corpo ocidental era de um instrumento de trabalho, onde o corpo do homem servia apenas para a reprodução do capital e o da mulher para a reprodução familiar ou simplesmente como uma reprodutora da espécie humana e somente a razão e o intelecto eram valorizados. Mas, já há algum tempo vê-se emergir contra o racionalismo cartesiano, um corpo-linguagem que questiona o antigo corpo-instrumento. Começa haver uma resignificação do corpo por uma cultura de massa global que valoriza as experiências onírica e lúdica e o prazer em tempo integral repercutindo, essas mudanças, principalmente na saúde.

### O estudo das questões corporais no Oriente

Já no oriente, o discurso é outro, a maneira como os orientais vêem o mundo e o corpo está profundamente alicerçada nas tradições filosóficas e religiosas existentes no oriente. Fala-se sobre o holismo e as inter-relações há mais de cinco mil anos. Para os orientais a unidade é algo natural. No oriente falar sobre mente e corpo separados não faz sentido, pois para o oriental existe uma interdependência natural das coisas.

Segundo o Taoísmo, filosofia que rege a vida dos chineses há milhares de anos, a harmonia e o equilíbrio devem conduzir todos os aspectos da vida e nada está separado. O Taoísmo, assim como outros cultos orientais, assume uma equação entre o mundo exterior e interior. O homem e o mundo são funções um do outro.

De acordo com a Associação Médico-Espírita de Minas Gerais (2000) o Homem, no ocidente é representado por uma pirâmide que representa o corpo e um círculo que representa a mente. Para o oriental o homem é representado por um círculo, o qual contém em seu interior o corpo, a mente e o espírito, integrados e interagindo, formando um todo único.

Na sociedade dominante do ocidente há a valorização do conhecimento racional, linear, seqüencial, discursivo e relativo e o oriente valoriza o conhecimento intuitivo, aquele que não pode ser expresso em palavras, também, chamado de absoluto.

Os taoístas acreditam que a felicidade humana seria alcançada quando os homens seguissem a ordem natural, agindo espontaneamente e confiando em seu próprio conhecimento intuitivo (ASSOCIAÇÃO MÉDICO - ESPÍRITA DE MINAS GERAIS, 2000, p. 114).

Os Chineses acreditam na existência de uma realidade última, que é subjacente e unifica todas as coisas e fatos que observamos e que o fluxo e a mudança constituem as facetas essenciais da natureza mas, igualmente, que existem padrões

constantes nessas mudanças, os quais podem ser observados por homens e mulheres.

Em relação às ciências, no oriente, a estruturação destas evoluiu de forma completamente diversa do ocidente. Em vez da compartimentalização observada no mundo científico ocidental, onde economia, física, medicina, matemática e biologia são estudados separadamente, os pensadores chineses acreditam que no Universo existe uma lei central, a qual orienta todas as coisas inclusive as ciências.

Uma das maiores diferenças entre a visão ocidental e a oriental é a super valorização da razão por um e a relativização da importância da razão por outro. Enquanto o pensamento ocidental valoriza a razão como sua real escudeira, para o pensamento oriental o conhecimento racional é só um tipo de conhecimento que complementa o intuitivo, ou seja, uma concepção de mundo bem diferente, mas que está sendo aproximado, através da busca de transformação e modelação do novo paradigma que procura explicar essa realidade.

### **O novo paradigma - uma ponte entre Oriente e Ocidente**

Segundo Crema e Brandão (1991) a descoberta de um novo paradigma inicia com o reconhecimento de uma falha ou o fracasso das regras consensuais existentes, o que por sua vez gera uma crise, a qual representa o prelúdio de uma reorientação e reafirmando-se como um pré-requisito para uma revolução científica e até mesmo social e cultural.

Kuhn (apud CREMA e BRANDÃO, 1991) sugere que a mudança de paradigma é equivalente a uma mudança de mundo; estabelecida a nova Gestalt o indivíduo é remetido a um mundo distinto daquele regido pelo paradigma passado, ou seja, os paradigmas agem como filtros a idéias novas; não reconhecem as exceções à regra e dão acesso fácil aos dados já conhecidos. Kuhn aponta, também, que ao mudarmos de paradigmas, recomeçamos novamente, mas em um outro degrau de compreensão a respeito da nova idéia.

De acordo com Pinto e Jesus (2000) no antigo paradigma os conceitos, os pensamentos, as sensações, a terminologia, obedeciam os critérios cartesianos e até mesmo esquizofrênicos vivia-se o tempo do Homem-máquina usava-se a metáfora do conhecimento como um edifício que ia sendo construído através de blocos de construção. Hoje, através do pensamento complexo, do conceito das energias dissipativas, das prerrogativas holísticas, das questões transdisciplinares usa-se a metáfora de rede e nesta não há acima, não há abaixo, não há hierarquias absolutas e nem algo que seja mais fundamental. O universo é reconhecido como

uma teia dinâmica de eventos inter-relacionados e a rede ou teia, neste novo conceito está ligada a tudo.

Hoje pode-se ver um novo paradigma, uma nova consciência do universo, que apresenta um tipo de pensamento que não fragmenta a realidade. É o paradigma da totalidade, do holístico, do sistêmico, da visão ecológica do mundo, da união entre o homem e a natureza, consciência e matéria, interioridade e exterioridade, sujeito e objeto e da percepção de que nada está separado, tudo está unido e que o mundo da ciência já não se apresenta quebrado. Ou seja, é a mudança das partes para o todo.

Desta forma, este novo paradigma traz uma nova maneira de estudar os atuais conceitos do mundo e principalmente o binômio corpo-mente. Aqui o corpo se confunde com o próprio autoconhecimento e neste momento surgem diversas novas formas de cuidados com o corpo, voltadas para o encontro de si mesmo de uma maneira mais inteira, porque enquanto o velho paradigma moderno era de dominação da natureza a qualquer preço, de estar sobre as coisas, o novo paradigma é o resgate dos direitos do coração, do sentimento, da fraternidade, do respeito, do amor. Traz a união do homem com o seu próximo, com os demais seres e consigo mesmo e a busca constante de re-equilíbrio físico/psíquico/emocional o que configura uma preocupação significativa, que vem ocupando um lugar central no cotidiano do homem, levando-o cada vez mais a procurar e conhecer outras filosofias e práticas corporais que lhes dêem explicações razoáveis ou até mesmo soluções mais agradáveis para o que procura.

Então, podemos dizer que o desejo de valorizar o corpo como um meio de emancipação psíquico-afetiva num mundo que se tornou bastante individualista e fragmentado, a descrença nas instituições e nos conceitos cartesianos, a competição predatória; o consumismo, a violência, a negligência ética por parte das indústrias e do governo levaram o homem, principalmente ocidental, a procurar sistemas não-convencionais, inspirados em tradições orientais, ocidentais, espiritualistas, bioquímicas e psicológicas, dando início ao movimento chamado de "Alternativo".

### **O movimento alternativo**

Segundo Soares (1994) a palavra "alternativo" sofre várias interpretações. A focalização foi realçada sobretudo no trinômio: corpo-espírito-natureza e em conceitos díades como saúde-doença; equilíbrio-desequilíbrio; respeito-violência; reconciliação – ruptura; fluência-bloqueio; intuição-razão; comunidade-individualismo; mistério-ciência. Esse fenômeno favorece o florescimento de um espírito de tolerância, de pouco ardor sectário e de uma expressiva variedade.

É, a partir da crise dos anos 60, no século passado, que o movimento alternativo começa a se ampliar, onde se revigora uma onda de movimentos da contracultura, onde as pessoas buscavam subverter o projeto modernizador e fugir das imposições ocasionais.

Segundo Coldebella (2002) o movimento da contracultura tinha como bandeira arranjos sociais comunitários e propostas naturalistas, em clara oposição ao artificialismo industrial e ao formalismo da civilização.

Já Albuquerque (1999) vê o movimento da contracultura, como uma reivindicação à liberdade e à autonomia subjetivas. Defende a espontaneidade, a nostalgia da vida em comunidade e a reconciliação corpo/mente.

Com esse movimento alternativo, enraizado na contracultura começa uma redescoberta do pensamento oriental e surge uma valorização do uso da intuição, do sentimento, da globalidade, ressurgem uma prática de espiritualidade sem complexos de inferioridade. O holismo se firma como prática intelectual e com o tempo novos arranjos e combinações apareceram, denominadas de cultura alternativa, vida alternativa ou complexo alternativo. Neste momento, se buscava criar estruturas que liberassem a criatividade e a capacidade de comunicação entre as pessoas, motivando uma prática alternativa de massa. Com isso seria possível construir uma nova sociedade, uma nova relação consigo mesmo, com os outros e com a natureza. Para tanto, esta cultura alternativa buscou no oriente milenar, formas de viabilização deste ideal de práticas (COLDEBELLA, 2002).

Assim, no caso das práticas corporais, observou-se a combinação de conhecimentos científicos das áreas da saúde física e mental com conhecimentos provenientes de tradições antigas, orientais e ocidentais.

Segundo Albuquerque (2001) através do contato com conhecimentos distantes do universo científico, muitos médicos, psiquiatras, psicólogos, educadores físicos, entre outros, inventaram seus modelos de práticas corporais, procurando estabelecer paralelos e analogias entre conhecimentos de culturas e tempos distantes do moderno, rompendo-se as fronteiras.

Desta forma, o conjunto das práticas corporais alternativas apresenta propostas que combinam elementos das tradições orientais com conhecimentos próprios do ocidente, científicos ou não, utilizando a categoria energia e a dinâmica envolvida na idéia de desequilíbrio e re-equilíbrio energético, como uma força explicativa e articuladora no âmbito desse segmento e que vem ocupando um lugar central no cotidiano do homem pós-moderno.

### **Energia: a moeda corrente no universo alternativo**

176

Soares (1994) enfatiza a importância da categoria energia como uma referência central que articula diferentes dimensões de uma cosmologia alternativa.

Segundo este mesmo autor a energia é uma moeda cultural do mundo alternativo, que prepara o terreno simbólico para o desenvolvimento de uma linguagem comum, independente das diversidades. Todas as diádes que projetam valor sobre o trinômio corpo-espírito-natureza são regidas pela energia.

Na visão ocidental a categoria energia possui uma conotação genérica referida à idéia de energia cósmica onde todos os seres vivos estariam submetidos a uma mesma lei cósmica que rege o ciclo da vida em uma espécie de “pulsção universal” em suas mais diversas manifestações.

Uma outra categoria que está muito ligada à energia é o trabalho.

Mais do que uma simples palavra, o trabalho para o ocidental é tão importante quanto energia, onde o mundo alternativo encontrou para designar o “tour de force” o grande esforço e habilidade não só psíquicos, mas também físicos, porém com diferenças marcantes: a sua relevância simbólica se restringe ao âmbito das versões religiosas do mundo alternativo e tem por referência a ação humana, governada pela vontade individual, ao contrário da energia cuja referência é a substância-movimento que produz e modifica, como fonte autônoma, seres e estados (SOARES, 1994, p. 199).

Segundo Soares (1994) trabalho designa o empenho espiritual, mais ou menos associado ao cuidado direto com o corpo e aproxima as tendências religiosas entre si e a energia aproxima as versões religiosas e não religiosas do mundo alternativo.

Portanto, energia por um lado, trabalho por outro, na visão ocidental aproximam indivíduos e grupos que, apesar das diferenças entre os credos, compartilham uma visão de mundo, em que se destacam os cuidados com a “espiritualidade”, com a “natureza”, a “harmonia” entre os homens e com a recuperação de um equilíbrio corpóreo, psíquico e cósmico perdido (SOARES, 1994, p. 200).

Mas, é na temática da cura que a categoria energia ganha nova significação, onde podem ser distinguidos três níveis de cuidados: a busca da saúde física, através de uma postura alimentar adequada; a busca da saúde espiritual, através de um conjunto de práticas meditativas e a preocupação constante com relação à questão de re-equilíbrio (TAVARES, 1999).

Em relação à energia, pela visão oriental, tudo que existe no universo, no Homem e na terra é constituído pelo que chamam de fundamental que é o Qi.

Esta energia Qi resulta da combinação de duas forças opostas, Yin, passiva ou negativa e Yang, ativa ou positiva que surgem continuamente do Tao, a unidade primordial, origem do universo de pluralidades.

Yin e Yang, os dois princípios antagônicos da unidade se juntam pela força de atração dos opostos em combinações variadas e criam a energia que se condensa formando a matéria. Regidos pela força harmoniosa do Tao geram o movimento pela interação das duas forças opostas centrípeta e centrífuga, que se manifestam na ação rítmica de contração-expansão inerentes a todas as coisas e a pulsação do universo (YAN; LEE; OGIDO, 2000).

Assim, a energia flui, se dispersa e condensa-se em movimentos espirálicos, criando e modificando a matéria. O homem constituído pela mesma energia primordial e regido pelo mesmo princípio é uma réplica do universo e como tal está sujeito às mesmas leis que regem a natureza.

Portanto, para o oriental o Qi, invisível e intangível é um elemento etéreo que potencialmente pode se transformar tanto em matéria quanto em energia, a medida que é canalizado.

O Qi é considerado pelos orientais como um sopro vital que é a semelhança do sopro de vida, envolvendo todas as coisas por fora e preenchendo-as por dentro. Os chineses não questionam a sua existência e atribuem-lhe a origem de todas as coisas no universo; se as coisas crescem e se desenvolvem é pela sua presença; se morrem é pela sua ausência, ou seja, o Qi é definido pelo efeito de sua atuação.

Na Medicina Tradicional Chinesa o Qi é considerado uma substância fundamental para a manutenção da vida. As atividades fisiológicas são explicadas a partir de seu movimento contínuo e de suas mutações e lhe são atribuídas as seguintes funções: promove o crescimento e o desenvolvimento do corpo; transforma o alimento ingerido para formar o sangue e os fluidos corporais; aquece o corpo; protege o corpo de invasões externas como o vento frio, umidade, calor, fogo; mantém os órgãos em seus lugares; governa a circulação do sangue; controla os fluidos do corpo (suor, urina, saliva, sêmen, fluido gastro intestinal, evitando o excesso destas substâncias) e governa o metabolismo.

No corpo humano os chineses classificam o Qi em vários tipos, de acordo com a sua localização: Qi dos órgãos localizado nos órgãos e associado às suas funções; o Qi dos meridianos que flui pelos canais ou caminhos de energia; o Qi nutritivo associado ao sangue e o Qi do peito localizado no peito e associado à respiração, à voz e às batidas do coração.

Segundo Lee (1997) o estado fundamental de todos os tipos de Qi é denominado pelos chineses de zhen-qi e é formado por três fontes:

Qi ou consciência ancestral ou herdada ou pré-natal: que nos é legada por nossos progenitores e é transportada nos gametas feminino e masculino que nos deram origem (informação genética). O Qi ancestral é responsável até a fase trofoblástica quando o embrião se instala no útero e passa a ser alimentado pelo Qi da mãe. O Qi ancestral mais o Qi da mãe vão formar o Qi fetal ou materno.

Ao nascer o bebê, o Qi materno se desvincula e começa o processo de crescimento do bebê, o qual é realizado pelo Qi adquirido chamado, também, de Qi terrestre.

Este Qi adquirido é formado pela essência do ar que respiramos e pelo alimento que consumimos. Desta forma, podemos dizer que somos heranças de nossos pais (Qi ancestral e fetal), o alimento que comemos e o ar que respiramos (Qi adquirido).

Portanto, o Qi ancestral, o Qi fetal e o Qi adquirido compõem o Zhen-qi que preenche o corpo inteiro e o seu movimento é a chave para manter o equilíbrio das várias funções psicofisiológicas.

Como se pode observar, tudo no corpo é composto também pelo Qi, os ossos e músculos possuem um Qi mais denso e nas vísceras e fluidos orgânicos a forma é mais etérea. A manifestação do Qi é feita pelas nossas emoções, idéias, percepções, sensações e pensamentos e é através desses níveis de energia (etérea ou sutil e densa ou somática) que os alternativos utilizam terapêuticamente técnicas específicas para o equilíbrio do Qi. Exemplo: desequilíbrio do nível de energia nos ossos pode ser reequilibrado através da prática do Tai Chi Chuan e da Quiroprática; nos músculos pela Orgonoterapia e Bioenergética; nos vasos sanguíneos e linfáticos por exercícios físicos, respiratórios e pela alimentação adequada; na região subcutânea pelo Do-in, Acupuntura, Shiatsu e Moxa; e na pele e na aura pelo Hatha Yoga e pelo Magnetismo.

Para os orientais qualquer desequilíbrio físico ou mental, implica em estagnação do Qi no organismo. Um bloqueio ou excesso de energia, ao longo dos meridianos ou canais de energia que estão distribuídos pelo corpo rompe o equilíbrio energético, que é a estrutura primária de todo o psicossomático, com prejuízos para os sistemas funcionais, caracterizando o primeiro estágio evolutivo de uma doença funcional ou orgânica.

A observação desses estados de excesso ou deficiência de energia é demasiadamente sutil para ser percebida por exames médicos, mas que dá possibilidade do tratamento equilibrante, como um processo preventivo que preserva a unidade psicossomática.

De acordo com a teoria da Medicina Tradicional Chinesa, os órgãos e tecidos relacionam-se entre si, assim como o

corpo humano com o mundo exterior. O aparecimento da doença, deve-se à lesão em grau variável, das atividades fisiológicas normais do corpo que estão em um equilíbrio relativo das forças opostas, ou seja equilíbrio do Yin e Yang. Os fatores patogênicos destroem este equilíbrio relativo e desta maneira, aparece o excesso de uma energia e a deficiência da outra, ocorrendo a partir deste momento a enfermidade.

Segundo Yan, Lee e Ogido (2000) a enfermidade é motivada por duas causas: a primeira é a desorganização funcional do corpo em que o fator de resistência está relativamente fraco e a segunda é a agressão pelos fatores patogênicos.

De acordo com as mesmas autoras as atividades funcionais e a capacidade de resistência do corpo estão relacionadas com o Zhen-qi. Os fatores que causam a enfermidade são chamados de Xie Qi (fatores patogênicos). O aparecimento e a evolução da enfermidade devem-se portanto à luta entre estes dois fatores, patogênicos e de resistência.

A Medicina Tradicional Chinesa dá muita importância ao Zhen-qi. Se este é forte, é difícil ocorrer doenças, pois impede a penetração dos fatores patogênicos.

O estudo dos fatores de resistência de ser forte ou fraco depende: das condições físicas, do estado de ânimo, do meio ambiente, da nutrição e dos exercícios físicos.

O estado de ânimo afeta as atividades funcionais da energia e do sangue e dos órgãos. A alegria faz com que a função dos órgãos se mantenha em equilíbrio, e assim a energia e o sangue fluem livremente tornando a resistência muito forte e os fatores patogênicos não podem entrar no corpo. Já o desgosto faz com que se perca o equilíbrio entre os órgãos dificultando a circulação de energia e sangue, por isso a resistência torna-se debilitada e os fatores patogênicos podem invadir o corpo e a enfermidade aparece.

Os diferentes meios de vida e os maus costumes, maus hábitos, vida irregular, preferência em determinados alimentos, entre outros, podem causar alterações nas funções fisiológicas do corpo e produzir certas enfermidades endêmicas ou doenças recidivantes em determinados locais.

As condições de nutrição e exercícios físicos constituem fatores importantes na força de resistência. Se a pessoa está bem nutrida e pratica exercícios terá energia, sangue suficientes e uma boa saúde; se não está bem nutrida e não pratica exercícios, o sangue e a energia não podem circular com fluidez, baixando a resistência e não resistindo às doenças.

Segundo Yan, Lee e Ogido (2000) o homem está integrado aos fatores climáticos e tem a sua adaptabilidade, por isso normalmente os seis fatores exógenos (vento, frio,

umidade, calor de verão, secura e calor) não causam enfermidades, mas quando o clima muda bruscamente diminui a capacidade de resistência do corpo e neste caso estes fatores climáticos se tornam patogênicos e penetram no corpo causando enfermidades. Assim, na primavera ocorrem síndromes causadas pelo vento; no verão causadas pelo calor; no outono síndromes de umidade por estar em contato com lugares úmidos; no fim do outono, síndromes causadas pela secura; no inverno, síndromes causadas pelo frio.

Enfim, pode-se observar que o pensamento oriental e ocidental diverge no que diz respeito aos cuidados com a saúde e a energia. Na medicina oriental, a energia é fundamental para o equilíbrio psico-corporal, pois tudo está ligado, como uma rede multifacetada de relações. Já a medicina ocidental, principalmente no século XX teve o seu maior avanço na tentativa de fazer uma medicina preventiva, aprimorando suas tecnologias, as quais trouxeram benefícios, mas também, necessidades e desequilíbrios para o homem.

Os médicos ocidentais preocupados em entender os métodos de diagnósticos, que estão cada vez mais diversificados e a necessidade de saber usar os equipamentos de diagnósticos, acabaram ficando escravos da tecnologia. O encarecimento da saúde devido a evolução desses métodos, a incansável busca da cura de doenças como a aids, o câncer, o derrame, a evolução e aprimoramento dos medicamentos e a preocupação com os desequilíbrios mentais e emocionais (o boom psicológico), ainda fazem com que a medicina ocidental lide com o combate das doenças, enquanto que a medicina oriental se preocupa com a regulação e harmonização do corpo com a natureza.

Ou seja, a preocupação da medicina oriental não é só com a matéria, mas a relação desta com tudo que existe, por exemplo, não é só tratar de um órgão, mas da relação entre ele e as emoções, entre ele e as estações do ano, entre ele e as funções dos outros órgãos.

A medicina ocidental possui o conhecimento da matéria, do corpo físico, não considera o movimento, olha as coisas estáticas. Trata da doença com aspecto mais detalhado, identifica a doença em certos pontos; estuda o homem quando este já está morto (dissecação) para combater e entender as doenças.

Já a medicina oriental trata da parte do espírito, estuda o ser como um todo, o equilíbrio e o desequilíbrio estão inteiramente ligados a energia, estuda o homem em vida, estuda o movimento e por isso possui as características de harmonizar e regular.

Enfim, devido a todas essas diferenças, mas sem hierarquizar nenhuma das duas sociedades, pois não existe o melhor e o pior, mas sim pensamentos e conceitos

divergentes, é onde o ocidente está se redescobrando no pensamento oriental e vice-versa. Com aceitação das formas alternativas de pensar, surge uma valorização do uso da intuição, do sentimento, da globalidade. Ressurge uma prática de espiritualidade sem complexo de inferioridade, firmando o holismo como prática intelectual, dando espaço, também, para o avanço tecnológico.

É certo que esta redescoberta do ocidente foi muito ajudada pelo modo como os orientais aplicam a sua filosofia, mas deixemos claro, não somos orientais e a nossa sociedade tem fatores que divergem em muito da filosofia oriental, mas pode-se dizer que se chegou a um ponto na evolução do pensamento ocidental que muitas das nossas questões, relacionadas à ciência, à saúde, à cultura e até mesmo à religião entre outras não estavam sendo mais sanadas com o pensamento ocidental, porque haviam elementos como por exemplo, a energia que não era sequer contextualizada pela ciência ocidental, pois não poderia ser medida e verificada.

Portanto, conclui-se que a perspectiva holística onde um dos princípios é alcançar um equilíbrio entre as coisas e seres, implica um espaço sem nenhuma fronteira geradora de dualidade e causadora de conflitos, portanto, pode-se perceber nesse novo paradigma que os pensamentos orientais e ocidentais estão cada vez mais próximos, ou pelo menos sendo questionados, problematizados, até mesmo aceitos e interpretados em cada sociedade à sua maneira sem perder de vista a própria história e filosofia. Não há uma guerra ou disputa entre os pensamentos orientais e ocidentais, no que diz respeito aos conceitos referidos acima, mas sim, uma complementação onde poderemos pensar que o ocidente precisa do oriente e o oriente não pode passar sem o ocidente e que a interação de ambos os tornam completos.

É como dizem Pinto e Jesus (2000) as duas regiões são como os dois hemisférios do cérebro: uma é prática, a outra imaginativa, um lado compensa e complementa o outro e a energia é a força articuladora e mediadora para um bom entendimento entre os dois.

### Referências

ALBUQUERQUE, L. M. B. Corpo civilizado, corpo reencantado: o moderno e o alternativo nas representações do corpo. **Revista Motriz**, Rio Claro, v.5, n.1, p.7-9.1999.

\_\_\_\_\_. As invenções do corpo: modernidade e contramodernidade. **Revista Motriz**, Rio Claro, v.7, n.1, p.33-39, jan-jun. 2001.

ASSOCIAÇÃO MÉDICO-ESPÍRITA DE MINAS GERAIS. Porque adoecemos II: princípios para a medicina da alma. Belo Horizonte: Fonte Viva, 2000.

COLDEBELLA, A. O. C. **Práticas corporais alternativas: um caminho para a formação em Educação Física**. 2002. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) - Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro. 2002.

CREMA, R. ; BRANDÃO, D. M. S. O novo paradigma holístico: ciências, filosofia, arte e mística. São Paulo: Summus, 1991.

HERTZ, R. A preeminência da mão direita: um estudo sobre a polaridade religiosa. **Religião e Sociedade**, Rio de Janeiro, n.6, p.99-128, 1980.

LEE, M. L. Lian Gong em 18 Terapias - Forjando um corpo saudável: Ginástica Chinesa do Dr. Zhuang Yuen Ming. São Paulo: Pensamento, 1997.

PINTO, J. P. M. S.; JESUS, A. N. A Transformação da visão de corpo na sociedade ocidental. **Revista Motriz**, Rio Claro, v.6, n.2, p.89-96. jul-dez, 2000.

SOARES, L. E. Religioso por natureza: cultura alternativa e misticismo ecológico no Brasil. In: SOARES, L.E. **O rigor da indisciplina**. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 1994. p.189-212.

TAVARES, F. R. G. Secularização e modernidade religiosa. **Religião e Sociedade**, Rio de Janeiro, v.17, n.1-2, p.194-198, 1999.

YAN, Z.; LEE, M. L.; OGIDO, R. Teoria básica da medicina tradicional chinesa. Campinas: UNICAMP, 2000.

### Bibliografia consultada

CHING, N. **O Livro de Ouro da Medicina Chinesa**. Rio de Janeiro: Objetiva, [1980ca]

Endereço:

Evanize Kelli Siviero  
Rua Admar Maia ,145. Vila Campos Salles  
Campinas SP  
13040-390.  
e-mail: [evasiv@bol.com.br](mailto:evasiv@bol.com.br)

*Manuscrito recebido em 31 de janeiro de 2005.*

*Manuscrito aceito em 29 de junho de 2005.*