

Sobre o Olfato e Qualidades Morais

Caro grupo, eu gostei muito de ler os pensamentos, a sabedoria e as experiências de todos vocês, mas esse tópico da respiração oral me pede para escrever finalmente. Eu gostaria que este fosse um comentário simples, mas na verdade ele é complexo. Eu vou fazer o meu melhor para ser breve e concisa em respeito ao seu tempo.

Quando Albert Soesman citou Steiner nas indicações de que o nariz seria o órgão moral do futuro, isto despertou minha curiosidade e eu embarquei em um estudo sério de uma década de duração. Aqui estão as partes mais salientes <

O bulbo olfativo age independentemente da nossa aculturação e aprendizagem, com suas próprias raízes antigas, sendo um sistema em si. Toda a informação recebida pelos sentidos vai para o tálamo e de lá é redirecionada para várias regiões do cérebro, exceto as informações que vêm do nariz. Estas vão diretamente para o bulbo olfativo e depois são enviadas através de uma de três vias (yay, outra trimembração!) O bulbo está situado dentro da cavidade sinusal que também é cercada por porções dos lobos frontais (centro de pensamentos de ordem superior), do hipocampo (centro de memória) e da amígdala (a emoção e Centro de Registro de medo).

Os três setores são os seguintes: um desce para o gânglio basal (também conhecido como o complexo reptiliano) e registra urina cheiros primitivos, vômito, os odores vaginais, sangue, fezes, fumaça e da decomposição ou comida estragada e registra Feromônios extremamente sutis como cheiro desprendido pelos corpos, o cheiro de medo e excitação sexual: importante para a sobrevivência animal e reprodução. Em répteis, essa informação é levada para esse trato diretamente através de uma glândula especial o órgão vomeronasal localizado no palato ou céu da boca. Nos mamíferos, esta glândula é menor e localizada na parte de trás do nariz. É bastante ativa no registro de feromônios sutis, enquanto as passagens nasais maiores levam a maioria dos perfumes diretamente para o bulbo olfatório, como a nossa.

Pesquisadores não sabiam que os seres humanos ainda tinham este órgão até recentemente. Isto desencadeou uma onda de pesquisa da indústria de perfume, mas não foi realmente proveitosa para eles. Na verdade, os ocidentais estão perdendo este sentido do olfato rapidamente, como um ótimo artigo relatou na Revista Renewal alguns anos atrás. O treinamento de médicos Oriental ainda ensina o diagnóstico da doença pelo cheiro, mas a maioria das nossas universidades médicas teve que abandonar os cursos, pois poucos estudantes conseguiam discernir os cheiros bem o suficiente. Esta habilidade, no entanto, ainda é bastante forte com as crianças e desaparece gradualmente, por muitas razões: da área ambiental à dieta, a um distanciamento que mantemos do sentido do olfato em geral.

O trato olfativo mediano vai para o sistema límbico e registra os aromas remanescentes de frutas, gambás e até perfume, cheiros e aromas culinários, odores naturais na natureza, e é capaz de captar os feromônios mais fortes. Isso é o que normalmente conhecemos como o nosso sentido do olfato. O terceiro

trato vai diretamente até os lobos frontais e curiosamente não parece registrar aromas. Ele vai para a região que regula empatia e decisões morais, e ressoa com as indicações de Steiner.

Quando inspiramos pelo nariz, o ar viaja de volta para a cavidade nasal acima mencionada. Esta cavidade serve como uma unidade de refrigeração para o pequeno córtex frontal. Um ramo da artéria carótida atravessa esta cavidade no seu caminho do coração para o córtex frontal, levando o sangue fresco e quente para cima. Se esse sangue puder ser refrescado por dois décimos de grau, isto vai permitir que a pessoa trabalhe com a cabeça fria. Caso contrário, a pessoa pode literalmente se tornar temperamental e menos capaz de pensar antes de agir.

Assim nossas crianças respiradoras bucais, muitas vezes lutando com alergias, estão em uma desvantagem cognitiva e acho que muitas delas estão fazendo a melhor coisa que podem, mantendo a respiração, como se estivessem debaixo d'água. Então elas se sentam, respiram fundo e mergulham de volta para continuar trabalhando. Podemos notar algumas delas que parecem estar sorrindo enquanto trabalham, pois o processo de resfriamento da cavidade nasal depende de dois comportamentos: o nariz respirando e o sorriso. Todos precisam do ar fresco vindo do nariz, e respirar pelo nariz é muito importante. Mas também contamos com o fator de resfriamento da veia que traz o sangue de volta do cérebro para o coração, em busca de mais oxigênio.

Quando uma pessoa faz uma careta o sangue cai em linha reta na veia carótida, ignorando a cavidade nasal. (Pessoas com tanta raiva, como lutadores, vão fazer caretas e respirar pela boca para aproveitar a sua raiva.) Se uma pessoa sorri, por outro lado, os músculos faciais direcionam o sangue de volta para a cavidade nasal através de uma rede de veias faciais. O monge vietnamita e candidato ao Prêmio Nobel da Paz, Thich Nhat Khan é conhecido por aconselhar todos a buscar a paz em três etapas: Sorrir, respirar e ir devagar. Não só ele oferece um sábio conselho filosófico, como também está oferecendo sábio conselho neurológico.

Esta via de ar a partir do nariz de volta para a cavidade nasal é a única rota desprotegida para o cérebro. O fato de que ela penetra em uma região tão sensível quanto o cérebro deixa alguns profissionais médicos tanto preocupados quanto animados. Eles estão preocupados porque o ar poluído pode levar contaminantes como chumbo de gasolina, vapores de agrotóxicos pulverizados e mofo preto de papelão para o cérebro, onde podem causar sérios danos neurológicos. A região em torno do bulbo olfativo é o primeiro lugar onde a placa de Alzheimer se acumula e inclui a área onde a Doença de Parkinson se desenvolve. Como esses processos patológicos sobrecarregam o bulbo olfativo, uma perda do olfato é muitas vezes o seu primeiro sintoma. No passado, pesquisadores da área médica tentaram enviar medicamentos para estas regiões do cérebro através da corrente sanguínea, mas a medicação era retida pela barreira sangue-cérebro que impede que blocos de substâncias estranhas cheguem ao cérebro. Os pesquisadores estão agora desenvolvendo inalantes químicos que possam ser utilizados através do nariz para tratar diretamente condições como estas.

Enquanto as propriedades da cavidade nasal têm atraído muitos neurocientistas para o estudo do sistema olfativo, outra descoberta intrigante criou ainda mais excitação. As

células do cérebro podem reparar-se, em certa medida, mas é raro conseguir substituir completamente grandes áreas do cérebro, conexões e tudo mais. Este processo, chamado neurogênese, só ocorre em duas regiões do cérebro: o hipocampo (o principal centro de memória) e o sistema olfativo. Descobertas recentes mostram que

cerca de 10 por cento das células do hipocampo são substituídas regularmente, em circunstâncias adequadas. No entanto, 100 por cento do sistema olfativo se renova pela criação de células de reposição idênticas a cada seis meses. Os pesquisadores ainda não entendem por que isso ocorre, mas sabem que, se este processo é bloqueado, o bulbo olfativo vai murchar drasticamente. Esta capacidade de reconstruir levou a pesquisa promissora com ratos usando as bainhas celulares que revestem as vias olfativas para envolver medulas espinhais lesadas. Os primeiros resultados indicam que as células são capazes de corrigir os ferimentos e restaurar capacidade de andar dos ratos, trazendo esperança de que a criação de uma forma de curar lesões na medula espinhal em humanos pode algum dia ser desenvolvida.

Enquanto há 20 anos atrás nada mostrava que haveria futuro na pesquisa olfativa, hoje ela se tornou uma mina de ouro neurológica. Eu adoro quando uma das indicações de Steiner dirige minhas pesquisas neurológicas. Em geral aparecem essas descobertas ricas e surpreendentes e esta não foi exceção.

Calorosamente,

Dee Coulter (não sou uma profissional de Extra Lesson, mas eu já dei algumas aulas no Sunbridge College, em vossos Cursos de Formação, fazendo a relação de seu trabalho maravilhoso com as bases neurológicas)