

O metabolismo e a vida volitiva

The metabolism and the volitional life

Walther Bühler¹

¹Médico antroposófico (1913-1995)

Capítulo do livro O corpo como instrumento da alma. São Paulo: Associação Beneficente Tobias; 1977. 79 p.
Tradução de Ursula Szajewski.
Do original alemão: Bühler W. Der Leib als Instrument der Seele in der Gesundheit und Krankheit. Stuttgart: Verein zur Forderung eines erweiterten Heilwesens; 1955. Publicado com autorização da editora.

Palavras-chave: Metabolismo; sistema metabólico-motor; trimembração; medicina antroposófica.

Key words: Metabolism; metabolic-motor system; threefoldness; anthroposophic medicine.

RESUMO

Em continuidade a artigos anteriores onde o autor descreve a organização tríplice do ser humano, no presente estudo o sistema metabólico-motor é apresentado. O desabrochar da vontade da alma se inicia nesse sistema. Nos músculos se concentra a atividade volitiva. O calor e os processos que nele se passam são a porta sutil pela qual a alma, ao captar o mundo e o corpo, pode realizar suas intenções. Onde há músculos está ativa a vontade. Já o metabolismo se baseia em processos volitivos que permanecem no inconsciente, pois somente com essa força oculta da volição, o ser humano pode adequadamente mover em seu interior as substâncias e dirigir suas transformações químicas do modo necessário. Quando a alma quer sair do campo exclusivo da criação de imagens (neurossensorial), quando quer abordar a realidade externa, ela precisa dos processos materiais, do metabolismo como base para achar o caminho em direção ao próprio corpo e em direção ao mundo da matéria, ao mundo do trabalho. Os processos metabólicos têm três atividades fundamentais: alimentação, a excreção e a elaboração das substâncias, sendo o fígado o principal órgão metabólico. As forças que dirigem este metabolismo interno são sutilíssimas atividades volitivas da alma, na medida em que ela está radicada nos órgãos. Muitas doenças do ser humano são condicionadas pelo modo dele dirigir sua vida anímica, seu pensar, sentir e querer. Com o decorrer do tempo, a saúde é bastante influenciada pelo modo de pensar e pela qualidade do querer, pois a alma é uma unidade, apesar do contraste que nos obriga a distinguir uma vida anímica consciente e inconsciente. Finalmente, o autor aborda como as forças volitivas que estruturam os órgãos nas crianças podem sofrer interferência dos aspectos pedagógicos, brinquedos e jogos, tão bem como o comportamento das pessoas ao seu redor.

ABSTRACT

Continuing the previous articles where the author describes the threefold organization of the human being, in this study the metabolic-motor system is presented. The blossoming of the soul volition begins in this system. The volitional activity concentrates on the muscles. The heat and the processes that take place in it are subtle door by which the soul can perform its intentions, after capturing the world and the body. Where there are muscles, the will is active. However, the metabolism is based on volitional processes that remain in the unconscious; only with this hidden strength of volition, the human being can properly move inside the substances and the chemical transformations. When the soul wants to leave the imaging field (neurossensory), when it wants to approach the external reality, it needs the material processes, the metabolism as the basis to find the pathway to the body and to the world of matter, the world of work. There are three main activities of the metabolic processes: feeding, excretion and constructive processes of substances. Liver is the central metabolic organ. The forces that drive the internal metabolism are very subtle volitional soul activities, insofar as the soul is rooted in the organs. Many human diseases are conditioned by the way we conduct our soul life, our thinking, feeling and willing. The soul is an unity, despite the contrast of conscious and unconscious soul life. Finally, the author discusses how the volitional forces that structure the child's body can be affected by pedagogical aspects, toys and games, as well as the behavior of persons around.

Nas palestras anteriores* acompanhamos a alma do ser humano em sua colaboração com o corpo. Procuramos mostrar como nosso corpo, nosso organismo, em seus diversos sistemas orgânicos, é instrumento das atividades anímicas, de três maneiras diferentes. Cada vez que o ser humano tenta formar em si imagens do mundo ou de si mesmo, ele se baseia na atividade do sistema neurossensorial que possibilita as percepções ou as representações e que desempenha uma função de espelho. Dissemos que o vai-e-vem do sentimento, por sua vez, tece em todos os processos rítmicos que, no batimento cardíaco e na respiração, são reunidos em um sistema rítmico especial. O desabrochar da vontade de nossa alma se inicia nos órgãos dos membros e do metabolismo, de modo que aí falamos em sistema metabólico-motor. É sobre este que dirigiremos hoje nossa especial atenção.

Com a vontade movemos nosso próprio corpo e também todos os objetos do mundo que nos cerca, na medida em que desejamos deslocá-los ou transformá-los. No primeiro caso, relativo ao nosso próprio corpo, falamos em erguer o tronco, fletir ou estender os braços, abrir e fechar as mãos, ou falamos em andar, ficar em pé, correr ou pular, ao executarmos movimentos com as pernas. Toda essa multiplicidade de movimentos no próprio corpo fornece as condições prévias para podermos, com o auxílio do corpo, mover as matérias e os objetos do mundo. Os músculos constituem o foco no qual se concentra nossa atividade volitiva que neles se desdobra e se dirige ao mundo exterior.

Qualquer movimento externamente perceptível é condicionado pela mobilidade interna dos músculos que se contraem, endurecendo-se e, novamente, se afrouxam e se distendem. A toda formação exterior corresponde uma plástica interna das massas musculares.

Quando trabalhamos fisicamente de forma árdua ou aceleramos um trabalho — ou quando precisamos correr durante algum tempo em vez de andarmos em passo normal —, ficamos aquecidos, mais quentes do que estávamos antes, talvez sentimos até calor, começamos a transpirar. De fato, a temperatura do corpo se eleva, e se medíssemos a temperatura com um termômetro, sem saber da atividade precedente, poderíamos pensar que a pessoa estivesse com febre.

Mas este aquecimento, naturalmente, não é uma verdadeira febre; é passageiro, e o organismo logo

restabelece a temperatura normal. Entretanto, isto nos mostra que o calor e os processos que nele se passam são a porta sutil pela qual a alma, ao captar volitivamente o mundo e o corpo, pode realizar suas intenções. Todos sabemos que os braços e as mãos, quando enrijecidos pelo frio, se tornam inúteis ao sutil jogo das forças volitivas, por exemplo, na execução de música ou no escrever. É, portanto, através do calor que podemos captar o corpo de tal modo que a alma possa agir como alma volitiva. E no instrumento necessário para isso, no mencionado sistema muscular, de fato, ocorrem reais processos de combustão. Estes processos abrem à alma o caminho para a materialidade. Ao mesmo tempo, a alma, ao estimular os processos de combustão no sistema muscular, desencadeia as energias que lhe possibilitam o desenvolvimento de forças físicas.

Vocês compreenderão facilmente que é justamente o calor que se faz necessário para que possamos desenvolver a volição (vontade), ou seja, para que possamos captar a matéria e trabalhar. Pois, se observamos o calor, vemos que ele é capaz de dilatar e fundir todas as substâncias, de lhes conferir movimento, de relacioná-las umas com as outras e de transformá-las profundamente. Temos ainda mais um indício de que o desenvolvimento da volição se relaciona com o fogo, com os processos flamares que abrigamos em nosso interior. Concebemos o colérico, sem dúvida um ser orientado à vontade, como o temperamento fogoso. E quando uma pessoa não domina sua vontade e bate o punho na mesa, dizemos: “ele está fervendo de raiva, está ardendo em ira”. Mas não deixa de ser útil a existência de tais cabeças quentes, pois, nos demonstram que o querer está relacionado com o calor, com o fogo. Além disto, ele precisa sempre do instrumento de nossos membros, de sua interação e, de um ponto de vista mais sutil, de um grandioso preparo das substâncias que, por exemplo, são precisas e queimadas no metabolismo muscular. Assim vemos que, de um modo geral, nosso organismo precisa constantemente de substâncias para poder realizar sua vida. Ele excreta substâncias, as gasta, as transforma em seu interior, e precisa constantemente receber novas substâncias. O organismo está em constante movimento. Movimenta substâncias, as transporta, as trabalha e, sobretudo, as transforma também quimicamente, para que fiquem adequadas aos proces-

* N.E.: Veja duas publicações anteriores:

Bühler W. Os três membros do organismo humano. *Arte Méd Ampl.* 2011; 31(2): 4-11.

Bühler W. O coração – órgão da cordialidade. *Arte Méd Ampl.* 2012; 32(2): 59-67.

tos vitais. Resumimos todos estes processos básicos sob o nome de metabolismo. Podemos dizer: todos os processos metabólicos do ser humano se baseiam em finos processos volitivos que permanecem no inconsciente. Pois somente com essa força oculta da volição, o ser humano pode, da maneira adequada, mover, em seu interior, as substâncias e dirigir suas transformações químicas do modo necessário. Inversamente, quando a alma quer sair do campo exclusivo da criação de imagens, do viver unicamente na imagem da cabeça, quando ela quer abordar a realidade externa, ela precisa dos processos materiais, do metabolismo como base para achar o caminho em direção ao próprio corpo e em direção ao mundo da matéria, ao mundo do trabalho, à terra.

Vamos, hoje, acompanhar um pouco estes processos metabólicos. Temos de focalizar três atividades fundamentais: toda a captação de substâncias, que designamos de um modo geral de alimentação, e a excreção das substâncias gastas, das escórias, ou seja, toda a interação da absorção e excreção. Mas entre os dois existe o amplo e difícil campo da elaboração das substâncias no organismo, em seus diversos órgãos, o transporte, as transformações, a circulação das substâncias etc. O metabolismo se inicia com os processos da alimentação, sendo o primeiro destes, o ato de comer. Mas o mastigar de um pedaço de pão ou de um almoço é precedido pelo que faz a dona de casa ou a cozinheira. É muito útil observarmos a dona de casa em seu trabalho, por exemplo, quando assa um bolo, ou observarmos qualquer pessoa que trabalha. Porque, ao trabalhar, ela desenvolve sua volição. E deste desenvolvimentode volição, conhecido e vivenciado por todos, e que todos podem observar, pode-se aprender muita coisa, deduzindo-se daí uma orientação para em seguida observar, no organismo humano, as atividades volitivas ocultas, muito mais difíceis de serem vistas em seu conjunto.

Observem, por exemplo, um homem rachando lenha. Cada vez ele tem de apanhar um pedaço de material, ou seja, o toco de lenha ou o galho que quer rachar. Executa um movimento e joga para longe a lenha rachada. Este homem então apreende a matéria e a larga novamente; ocorre uma transformação, uma divisão, os pedaços de lenha voam, são espalhados; mas logo a volição intervém novamente e começa a arrumar, juntar, empilhar, até que novamente poderá haver remoção: quando alguém quiser fazer um fogo com esta lenha e, assim, encaminhá-la ao seu destino, o forno. Observemos, agora, a dona de casa que assa seu bolo neste forno e que trabalha em sua cozinha. O que ela faz? Apanha as mais diversas subs-

tâncias, farinha, açúcar; mede o leite ou a água, pesa a farinha e o açúcar, conta os ovos; e veremos que, na elaboração da matéria, a medição, a contagem e a pesagem exercem um papel muito especial. Sempre que o ser humano lida com a matéria, no mundo exterior ou em seu próprio corpo, medida, número e peso exercem uma função especial. Quando se trabalha com as mencionadas três forças ordenadoras, o trabalho se torna um procedimento objetivo e, se assim, ele possui um sentido. Isto transparece com grande nitidez quando a dona de casa assa um bolo. Ela mistura quantidades bem determinadas das diversas substâncias, as põe em movimento, mexe, amassa e finalmente forma a massa. Ou vocês observam como ela apanha o ovo; separa o inútil, a casca calcária, do útil. Deste por sua vez, ela separa a clara da gema e elabora cada parte de maneira bem diferente: bate a clara, mexe a gema e, em seguida, torna a juntá-las. É, portanto, interessantíssimo observar como a alma humana, atuando volitivamente, lida com a matéria.

Entretanto, toda atividade da volição não tem apenas este aspecto exterior, da elaboração mecânica da matéria, mas encerra também um aspecto moral que, também, não deve ser visto apenas em teoria, mas que cada um pode, concretamente, vivenciar em si mesmo e em seus próximos. Da mulher que, com rapidez e diligência, prepara o seu bolo, dizemos que é uma dona de casa trabalhadora. Se ela mede e pesa bem os ingredientes, e se o bolo é um sucesso, dizemos que é uma boa e eficiente dona de casa. Se, no entanto, ela faz tudo isto preguiçosamente, de maneira relaxada e vagarosa, ela corre o risco de ser chamada de desordeira, preguiçosa ou má dona de casa. Pode ser, também, que ela seja ativa demais, apressada porque pensa em outras coisas ou por estar em cima da hora. A fim de acionar o querer de forma consequente, sempre temos de contar com dois perigos: o de trabalhar excessivamente depressa ou devagar. Mas sempre é o ser humano todo que executa o trabalho. Vimos que a totalidade do ser humano, toda a alma humana inclui sempre o sentir, a formação de imagens, a apresentação mental e o pensar. Podemos pressupor que a dona de casa, ao preparar, por exemplo, um bolo de aniversário, o faça com amor ou ao menos com cuidado e com um interesse especial. Não seria bom sinal se ela fizesse o bolo com total indiferença; seria mal também se ela o fizesse de mau humor, irritada e contraída. Tudo é possível. A dona de casa pode estar estafada, pode deixar cair o ovo por não ser mais capaz de trabalhar direito; então a vida volitiva dela pode estar muito fraca. Podem

vocês, também, voltar à imagem do lenhador que, talvez, apanhou um toco cheio de nós. Bate com o machado e nada consegue. Continua se esforçando, o machado fica imprensado, e o lenhador não consegue tirá-lo. Ele se diz: “não é possível que eu não consiga tirar o machado”. Faz esforços apaixonados. Se vocês chegarem perto dele neste momento e lhe disserem: “calma, moço, faça-o com mais vagar, tente por outro lado que talvez consiga”, ele — se for de temperamento colérico, cabeça quente — poderá ter um ataque de raiva, e vocês poderão levar o toco de lenha na cabeça! Vocês podem perceber aí, como a vontade explode em determinado sentido, se torna excessivamente violenta, pode correr o risco de se transformar em obstinação, espasmo. É importante que tomemos consciência disto: a atividade volitiva deve ser comedida e sempre se encontra entre dois perigos. Mantendo isto em mente, aprendemos muito em relação à contemplação viva e correta dos processos metabólicos no ser humano, por exemplo, quanto àquilo que o estômago faz com os alimentos, ou seja, com a matéria que lhe fornecemos, ou àquilo que o fígado ou os vasos sanguíneos, as atividades orgânicas internas realizam com a matéria.

Suponhamos que, enquanto isto, o bolo ficou pronto — enquanto assava a dona de casa ainda teve de prestar atenção no grau de calor, para que o bolo não assasse nem muito depressa nem muito devagar, pois poderia ficar preto ou não crescer direito. Suponhamos que tudo correu como devia porque a dona de casa não estava apenas interessada e diligente, não apenas fez o bolo com amor, mas foi também muito esperta e atenta; pois estas duas qualidades também fazem parte da atividade volitiva: deve-se ter sempre em mente uma ideia do que se está fazendo. Devo então repetir: observando a volição, devemos compreender que é sempre o ser humano todo que deve imaginar algo, sentir algo, a fim de poder agir corretamente. Portanto, ao comermos agora o bolo, passando a um processo alimentar, vemos que as atividades volitivas novamente exercem um papel principal. Pois ao darmos a primeira mordida, apreendemos com a boca, com os dentes, um pedaço de matéria. Então o elaboramos, o mastigamos e reduzimos e, de uma maneira mais sutil, prosseguimos à redução da matéria como a executava, por exemplo, o lenhador com seu machado ou a dona de casa com a faca ou com o moedor. Os molares e os incisivos substituem faca e moedor. Já aí se iniciam verdadeiras atividades metabólicas, perfeitamente desempenhadas por nossa volição, a cuja disposição se encontram os músculos mastiga-

tórios e aquele músculo mais maravilhoso e mais móvel do ser humano, a língua. Vemos, mais uma vez, que há sempre uma apreensão da matéria, um receber e uma nova libertação na expulsão, no engolir. Adiciona-se aí também um líquido, a saliva; o alimento é misturado ao suco, trabalhado, amassado e, finalmente, se forma o bolo alimentar na boca. Como a dona de casa forma finalmente o bolo, nós formamos o bolo alimentar, na pequena esfera que enviamos para frente. Engolimos!

Neste momento, inicia-se o trabalho metabólico propriamente. Porque agora nossa vida anímica consciente nada mais tem a ver com tudo isso. Já não podemos intervir no processo e nem sabemos o que se passa daqui em diante, exceto se formos estudiosos da antropologia ou da medicina. Como continua o processo? O alimento escorrega pelo esôfago; mas não se trata de um simples deslizar, e sim de um processo ativo. O esôfago não é apenas um tubo ou uma mangueira, mas é, também, um músculo. Todo o estômago, todo o intestino delgado e grosso que, juntos, medem muitos metros, possuem, em toda sua extensão, finíssimas fibras musculares; assim, o esôfago, também, possui uma camada muscular revestida internamente por uma fina camada contendo glândulas etc., a que chamamos de mucosa. A mucosa com suas glândulas é muito importante, mas também o é o fato de todo o sistema estomacal e intestinal ser constituído por músculos. Examinando melhor estas fibras musculares, percebe-se que elas possuem estrutura microscópica diferente da estrutura dos músculos esqueléticos. Falamos em músculos lisos, enquanto os músculos esqueléticos são mais complicados e apresentam, ao microscópio, maravilhosas estruturas rítmicas. Onde há músculos — já o acentuamos na primeira contemplação sobre a organização tríplice da natureza humana — está ativa a volição. Também na esfera intestinal desenvolvem-se forças da alma; mas neste caso, são forças da alma que permanecem inconscientes, forças que não temos em mão, das quais não podemos nos formar uma imagem na vida das representações mentais e que, portanto, não podemos dirigir a partir da vida consciente, a partir da cabeça. Falamos, por isso, em movimentos involuntários, que escapam às forças da representação. Isto não significa, entretanto, que o corpo desempenha suas funções *de per se*, como poderia parecer. Em realidade, trata-se de uma atividade muito diversificada, extremamente ativa e cuidadosa que ocorre aí em nossos órgãos na elaboração da matéria.

Já podemos percebê-lo no estômago, órgão extremamente ativo. Ele elabora o bolo alimentar, o

trabalha, amassa, mistura com suco, prosseguindo com a atividade iniciada pelas glândulas salivares na boca; dando sequência, em realidade, também ao trabalho da dona de casa que misturou a farinha seca com leite e água etc., dissolvendo a matéria seca. O estômago dá seguimento a todos esses trabalhos. Mistura, mais uma vez, tudo o que recebe, continua a reduzi-lo, continuando assim o trabalho da mastigação para, finalmente também, transformar as coisas internamente em sua estrutura íntima, transformá-las quimicamente, decompor e desdobrá-las. Porque, a bem dizer, a transformação química da matéria e a mobilidade interna que ela adquire, são apenas uma continuação das transformações mais grosseiras, físico-químicas que ocorrem pela mastigação, pelo amassamento etc. Abrem-se, novamente, duas possibilidades básicas: a absorção da matéria, a captação da substância e a excreção, o abandono da matéria. O estômago capta a substância, a recebe do esôfago, e a entrega novamente pelo piloro, encaminhando-a ao intestino.

No intestino delgado, a atuação das forças volitivas que aí exercem uma função se torna cada vez mais sutil. A própria matéria já está em estado mais fino e mais desdobrado. Falamos em bolo alimentar. Quando o alimento deixa o estômago, já não pode conter pedaços ou grumos, torna-se inteiramente líquido. O corpo já adicionou grandes quantidades de seus próprios sucos, de sua própria substancialidade, a fim de acelerar a liquidificação. Vemos, novamente, como então, no intestino delgado, a matéria é ainda mais elaborada, química e mecanicamente. De modo muito delicado se repete sempre o mesmo: a matéria é espalhada, dividida e estendida ao longo da parede intestinal através de determinados movimentos. Logo em seguida, o intestino, ao contrair-se, recolhe de novo esta matéria espalhada e forma uma porção de pequenas esferas, como um colar de pérolas. E assim continua este vai-e-vem; contração-distensão-remoção, até que a matéria se encontra elaborada, decomposta, desdobrada e sublimada, a ponto de poder ser absorvida pelo próprio organismo através da parede intestinal. Mas a matéria, agora líquida, não atravessa passivamente a parede intestinal como qualquer líquido atravessa o papel filtro ou como a ricota embrulhada em papel molha a sacola de compras. Absolutamente não. As substâncias nutritivas são ativamente absorvidas na parede intestinal, tão ativamente quanto é colocado na boca o bocado de comida, vocês usam a língua etc.

Temos no intestino milhares de 'bocas' e milhões de 'línguas' que apanham a matéria, a degustam e a

apreendem. 'Língua' e 'boca' são, neste caso, uma só. Estas finíssimas unidades são chamadas de vilosidades intestinais. Estas vilosidades são finas como os fios de um tapete, de modo que a parte interna da parede intestinal se assemelha, ao tato, a um veludo. Em realidade, são milhões de delicadas línguas móveis, providas de finíssimos músculos; estas linguinhas experimentam e absorvem o bolo alimentar que é estendido pelos movimentos que descrevemos, executando maravilhosos movimentos rítmicos e, finalmente, transportando o bolo alimentar para frente. Só então a substância está realmente dentro do organismo humano. Até aí ainda estava no mundo exterior 'invaginado', pois assim podem ser consideradas as cavidades do estômago e do intestino.

No entanto, também no intestino delgado, atividades alternadas e opostas desempenham um papel na elaboração da matéria. Se vocês, por exemplo, comerem uma cereja, perceberão logo que o caroço é muito duro e não pode ser aproveitado. Vocês o cospem. Ele segue a direção oposta à que deve tomar o alimento. O trabalho do intestino delgado e das vilosidades intestinais também não consiste apenas em misturar, mas em parar e dividir constantemente. Todas as partes duras, inaproveitáveis, escórias, como por exemplo, a celulose contida no pão e na salada, tudo o que não somos capazes de desdobrar é recusado, enviado para adiante e não é absorvido. Vocês veem que se trata realmente de uma atividade seletiva. Tudo o que segue assim, separado e recusado, é recebido pelo intestino grosso que o desidrata e forma os excrementos. Portanto, o inaproveitável também é moldado, e os sucos aproveitáveis que ainda estão contidos nesta parte são retidos e absorvidos. Finalmente, o intestino excreta, no final da sequência metabólica que acompanhamos. Toda esta elaboração das substâncias está ligada, portanto, a atividades volitivas inconscientes, mas também a certas sensações indefinidas.

Como a vontade tem dois lados, dois aspectos, uma vez que até aí tivemos de falar do lado moral dela, devemos agora observar mais de perto de que modo atua a volição orgânica, interna. Aí percebemos perfeitamente, que também esta volição inconsciente, sob determinadas circunstâncias, pode tornar-se inerte e que estes processos volitivos podem relaxar-se; essa volição interior que atua nos órgãos, então, deixa de intervir corretamente, abandona as substâncias, torna-se literalmente inerte e preguiçosa. Dizemos então que a pessoa tem um metabolismo preguiçoso, o que significa, na maioria das vezes, que ele tem prisão de ventre. Mas aquilo que é grosseiramente designado por prisão de

ventre crônica — constipação intestinal é o termo mais elegante — é um aspecto grosseiro daquilo que pode desempenhar um papel mais fino em todos os órgãos; mas aí já nos encontramos a caminho de distúrbios metabólicos graves, de doenças propriamente ditas. Dissemos, há pouco: o outro perigo da volição é o de nos tornarmos diligentes demais, de trabalharmos com pressa e afobação, não mantendo a visão das coisas e podendo deixá-las escapular, como o ovo da mão da dona de casa. Isto pode acontecer ao estômago ou ao intestino. Tudo transcorre com excessiva rapidez e desordenadamente; a pessoa, então, terá o contrário da constipação, terá diarreia! Novamente, a substância escapa ao controle, não é corretamente elaborada, porque o intestino, por razões diversas, fica excessivamente ativo. Este excesso de zelo, por assim dizer, pode alcançar o ponto ao que chegou aquele lenhador, quando não conseguiu vencer a resistência do toco de lenha. Pode acontecer que nosso intestino não consiga executar sua função e faça um esforço volitivo excessivo. Entra em espasmo!

Ou vejamos outro exemplo. Outro órgão oco e musculoso é a vesícula biliar que também trabalha com substância líquida. Ela recebe a bile, armazena-a e entrega-a correntemente ao intestino na medida necessária. A bile vem do fígado, volta e é armazenada e concentrada na vesícula biliar. Quando o metabolismo fica inerte, e as substâncias já antes não tinham sido corretamente elaboradas, pode acontecer que a bile não tenha a composição adequada e, novamente, a substância escapa ao organismo humano. Formam-se o que chamamos de areia biliar ou até mesmo cálculos biliares. O corpo se vê obrigado a se confrontar constantemente com a matéria inerte. A vesícula biliar tenta desembaraçar-se desse corpo estranho que é apenas uma pedra, tenta eliminá-lo, expulsá-lo. É como se dissesse: “Isto não pertence ao organismo, ao campo da vida. O lugar de pedras é lá fora, no mundo exterior!” A vesícula biliar quer excretar esse cálculo. Mas isto não é tão simples. No caso do caroço de cereja, é fácil cuspi-lo e assim eliminar a matéria que nos é inútil. A vesícula biliar tenta fazer o mesmo, com sua vontade. Percebe que não o consegue; o cálculo fica preso. A vesícula biliar fica contrariada. Sua atividade se torna cada vez mais violenta; finalmente, ela faz como o lenhador cujo machado ficou preso na madeira, aferrando-se a sua atividade. Isto se torna muito desagradável, porque então a pessoa tem uma cólica biliar. A vesícula biliar passa por um espasmo muscular e não mais consegue descontrair-se. O sintoma do espasmo consiste no seguinte: a volição não mais pode

largar. É necessário então acudir de fora, estimular as outras atividades volitivas e o ritmo da circulação sanguínea, estimulando o calor, fazendo compressas quentes ou distraindo o organismo. Porque ele dirigiu excessiva atenção à região biliar e despertou num lugar onde normalmente dorme. Este despertar manifesta-se sob a forma de dor. A distração necessária só pode ser obtida, em certos casos, através de um entorpecente, com o qual forçamos o organismo a esquecer do ocorrido e adormecer novamente, descontraindo-se. A vesícula biliar solta então o cálculo, como deixamos cair um livro quando adormecemos durante a leitura. Temos, pois, vários modos de ajudar um paciente a superar uma cólica biliar.

Como vocês veem, às qualidades morais ou imorais na esfera do trabalho humano e da atividade volitiva, às qualidades de caráter, enfim, correspondem, na esfera da volição inconsciente — podemos chamá-la, também, de vontade orgânica ou vontade de viver interior —, a doença e a saúde. Não há sentido em insultarmos a vesícula biliar e aplicarmos critério moral, dizendo que a vesícula se comporta como um colérico e que realmente poderia se comportar de maneira mais decente. Os critérios morais não se aplicam aí; o critério, neste caso, tem de ser o de saúde e doença. Isto é muito importante, porque vocês podem ver que, apesar da oposição existente entre o plano moral e o plano da saúde, todavia, deve existir uma relação entre os dois. Já encontramos, claramente, este fato ao contemplarmos o coração.

Tais relações se tornam especialmente tangíveis, por exemplo, no caso do ato de comer, onde existe intensa interação entre os processos anímicos e morais. Se alguém tem um caráter que o obriga a comer com pressa e a engolir com afobação, se ele executa suas atividades volitivas orais de tal modo que outros lhe digam: “Escute aqui, você mastiga de modo muito relaxado” — isto não deixa de repercutir sobre o estômago. Pois agora é ele que deverá executar o trabalho que não foi executado adequadamente na cavidade bucal, e que deverá fazer um trabalho extra: amassar, reduzir, liquidificar etc. Cada vez que uma pessoa tem de executar um excesso de trabalho de modo constante e sem ter uma razão suficiente para justificá-lo, ela se torna irritada e não sente mais prazer no trabalho. Fica de mau humor e isto não lhe pode ser levado a mal. Ora, o que não podemos levar a mal à pessoa toda, também não podemos levar a mal no caso do estômago que subitamente adquire um humor irritado; e percebemos então, que estamos com um transtorno gástrico. Observando esse estômago radiologicamente, veremos algo de muito interessante. Percebemos que ele de fato trabalha

com excesso de zelo — dizemos que trabalha nervosamente —, de maneira precipitada e convulsiva. É possível acompanhar exatamente o trabalho do estômago, essa atividade volitiva. Os alimentos entram em cima e saem pelo piloro (Fig. 1). O amassamento e a elaboração ocorrem devido ao fato de o estômago se contrair em alguns lugares, se descontrair e, em seguida, se contrair mais adiante etc., de modo que esta atividade muscular percorre o estômago à maneira de maravilhosas ondas. Enquanto transcorre o trabalho na extremidade inferior do estômago, já se inicia nova onda de trabalho na extremidade superior. Falamos em peristaltismo, em ondas peristálticas. Quando o estômago fica irritado, quando se exige demais dele, quando comemos com pressa ou alimentos muito quentes, então ele tem de fazer trabalho extra; intervém com maior energia, se torna mais estreito, se contrai mais. Mas ao mesmo tempo tudo se passa mais depressa, e vemos imediatamente que alguma coisa não está em ordem. Vocês percebem aí, como algo que o ser humano ainda tem em suas mãos quando se alimenta conscientemente passa ao campo orgânico inconsciente. O que ele não faz corretamente no campo consciente age agora como fator de doença.

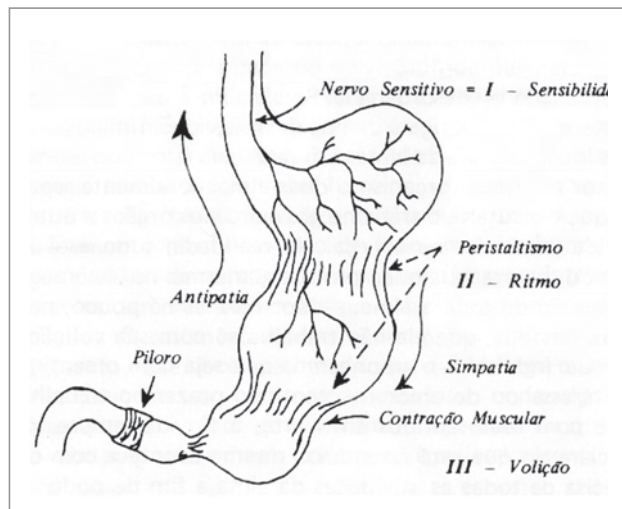


Figura 1. As funções tríplices do estômago.

Assim, muitas doenças do ser humano são condicionadas pelo modo dele dirigir sua vida anímica, seu pensar, sentir e querer — embora, é verdade, isso ocorra através de caminhos complexos e, muitas vezes, difíceis de serem detectados, pois se estendem por muitos anos. Com o decorrer do tempo, a saúde do ser humano é bastante influenciada pelo seu

modo de pensar — claro ou confuso, vivo ou abstrato, — e pela qualidade do querer — ordenada ou desordenada. Pois a alma é uma unidade, apesar do contraste que nos obriga a distinguir uma vida anímica consciente e atividades inconscientes da alma. Em realidade, isso tudo é uma unidade. Não temos em nosso organismo duas almas totalmente separadas entre si, uma que executaria o trabalho grosseiro nos órgãos e outra que levaria uma vida particular na cabeça. Na realidade, tudo está ligado entre si. Quando ocorre qualquer processo, mesmo no estômago, há sempre participação de toda a alma. Mostrei-lhes há pouco, no caso da dona de casa assídua, que ela não trabalha só com sua volição, mas também com sua índole — suponhamos que seja com o sentimento positivo de interesse ou de amor—, sentindo prazer no trabalho, estando atenta e com seus sentidos em alerta, a fim de sempre formar uma imagem clara do que está fazendo. O mesmo acontece com o estômago. Ele precisa de todas as atividades da alma a fim de poder trabalhar de maneira adequada.

Já expusemos que todas as atividades rítmicas são a base para o sentir. Observando agora estas maravilhosas ondas ritmadas que deslizam sobre o estômago em sequência regular, vocês sentirão que se trata de um órgão maravilhosamente rítmico (Fig. 1, II). Também a abertura e o fechamento do piloro, sempre repetidos, são funções rítmicas e não meros processos grosseiros e irregulares para misturar as substâncias. Isto já nos revela que, na função gástrica, deve haver participação de forças volitivas inconscientes. O estômago sente prazer em seu trabalho, o executa com certa simpatia. Posso prová-lo, como no caso da coragem do coração, pelo oposto. O estômago, como toda alma, possui também antipatias. Se lhe desagrade a comida, se percebe que ela está estragada e que não pode servir nem a ele nem ao organismo, o estômago desenvolve tal desprazer ao elaborar essa matéria, tal antipatia que chega ao ponto de fazer o mesmo que vocês fazem com o caroço de cereja que de nada lhes serve. O estômago, com veemência, envia o seu conteúdo em sentido contrário. O sentimento que qualquer um pode observar neste caso é o nojo, que nos mostra claramente ter o estômago a sua disposição, podemos dizer, algo como sua própria alma.

Toda atividade anímica exige que se esteja atento, que se forme uma imagem da coisa, e para tal precisa-se sempre do sistema nervoso, como já dissemos. Ora, o estômago tem fartura de nervos que o atravessam e sempre prestam atenção ao que se passa, de modo que ele adquire uma vaga consciência de seu estado de plenitude e de seu conteúdo (Fig. 1, I). Ele

observa seu trabalho e faz uma imagem de seu trabalho. É importante, também para ele, que se forme esta imagem de maneira adequada. Vocês veem, portanto, que mesmo um órgão como este é todo um ser humano. Atua volitivamente com sua musculatura; vive em um oculto sentimento de prazer e desprazer, como que num sonho, pelo fato de funcionar ritmicamente. E, sendo um órgão provido de nervos, ele forma uma imagem interior de seu trabalho, constantemente atento ao que está fazendo e à função que deve desempenhar. O estômago é, assim, um órgão altamente sensível. É bom, portanto, que vocês não imaginem o estômago como sendo simplesmente um saco ou um tubo musculoso onde algo é amassado mecanicamente; é melhor que tenham a impressão de que o estômago é como um pequeno animal. Podemos dizer: assim como uma criancinha aguarda avidamente o alimento, o estômago realmente também tem uma avidez e, por sua vez, espera receber algo. Quando o lactente não recebe nada, ele grita; e quando o estômago nada recebe, 'rosna', porque seu desejo não é satisfeito. É assim que vocês devem imaginar a coisa. Imaginem um ser animado e faminto, um gato ou um cachorro, ou mesmo um bebê, e o transformem no estômago; terão, então, a ideia correta do estômago. Vocês compreenderão, então, que tal órgão — como qualquer ser vivo — pode ser irritado, pode ficar de humor alterado, pode trabalhar assiduamente e comportar-se direito ou de maneira relaxada. Tudo isto é possível. O relaxamento, a fadiga do estômago se traduz em flacidez. Ele pende então, flácido, atingindo talvez o baixo ventre; o trabalho não transcorre direito, as ondas peristálticas são apenas superficiais; o trabalho fica parado, o bolo alimentar não progride e a pessoa sofre de sensação de plenitude gástrica. Isto pode ser sinal de doenças graves.

Como combater tal doença? Vamos aproveitar a ocasião para formar-nos algumas ideias básicas a respeito do efeito de um medicamento, assunto que certamente interessará vocês. Todos sabemos como fazem bem ao estômago certos medicamentos amargos, por exemplo, o extrato da raiz de genciana que vocês conhecem bem. Quando mordemos uma dessas raízes e mastigamos um pedacinho, temos algumas experiências surpreendentes. O sabor forte e amargo desperta a atenção de nossos nervos gustativos na boca. Imediatamente, ficamos com a boca cheia de água, isto é, um reflexo desencadeia maior atividade glandular. A sensação de prazer, suscitada pelo gosto aromático, alterna-se com um sentimento de antipatia por causa da amargura. Esta nos causa um travo na boca. Tentamos engolir rapidamente a genciana ou mesmo cuspi-la, ativando, portanto, a

volição. Após essa vivência intensiva, vocês poderão imaginar que o estômago flácido também não pode ficar indiferente diante da genciana. Ele se sente estimulado sob todos os pontos de vista, se contrai e conclama à ação reforçada suas forças anímicas, formadoras de órgão e abastecedoras dos nervos gástricos, dos vasos e dos músculos do estômago. Assim o estômago é mais bem irrigado e ventilado e já se encontra a caminho da cura. De modo semelhante poderíamos acalmar, com outros medicamentos, um estômago hiperexcitado.

Vocês notam que um medicamento verdadeiro e o próprio processo terapêutico não devem jamais ser concebidos como mero processo mecânico, sem vida, químico. Todo processo terapêutico, mesmo que se dirija a um único órgão, tem a ver com as forças vitais e anímicas de todo o ser humano. Um médico que contasse apenas com o efeito químico-material do medicamento estaria correndo o risco de violentar o organismo, e poderia obter uma cura à custa de outras esferas vitais. Seria apenas uma cura aparente.

Já descrevemos, antes, como os caminhos da matéria atravessam a parede intestinal e como a matéria é absorvida no organismo, na própria esfera da vida. O órgão metabólico principal aí é o fígado, no qual se processa uma infinidade de transformações das substâncias, impossíveis de serem descritas em sua totalidade. Quero apresentar apenas um dos modos pelos quais o fígado elabora uma substância, neste caso o açúcar que chega do intestino ao fígado pela veia porta. O fígado percebe que esse sangue é doce demais para o organismo. Ele sente isto e é capaz de tirar do sangue esta doçura, de coletar este açúcar líquido, de organizá-lo e armazená-lo em muitos pequenos depósitos, de modo que sempre armazenamos nas células hepáticas o açúcar condensado sob uma forma relativamente insolúvel. O fígado faz exatamente o mesmo que faz o lenhador com a matéria já em parte elaborada: junta os pedaços de lenha, os ordena e empilha, e diz: "Bem, agora já existe bastante lenha para quando precisarem dela". O mesmo acontece no fígado. O organismo precisa de açúcar; por exemplo, quando vocês sobem correndo por uma escada, descem, sobem outra vez, vocês queimam, entre outras coisas, açúcar em seus músculos. Portanto, gastam matéria na periferia do organismo. O músculo, para renovar sua estrutura, retira então do sangue circulante este açúcar. O sangue fica mais pobre em açúcar, insuficientemente doce, e imediatamente o fígado mobiliza a substância a que chamamos de glicogênio, dissolve-a e a entrega ao sangue, que a transporta para onde for preciso.

Percebemos aí atividades metabólicas muito

finas. As forças que dirigem este metabolismo interno são sutilíssimas atividades volitivas da alma, na medida em que ela está radicada nos órgãos, na escuridão orgânica. Talvez vocês dirão agora: “Pois bem, mas estudei uma vez, num livro, a estrutura do fígado; ele consiste de células e tecido conjuntivo, mas não tem músculos. Ora, ouvimos que a volição só pode se desenvolver onde há músculos lisos ou estriados”. Bem, não é exatamente assim. Eu disse que a volição intervém no mundo da matéria, através do calor. Sem dúvida, precisamos de músculos para executarmos manifestações volitivas fortes, intensas, manifestações de forças em sentido mais físico. Mas, assim que chegamos ao sangue, aos órgãos internos, os movimentos necessários são muito sutis, não são, em parte, mais que movimentos químicos, ligação, separação e mistura químicas, de modo que não é mais necessário um transporte mecânico; poderíamos dizer que a volição só age então em dosagem homeopática. Considerem vocês as diferenças que podem existir entre diversas atividades volitivas, entre atividades de trabalho. Quando o guarda florestal marca um carvalho com um talho de machado, ele está exercendo uma atividade volitiva. Mas esta é grosseira, comparada com a atividade volitiva do gravador que risca uma placa de cobre. Ambas são atividades volitivas. Devemos dizer, então, que as atividades volitivas nas regiões metabólicas dos órgãos internos são tão delicadas quanto o trabalho de gravura em cobre. Vocês tentarão em vão esticar com as mãos um pedaço de arame de aço, querendo alongá-lo. Ele não cederá nem um milímetro. Mas o fará de imediato, se o segurarem tranquilamente nas mãos, deixando agir sobre o aço o calor das mãos. Da mesma forma, a volição, através do calor que exerce efeito de transformação e movimentação das substâncias, pode realizar tudo o que é importante para dirigir adequadamente o metabolismo. Para funcionarmos internamente, com saúde, precisamos nos processos hepáticos, assim como nos outros órgãos e processos metabólicos, destas finas forças volitivas relacionadas com os instintos e anseios do sangue.

Todas essas forças precisam de estímulo e cuidados adequados a fim de poderem manter, até na idade avançada, nossa saúde sob o aspecto metabólico, anabólico do organismo. Mas isto não é possível se fornecemos constantemente ao organismo, com os alimentos, produtos químicos ou mesmo tóxicos — mesmo em pequena dosagem —, como é o caso, cada vez mais, na civilização atual. Consideremos o exemplo relativamente inócuo, de

um adoçante artificial. A intensa sensação de doçura desencadeada por tal substância parece anunciar ao fígado que ele pode reabastecer seus depósitos de açúcar. O fígado, com sua ‘fome’, seu apetite oculto, prova o sangue venoso proveniente do intestino. Ocorre, então, uma espécie de decepção para a sensação do órgão; o fígado, com sua volição orgânica já preparada, pisa, por assim dizer, em falso. Se este processo se repete muitas vezes, instala-se uma espécie de resignação, uma espécie de paralisia da atividade volitiva instintiva. A vontade anímica de viver dos órgãos se retira e, até certo ponto, abandona as substâncias, de modo que elas escapam mais facilmente ao conjunto vital. Forma-se a base de graves doenças metabólicas, por exemplo, reumatismo, calculoses etc. Até mesmo uma substância perfeitamente inócua em sentido químico-material pode, no conjunto geral do organismo, exercer efeito nocivo. Algo semelhante acontece com os alimentos de qualidade inferior, como os que atualmente são ingeridos pela maioria das populações ocidentais. Mas, naturalmente, é muito pior ainda o efeito de autênticos tóxicos que causam danos diretos às forças vitais e à atividade celular. Obviamente, sempre devem somar-se múltiplas causas parciais até que se estabeleça uma verdadeira doença, pelas razões citadas.

No metabolismo geral é muito importante que tudo transcorra do modo certo, na medida correta e na quantidade adequada. São maravilhosamente sábias — dizemos geralmente instintivas — as atividades volitivas que ocorrem aí. São grandiosos o trabalho e a organização interna. Vocês viram que se faz necessário grande atenção e amor para, por exemplo, assar um bolo de tal modo que ele contenha a quantidade certa de açúcar. Assim, também, o organismo, principalmente o fígado, sempre presta atenção, verificando se o sangue tem a doçura adequada. Há os auxiliares: o pâncreas, por um lado, sempre ativo, sempre fornecendo algo ao organismo, para que não haja açúcar demais no sangue; em seguida o rim, que trabalha via suprarenal, fornecendo algo ao sangue a fim de estimular o fígado a ceder do seu açúcar. O organismo pesa assim, sutil e cuidadosamente, prova a doçura do sangue, as quantidades de açúcar que deve fornecer ao sangue. Ai de nós se, nesta atividade volitiva, instala-se cansaço, relaxamento ou falta de interesse. Falamos então em metabolismo preguiçoso dos órgãos internos; a substância fica abandonada, já não é dominada e isto é muito pior do que se ficasse abandonada no intestino grosso. Porque, se o açúcar fica abandonado e o organismo já não pode lidar com

ele corretamente, a pessoa torna-se diabética, incorrendo, como sabem, em grave risco.

Teríamos de examinar agora, de que modo uma pessoa atuava, volitivamente, 20, 30 ou 40 anos atrás, para provocar (agora), na delicada volição inconsciente que prove os órgãos, um tão mau efeito, ao ponto dessa volição ficar cansada, relaxada e já não poder executar corretamente o seu trabalho. Isto pode ter muitas causas, conforme já vimos.

Para finalizar, quero mencionar mais uma. Rudolf Steiner, fundador da antroposofia, que nos ensinou a contemplar desta maneira o ser humano, apontou para o seguinte fato: se as crianças não recebem brinquedos apropriados, se recebem precocemente brinquedos mecanizados ou requintados, por exemplo, uma boneca de rosto muito bem pintado que abre e fecha os olhos e diz “mãe”, elas só aparentemente sentem prazer. Pois, em realidade essa boneca a deixa entediada porque a criança não pode desenvolver sua imaginação com ela. Ficam frustradas as forças volitivas criadoras que a criança tem para empregar nos jogos e brinquedos cheios de sentido e fantasia. Não há ressonância nas forças volitivas que estruturam os órgãos. Uma simples bruxa de pano deixa a criança livre para sempre adicionar alguma coisa a sua boneca, por exemplo, a forma mais exata da boca ou dos membros. Caso contrário, as forças volitivas inconscientes ficam um tanto quanto paralisadas, perdem o interesse, quando o brinquedo produz tédio. Isto acarreta reações desfavoráveis, que preparam as tendências patológicas que descrevemos. Esses efeitos sobrevêm na criança pequena, porque nela as forças da alma ainda lidam, muito mais do

que no adulto, com o organismo em formação, com o qual ainda estão mais unidas. Eis porque todo ato imoral praticado no ambiente que cerca seu corpo, as explosões de ira de um pai colérico, por exemplo, acarretam efeito de choque e agem represando e enfraquecendo a volição vital e estruturadora dos órgãos da criança. Desta maneira uma tendência, herdada do mesmo pai, a uma debilidade relativamente inócua da função biliar, pode ser decisivamente agravada e preparar a formação de cálculos biliares na idade avançada.

Entretanto, este e outros danos, em grande parte, ainda podem ser contrabalançados se a criança, na escola, tiver um professor capaz de apresentar as matérias com interesse artístico e com entusiasmo e amor. Tal professor não se dirige apenas à cabeça e à memória, mas a todo o ser humano em sua índole e volição. Um ensino pelo qual a criança pode se entusiasmar, também, cansa a cabeça, é verdade, mas ao mesmo tempo refresca e impulsiona o restante do organismo, até no plano corpóreo, e previne o ressecamento e a paralisação precoce das forças vitais, combatendo assim muitas pré-disposições às doenças.

Vamos terminar, assim, as considerações de hoje e espero que vocês tenham sentido que o ser humano é um todo e que sua vida orgânica corpórea e fisiológica está ligada ocultamente àquilo que é sua vida anímica consciente. Por isso deveríamos dirigir nossa atenção sobre como nós executamos nosso trabalho e como conduzimos nossa vida anímica. Sempre que executarmos nosso trabalho com cuidado, com interesse, zelo e atenção, isto será bom sob muitos aspectos, inclusive em relação à nossa saúde.