

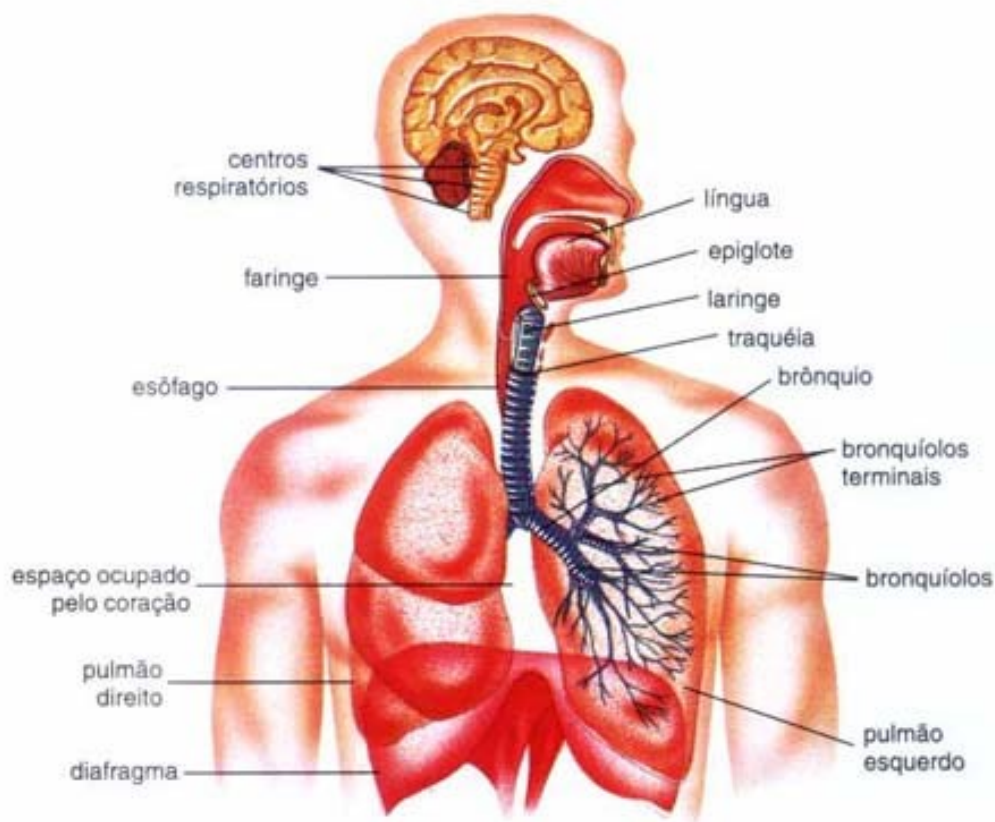
# O SEU CORPO MENTE?

Luís Martins Simões

<https://www.flowsandforms.com/dybl-introduction/>

## SISTEMA RESPIRATÓRIO

1. SISTEMA DE RESPIRAÇÃO.....	2
2. Pulmões.....	3
3. ENFISEMA.....	5
4. BRÔNQUIOS .....	6
5. RESSONAR .....	7
6. Nariz.....	7
7. Sinusite.....	8



## 1. SISTEMA DE RESPIRAÇÃO

A respiração, ou sistema respiratório é composto pelas vias respiratórias superiores (nariz, cavidades nasais e faringe) e pelas vias respiratórias inferiores (traqueia, brônquios e pulmões).

A respiração exemplifica o maior perfil de dualidade. Se só inalarmos, morremos. Se expirarmos, morremos. Precisamos dos dois. O ato de inalar é uma contração e o ato de exalar é uma expansão. O ato de respirar mantém a polaridade de acolher (receber) ou a recusa de receber (não aceitarei o que não é bom para mim); bem como a polaridade de dar ou não dar.

Em latim spirare (raiz da palavra respiratória) significa "respirar". Em latim spiritus significa "espírito". As raízes latinas do "respirar" e do "espírito" estão próximas. A palavra "inalar" também vem da mesma raiz. Na psyke grega significa "alma" assim como "puff" ou "blow". Em Hindustani a palavra atman é muito próxima da palavra alemã para "respirar", atmen. A mesma raiz encontra-se na palavra que descreve aquele que atingiu a perfeição, mahatma. Os hindus usam a palavra prana para descrever o ato de respiração como portador da força vital. Na Bíblia, Deus sopra sobre uma figura de barro e a dá vida.

Também em grego, pneum significa vento, espírito.

O ato de respirar, através da sua dualidade, liga-nos ao sobrenatural, ao universo, à fonte da criação e ao metafísico. A respiração permite-nos a união com a vida. A respiração impede os seres humanos de se isolarem.

Consequentemente, a respiração representa contacto e relação. Este contacto com o exterior é realizado através dos alvéolos.

O contacto que temos com outra pessoa através da pele é voluntário. Ou quero tocar ou não. O contacto através da respiração, no entanto, não é. Acontece, ponto final!

As inflamações da asma e da pele estão relacionadas, uma vez que estão ambas associadas ao contacto e às relações. O primeiro ocorre no sistema respiratório e este último na pele.

O primeiro golpe dá vida, o último liberta-o.

O primeiro golpe separa-nos da Mãe. Tornamo-nos entidades individuais.

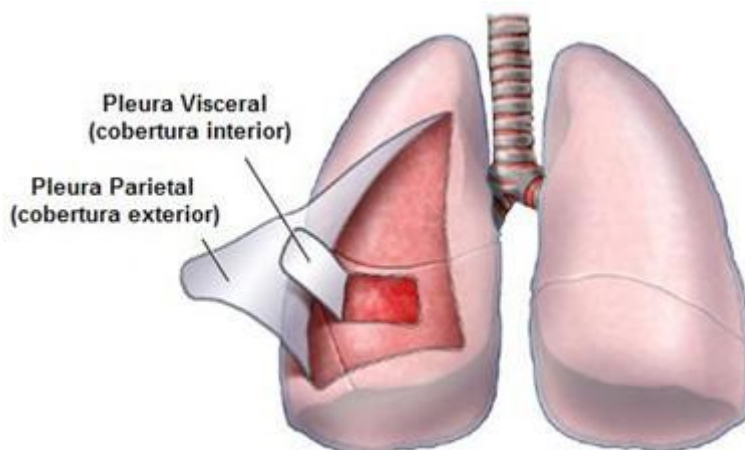
Aqui usamos duas palavras-chave para descrever a própria dualidade do sistema respiratório: liberdade e compreensão.

No sistema respiratório, há o lado direito, yang, e o lado esquerdo, yin, e polaridade em órgãos que são emparelhados como amígdalas, pulmões, brônquios e brônquios. São questões de comunicação associadas aos hemisférios cerebrais. A polaridade não se aplica à pleura.

Assim, para todos os seres humanos, destros e canhotos, o lado direito é yang (masculino) e o lado esquerdo é yin (feminino).

Problemas no lado yang mostram que a pessoa se sentiu vitimada por um homem e do lado yin, vitimada por uma mulher.

## 2. Pulmões



Os pulmões fazem parte do elemento metálico dos cinco elementos orientais. Respirar exemplifica o mais elevado perfil de dualidade. Se apenas inalarmos, morreremos. Se expirarmos, morreremos. Precisamos dos dois. O ato de inalar é uma contração e o ato de exalar é uma expansão. O ato de respirar mantém a polaridade de acolhimento (recebimento) ou da recusa em receber (não aceitarei o que não é bom para mim); bem como a polaridade de dar ou não dar.

O principal papel dos pulmões é nos proteger do lado de fora. Os pulmões filtram a poeira, se livram do monóxido de carbono e respondem, reagem às agressões causadas pelo meio ambiente.

O ato de respirar, através de sua dualidade, nos conecta com o sobrenatural, o universo, a fonte da criação e o metafísico. Respirar permite nossa união com a vida. Respirar impede os seres humanos de isolamento.

Consequentemente, respirar representa contato e relacionamento. Esse contato com o exterior é realizado através dos alvéolos.

O contato que temos com outra pessoa através da pele é voluntário. Ou eu quero tocar ou não. O contato através da respiração, no entanto, não é. Simplesmente acontece, ponto final!

O primeiro golpe dá vida, o último a libera.

O primeiro golpe nos desprende da Mãe. Nós nos tornamos entidades individuais.

Aqui usamos duas palavras-chave para descrever a própria dualidade do sistema respiratório: liberdade e compreensão. Contato, libertação e comunicação.

Pessoas com problemas respiratórios têm dificuldade em viver a vida, protegendo-se do exterior ou até mesmo se expressando na presença de pessoas que as atacam.

As tensões pulmonares estão, portanto, ligadas à sensação de ser agredido por alguém e, simultaneamente, ao medo da morte, seja a morte física ou o fim de um ciclo. Pode ser apenas o medo de perder um relacionamento. E pode ser o medo de morrer, que é o medo de liberar o último suspiro. A pessoa tem muito medo de asfixiar. Deve-se enfatizar novamente que o que queremos dizer com ataque não é algo objetivo. Nós nos referimos ao que a pessoa sentiu como sendo uma forma de ataque.

Os pulmões são liderados pelos hemisférios cerebrais do córtex. Por essa razão, o pulmão do lado direito é yang, masculino, representa o homem, o Pai, o marido. O pulmão do lado esquerdo é yin, feminino, e representa a Mãe, a mulher. Isso se aplica tanto a pessoas de esquerda como destros.

Se a pessoa sente que um homem o agrediu, isso afetará o pulmão do lado direito. Se ele se sentiu agredido por uma mulher, o pulmão do lado esquerdo será afetado.

Ao contrário do que acontece com a pleura, quando se trata dos pulmões estamos falando de todos os tipos de pessoas, sejam elas próximas ou não. Pode ser um estranho, um professor, um professor de esportes, um transeunte ou até mesmo alguém próximo. A pleura está ligada apenas a pessoas muito próximas.

Outra diferença entre a pleura e os pulmões é que os sintomas na pleura, além da agressão ser sentida apenas quando envolve pessoas próximas, também indicam que algo enojou a pessoa. Isso não acontece no caso dos pulmões.

A sensação de agressão que afeta os pulmões está principalmente relacionada a questões de comunicação e agressividade.

No caso da pneumonia, uma inflamação dos pulmões por germes infecciosos, a tensão está associada a um sentimento provocado por grave agressão externa, extremamente dolorosa, e também mostra que a pessoa não tem defesas próprias. "Eu preciso ser protegido! Quem vai me proteger? Tenho um sério problema de comunicação. Não consigo entender. Não estou entendendo. Quem vai me proteger e entender meu sofrimento?"

No caso do câncer de pulmão, o corpo desenvolve tumores nos alvéolos, tornando o pulmão mais eficiente. Na verdade, um pulmão com câncer funciona mais eficientemente do que um pulmão saudável. A pessoa precisa de mais ar para viver e assim o corpo concede à pessoa um pulmão que seja mais eficiente. Neste caso, a tensão associada à agressão é enorme e, acima de tudo, a pessoa não verbaliza e a mantém dentro de si. O corpo sempre acaba descobrindo.

A tuberculose segue um problema pulmonar anterior. Só aparece quando a pessoa já não sente a tensão de agressão que viveu na sua consciência. A tuberculose manifesta-se quando a pessoa já está a recuperar, já não se sente agredida, mas ainda se

sente muito frágil. As emoções que a pessoa que sofre de tuberculose sente são a solidão, a melancolia, a tristeza e a tristeza. Perda de esperança e confiança para continuar a viver. Pode ser uma manifestação inconsciente de uma tristeza reprimida da infância.

*Os pulmões são um órgão muito importante que trabalha em estreita colaboração com o coração e que é sensível e vulnerável à emoções semelhantes. A sensação de ver negado o próprio espaço físico e vital pode causar problemas respiratórios e asma. Ao contrário, os sentimentos de dignidade e orgulho contribuem para a abertura do tórax e permite que os pulmões se expandam e trabalhem melhor. As emoções que reduzem a vontade de viver são perigosas para os pulmões, especialmente a dor e o luto.*

A tristeza ou pesar afeta os pulmões, produzindo fadiga, falta de ar, choro ou depressão. O tratamento dessa condição envolve acupuntura para os pontos ao longo dos meridianos do pulmão e rim. Normalmente, fórmulas herbais são usadas para tonificar o qi ou yin dos pulmões.

A dor emocional pode causar desarmonia nos pulmões e problemas na circulação da energia por todo o corpo. A dor pode enfraquecer a vontade de viver, danificar os pulmões e causar doenças respiratórias, de acordo com a medicina tradicional chinesa. Aos pulmões são associadas as emoções de dor e tristeza.

A ansiedade é uma emoção relacionada com a preocupação excessiva e isto pode afetar principalmente os pulmões e o intestino grosso, de acordo com a medicina tradicional chinesa. A ansiedade pode impedir uma pessoa de fazer um bom uso de sua energia, o que pode causar falta de ar, colite, úlceras e inflamação do intestino grosso. A preocupação está associada ao estômago. A ansiedade também está ligada ao baço.

### **3. ENFISEMA**

O enfisema é caracterizado pela perda de elasticidade no tecido pulmonar, o que torna os tecidos muito distendidos e leva à destruição das estruturas que sustentam os alvéolos, e à destruição dos vasos capilares que alimentam os alvéolos. Esta é uma forma obstrutiva de doença pulmonar.

A pessoa tem dificuldade para respirar e pode começar a hipoventilar. Os sintomas incluem perda de entrada de ar e peito expandido. Também significa pulmões distendidos.

A pessoa teme a morte de um ciclo e o início de outro. Ele vê o fim do ciclo como uma morte pequena. E ele teme isso. Ele tem medo de dar as boas-vindas à nova vida. Ele não acredita que vale a pena viver. A pessoa precisa de muito ar. O tipo de vida que ele está vivendo está asfixiando-o, e, por isso, ele requer mais ar. A pessoa

está levando uma vida triste e sem alegria. Isso acontece muitas vezes com pessoas que foram forçadas a mudar suas vidas, por exemplo, porque se aposentaram.

#### **4. BRÔNQUIOS**

Os problemas brônquicos são menos graves que os problemas pulmonares. Ao contrário do que acontece com os problemas pulmonares, estes são problemas de natureza relacional mais íntima, mais familiares e relacionados com pessoas que nos são próximas. Isto inclui também pessoas com quem estivemos durante muito tempo, como colegas.

Bronquite e bronquiolite resultam de um ambiente familiar inflamado, caracterizado por argumentos e gritos. Às vezes, revelam os sentimentos daqueles que não querem gritar, mas que sentem um sentimento de gritos interiores.

Em francês a expressão usada é "On s'engueule", que significa "gritamos uns com os outros". No entanto, a palavra gueule significa açaimé. O focinho é a área que compreende o nariz até ao início do peito, e inclui a garganta e as mandíbulas. Esta é a área afetada pela bronquite. Os problemas brônquicos recordam-nos os conflitos territoriais que os animais têm, um território ligado ao sexo e às fêmeas, mas que, nos seres humanos, está mais associado a questões relacionadas com o lar, o trabalho e a família. Neste caso particular que afeta os brônquios, as tensões estão mais ligadas ao território natal, embora algumas questões de trabalho também estejam cobertas: "Deixe-me respirar!"

Um grito ("un coup de gueule") é uma onda de ar que vem dos brônquios.

Na presença de um problema brônquico, a questão que deve ser colocada é: "Tenho respeito suficiente por mim próprio para poder defender o meu próprio território?"

Os conflitos territoriais representam um conflito masculino entre os animais e também os seres humanos.

Quando a bronquite e a infeção da mucosa ocorrem, isto é depois dos gritos e da tensão psicológica.

Se a pessoa perceber que a tensão acabou, compreenderá que o conflito se foi e, consequentemente, que a bronquite desaparecerá rapidamente.

Os bronchi são comandados pelos hemisférios cerebrais, pois lidam com problemas de comunicação. Por esta razão, o bronco direito é yang (masculino) e a esquerda é yin (fêmea), tanto no caso dos direitos como dos canhotos. Assim, uma lesão no bronco yin mostra gritos (ou desejo de uma sessão de gritos) com uma mulher, e no yang, indica gritar (ou desejar uma sessão de gritos) com um homem.

O fumador que toma o fumo estimula os brônquios. É a sua maneira de dizer "Estou a marcar o meu território". É uma atitude masculina.

Uma mulher que fuma está marcando o seu território. As mulheres fumadoras são mais agressivas.

Pessoas com problemas na bexiga muitas vezes têm problemas brônquicos. De facto, em ambos os casos, estamos na presença de conflitos territoriais.

## **5. RESSONAR**

Quando respiramos, o ar passa livremente pelo nariz e pela boca, desce a faringe e passa pela base da língua até a laringe. O espaço para o ar passar na parte de trás da boca e atrás da língua é reduzido. Durante o sono, os músculos da área relaxam, o que reduz ainda mais a passagem. É a vibração dos tecidos nesta área que produz ronco. Dado que a passagem se torna ainda mais restrita, a base da língua cria um fenómeno tipo válvula que pode bloquear totalmente a entrada de ar. Neste ponto, os esforços que a pessoa que está dormindo faz para inalar o ar estressa ainda mais o bloqueio, como uma rolha, e então ocorre a chamada apneia obstrutiva, e a pessoa acaba roncando muito alto. Este não é exatamente um sintoma que afeta a saúde de uma pessoa, mas afeta claramente sua relação familiar e social. Neste caso, a inalação é dificultada.

A tensão associada ao ronco está relacionada à dificuldade de acesso ao ser interno. A pessoa é muito mentalmente orientada durante o dia, em alta velocidade, muito controlada, muito masculina, muito dinâmica e come alimentos muito pesados, fortes e yang. Quando ele vai para a cama, ele está totalmente exausto e ronca muito mais.

A pessoa precisa relaxar em sua vida. Ele precisa parar de ser tão mentalmente orientado e ocupado. Ele deve cuidar melhor de si mesmo e, desta forma, ele também vai cuidar, indiretamente, das pessoas que ele dorme perto também.

## **6. Nariz**

Quando há uma fratura no nariz, o corpo pede uma rutura com uma crença do passado e uma mudança de comportamento. A fratura é normalmente o resultado de uma atividade física ou mental dinâmica. Acontece com pessoas hiperativas. O corpo diz: "Pare, tome outro caminho." A pessoa que fratura o osso do nariz é uma pessoa que se tornou muito rígida e inflexível nas suas atividades. Vale a pena olhar para a casa ou para as relações da pessoa. Uma fratura no nariz denota problemas de raiz, problemas em casa, problemas na escola, problemas sexuais. A casa foi severamente abalada.

O nariz assimila o lado subtil das coisas e expõe a nossa relação com a respiração, o ar e o céu. O nariz está intimamente associado à vida através do cheiro.

O cheiro adiciona volume e cor ao sabor, e é indissociável dele, da mesma forma que os dois olhos são indissociáveis uns dos outros. Os problemas relacionados com o cheiro (crónicos, não momentâneos) representam o medo de permitir coisas subtis da vida dentro de nós, devido à falta de autoestima.

A perda de olfato também pode ser causada pelo medo de reconhecer o animal que vive dentro de nós. Na verdade, no mundo animal, o cheiro é uma ótima ferramenta para o reconhecimento hormonal, daí sexual. O nariz está associado à sexualidade. A pessoa que sofre de problemas relacionados com o cheiro é também alguém que contém os seus impulsos sexuais.

O bloqueio é outra indicação desta tensão. A pessoa cujo nariz está constantemente bloqueado, ou meio bloqueado, normalmente sofre de problemas relacionados com o cheiro. Denota que a pessoa tem dificuldade em aceitar informações íntimas que lhe chegam de fora ou de dentro. Não quer reconhecer os sintomas. É bem provável que a relação em casa não flua como ele deseja. No entanto, não quer examinar os detalhes. O que está a apodrecer na relação que a pessoa se recusa a cheirar? A ausência de olfato revela dor, amargura, ou até mesmo um desejo de vingança que permitimos apodrecer dentro de nós mesmos.

Este tipo de sintoma é frequentemente associado a uma descarga nasal que corre até a boca, indicando a presença de um grito silencioso interior e impotência em relação a mudar as coisas.

Quando a pessoa tem o sangramento do nariz (espontaneamente, não depois de ser atingido), esta condição indica a necessidade de reconhecimento. A pessoa sente-se ignorada e maltratada. Isto expõe uma perda de felicidade não consciente, bem como uma imensa auto-procura e uma falta de confiança em si mesmo. Não há oportunidade para erros acontecerem. A pessoa perde a felicidade. Sofre e sangra. Perde a vitalidade, mas desconhece. Este é um processo natural. Ocorre principalmente para as crianças, em crianças que exigem muito de si mesmas e, por acaso, são bastante bem sucedidas. Pode muito bem ser que esta imposição auto-exigente resulte de um pai ou mãe extremamente exigente.

## **7. Sinusite**

Esta é uma inflamação da membrana mucosa cobrindo as bochechas e a testa.

A pessoa está extremamente irritada com uma pessoa próxima dele, mas desconhece essa irritação. Quando a pessoa é informada, ele fica ciente e identifica imediatamente com quem se sente irritado. Este é claramente um sintoma associado a problemas familiares ou relacionais. Por esta razão, é governado pelos hemisférios cerebrais. Assim, o lado direito da sinusite é yang, masculino, e o lado esquerdo em yin, feminino. Isto aplica-se tanto aos de direita como aos canhotos. Problemas no yang sinus denotam problemas na relação com um homem, e no yin sinus denotam problemas com uma mulher.