

YIN E YANG

Yin e Yang são conceitos que fundamentam a Medicina Tradicional Chinesa, tal como o conceito de Qui. São princípios fundamentais, opostos e complementares, que interagem entre si e auxiliam a percepção e compreensão de várias contradições na anatomia e fisiologia do corpo humano, assim como diagnóstico e tratamento.. Esse conceito chinês de Yin e Yang representa a idéia de que o mundo é um todo e que esse todo é o resultado da união contraditória de dois princípios, o *yin* e o *yang*. Para uma melhor compreensão dos acontecimentos dinâmicos de todas as coisas que ocorrem no Universo foi elaborada a teoria do Yin – Yang. Portanto tudo o que acontece no cosmos tem dois aspectos opostos e interdependentes e Yin-Yang é uma forma de expressarmos esse pensamento.

O conceito de Yin e Yang surgiu da observação das leis que estabelecem a ordem natural e existência das coisas e a essência e condição própria dos seres. Provavelmente a mais antiga observação foi a explicação da mudança cíclica entre o dia e a noite. Todas as coisas estão sujeitas à mutação a cada instante, porém as mudanças ocorrem em seqüências regulares, com períodos de duração sempre igual e com os fenômenos astronômicos repetindo-se sempre na mesma ordem. Noite e dia, primavera, verão, outono e inverno são previsíveis.

Yin e Yang são termos relativos para expressar que a polaridade não é estática, mas dinâmica, em constante mutação, significando que não existe apenas frio e calor, mas calor transmutando-se em frio e frio se transformando em calor.

Deste modo a correlação entre Yin e noite e Yang e dia permitiram estender a observação para outros fenômenos como escuridão e luminosidade, atividade e repouso, terra e céu e a correspondência entre Yin e Yang. O Yang puro ou cósmico refere-se ao Céu, pois é a Energia que se forma fora, para o alto, mais pura onde encontramos o Sol, e o Yin puro ou cósmico refere-se à Terra, à Energia mais pesada que toma forma e se adensa para formar a terra. O jogo entre dia e noite, intercalando-se, entremeando-se, confundindo-se entre si dá ao céu a forma arredondada e a terra a aparência plana. Do céu pendem essências yang e da terra brotam essências yin. O Leste é onde o sol nasce e corresponde ao Yang e o Oeste, o por do sol, ao Yin. Pela tradição, nas cerimônias o Imperador devia posicionar-se olhando para o Sul e ficando assim à sua direita o oeste e à esquerda o leste. Desta maneira, leste e esquerda corresponde ao Yang e oeste e direita ao Yin. De um modo geral tudo o que é animado, em movimento, exterior, ascendente, quente, luminoso, funcional, cujas capacidades se desenvolvem, tudo o que corresponde a uma ação é Yang. Tudo o que está em repouso, tranqüilo, interior, descendente, frio, sombrio, material, cujas funções decrescem, tudo o que corresponde a uma substância é Yin. A água é Yin, o fogo é Yang. A água é de natureza fria e escorre, assim é Yin; o fogo é de natureza quente e suas chamas se elevam, e, portanto é Yang. Não se mover é yin, mover-se é yang. *Yang*

simboliza o estado mais rarefeito e imaterial da matéria enquanto o Yin representa o estado mais material e denso

A dicotomia Yin –Yang é a expressão da variação sucessiva de estados opostos. O dia é Yang, mas ao alcançar seu apogeu o Yin dentro dele começa a se desenvolver e mostrar-se gradativamente. Isso significa que cada fenômeno pode pertencer ao Yin ou ao Yang, mas dentro dele há a semente da fase contrária.

Yin e Yang simbolizam a imagem de um estado único de mudança e transformação de tudo o que há no Universo. Nada é absoluto, portanto não há totalmente Yin ou Yang. Essa relatividade manifesta-se na idéia de que Yin e Yang podem transformar-se um em outro, assim como noite e dia se transformam, como o gelo solidificado transforma-se em água e esta em vapor que ao se condensar transforma-se-á em gelo novamente.

Juntos Yin e Yang produzem energia e todos os fenômenos. Yin e Yang atraem-se mutuamente e ao mesmo tempo se repelem e quanto mais semelhante maior a força de repulsão e vice-versa. Todos os fenômenos são efêmeros e são dotados de polaridade e transmutam-se.

Yin e Yang e a interdependência

Apesar de Yin e Yang serem representações de idéias opostas há uma relação de dependência entre eles. Yin e Yang são relativos, não absolutos. Todas as coisas existem em oposição complementar. Para existir o Yin é preciso haver o Yang, assim como não existe frio sem calor. Não há movimento sem resistência ou mudança. Não há sombra se não houver a luz, nem o verão sem o inverno. Esse princípio de oposição complementar transformando-se em um uno (o Tao), existe em todas as coisas da natureza e originam as manifestações que contem em proporções variáveis ambos os princípios, com predomínio de um ou outro temporariamente. Todos os aspectos em sentido contrário existem simultaneamente.

Esta interdependência entre yin e yang mostra uma relação de reciprocidade onde um depende do outro, não existe separadamente e não há separação

Do ponto de vista da Medicina Tradicional Chinesa não há separação entre Matéria e Energia. Energia é a essência do todo, seu princípio e fim, e manifesta-se no homem com todas as suas expressões vitais, físicas e psíquicas produto da atividade Yin-Yang. O homem carrega dentro de si o Tao e é o próprio meio e fim deste instrumento. Para a Medicina Tradicional Chinesa é um transformador de Energia e seu organismo está assim estruturado. As vísceras são de característica Yang, pois transforma alimento em Sangue que serão armazenados por órgãos de natureza Yin. Na esfera de pensamento da Medicina Tradicional Chinesa o conceito de oposição complementar entre Yin e Yang repercute nas observações físicas do corpo humano. Yin refere-se a substâncias materiais, ao espaço interior e inferior, à temperatura fria e ao aspecto opaco ou lento. Yang por sua vez relaciona-se ao processo funcional, espaço exterior e superior, à temperatura quente e aspecto brilhante e rápido. Os meridianos que percorrem a face medial dos membros são de característica Yin, enquanto que os que

percorrem a face lateral são de característica Yang. Entre os fatores causadores de adoecimento Frio e Umidade são considerados Yin, ao passo que Calor e Secura Yang.

Cada parte do corpo humano representa um aspecto Yin ou Yang, porém isso é relativo. A região abdominal pode ser considerada Yin em relação ao tórax, porém é Yang em relação à parte inferior do corpo.

A cabeça é o lugar onde todos os meridianos Yang se encontram e essa relação do Yang com a cabeça manifesta-se de várias formas. Primeiro, o Qui tende a se elevar e como a cabeça é a região mais alta do corpo o Yang tenderá a ascender para essa região. O segundo fator relaciona-se ao fato de ser uma região facilmente afetada por fatores perversos Yang como Calor e Vento, ao contrário do que ocorre com tórax e abdome que são mais facilmente afetados por fatores perversos Yin como Frio.

Cada órgão relaciona-se com uma víscera formando uma unidade bipolar Yin – Yang e no interior de cada órgão está presente o Yin e o Yang, como por exemplo, Yin e Yang do Fígado. Tendões e músculos são mais internos e são Yin, pele é Yang. Dessa mesma forma poderemos dizer que o dorso é Yang porque nele correm os meridianos Yang e protegem o organismo contra a invasão de fatores exteriores. A frente é Yin, pois os meridianos Yin que fluem transportam Qui que nutre o organismo.

Quanto às patologias a relação Yin-Yang é vista como a manifestação de excesso de Yin produzir frio e sua deficiência calor. A transformação de um em outro é observada quando do máximo Frio surge o Calor e vice-versa, e as patologias Yin podem se transformar em Yang. Manifestações de frio podem surgir em patologias de intenso calor. Essas mudanças só podem ocorrer quando houver condições para tal, como o amadurecimento das condições internas. Outra condição preponderante para o processo de transformação é o fator tempo, ou seja, as condições devem estar preparadas para a mudança.

A natureza oposta é refletida quando a deficiência de um leva ao excesso de outro. Também há de se considerar que a função vital Yang necessita da matéria Yin para agir. Se há excesso de Yang o Yin pode ser lesado e podemos ter manifestações clínicas de agitação, insônia, nervosismo. Quando o contrário acontece o excesso de Yin que surge pela deficiência de Yang pode ser expresso por sonolência, quietude.

A diferenciação entre Yin e Yang embasa o entendimento dos processos patológicos. Quando citamos Yin do Rim queremos exprimir a idéia de estrutura material do Rim onde está armazenado o Jing e Yang do Rim as funções primordiais do órgão.

Os aspectos contrários estão em contínuo movimento mantendo equilíbrio e permitindo que o aumento de um leve ao decréscimo do outro. Em condições normais há limitações para essas transformações promovendo harmonia dinâmica fisiológica. Quando surge a instabilidade há aumento das probabilidades de aparecimento de doenças. Essa instabilidade causa padrões mais comuns de manifestação do desequilíbrio Yin e Yang e que são vistos no surgimento das patologias: excesso de Yin associado à deficiência relativa de Yang, excesso de Yang com deficiência relativa de Yin, deficiência de Yang com aumento relativo de Yin e

deficiência de Yin com excesso relativo de Yang. Como não podemos falar em absolutismo esses padrões mesclam-se para formar novos padrões e assim conseqüentemente novas etiologias para o processo de adoecimento.

Yin e Yang devem coexistir em harmonia e se ocorre o desequilíbrio surge a doença. Assim a teoria Yin – Yang é importante para servir como diagnóstico e auxiliar quanto ao princípio de tratamento.

Pode-se dizer que o homem é produto de forças cósmicas, saúde e doença são produtos dessas forças em equilíbrio ou não. Yin e Yang estão mesclados em proporções corretas e fornecem o equilíbrio energético. Quanto estas proporções se alteram há enfermidade. Yin e Yang originam água, fogo, madeira, metal e terra e os cinco formam o Yin e Yang.

Viver em harmonia é contrabalançar o Yin e Yang, é saber proporcionar o equilíbrio entre as formas opostas, perceber o constante movimento de transformação e ter a capacidade de adaptação a essas constantes mutações.