



# Daojia 道家

Revista Eletrônica de Taoismo e Cultura Chinesa Ano VI nº 17

6º  
ano

Palavras Cruzadas Taoistas -  
Respostas

Deuses da Diáspora Chinesa  
- MAZU -

Medicina Chinesa com ervas  
brasileiras

Dica de Erva Brasileira na  
Fitoterapia - Carqueja

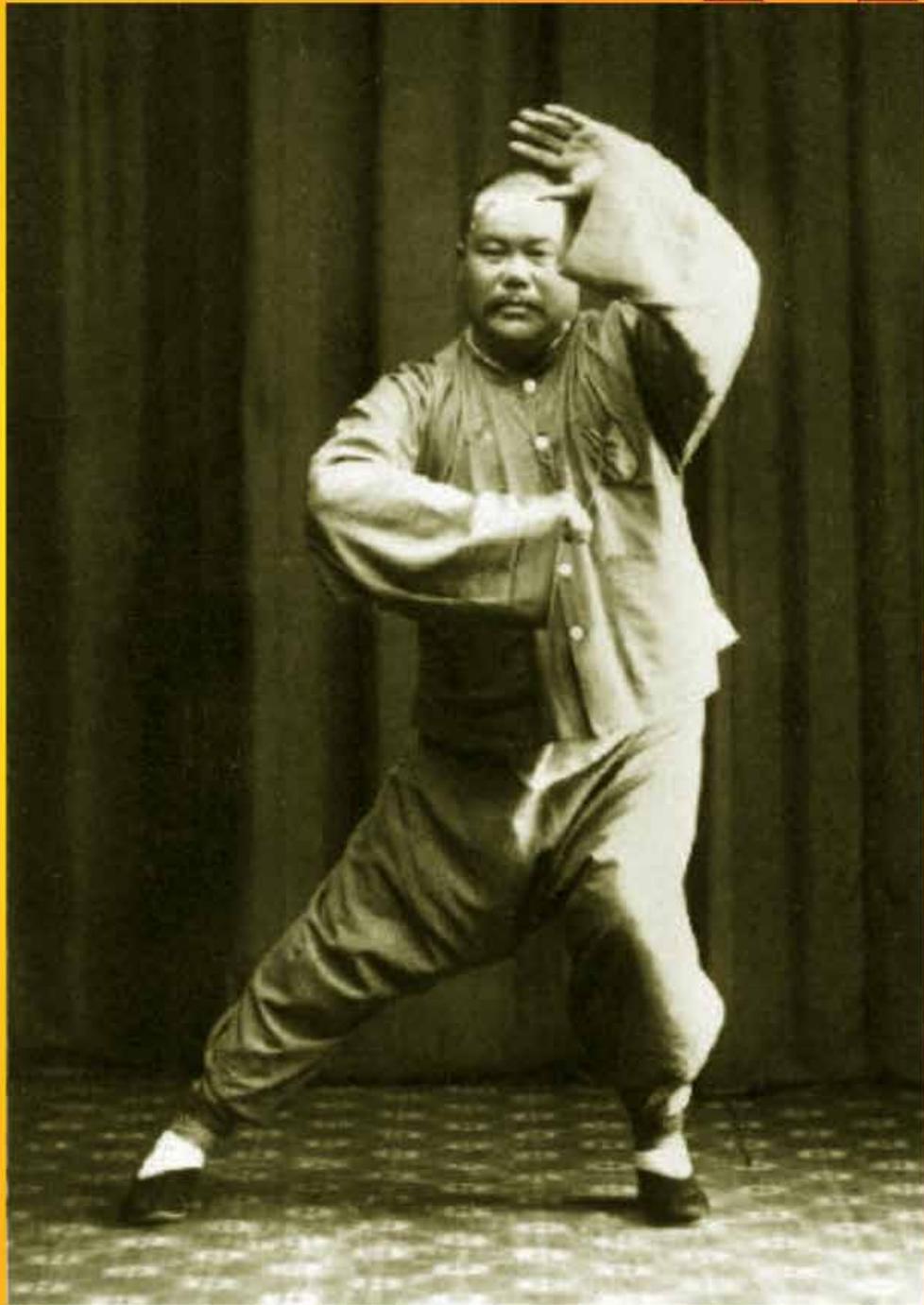
O Cultivo do Supremo Vazio  
em Laozi

A Filosofia Clássica Chinesa e  
a Crença no Sobrenatural

Quangang, China: língua,  
música, geografia, religião e  
influência da diáspora

Qigong Baduanjin: Sétima  
Sequência

Os Manuscritos de  
**MAWANGDUI**

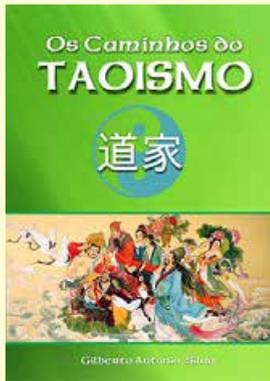


## Yang Chengfu

### A Difusão do Taijiquan

# A SABEDORIA DO TAOISMO EM SUAS MÃOS

CONHEÇA ALGUNS LIVROS PUBLICADOS PELO PROF. GILBERTO ANTÔNIO SILVA



329 páginas

## Os Caminhos do Taoismo

Uma obra fundamental para se compreender o Taoismo de modo completo. O mais abrangente panorama da cultura taoista publicado no Brasil.

Conheça a história, conceitos principais, Mestres do Tao, livros importantes, técnicas taoistas como Medicina Chinesa e Feng Shui, o lado religioso, o taoismo popular e muito mais.

SUCESSO ABSOLUTO  
MAIS DE 86.000  
DOWNLOADS  
EFETUADOS!

Compre já sua edição impressa:

<https://amzn.to/2T32fF1>

*"... desejo a todos que leiam esse livro maravilhoso e importante, "Os Caminhos do Taoismo". Isso é muito importante. Até agora eu vi muitos livros, mas esse livro realmente é muito bom, dá para ajudar muito as pessoas a terem o conhecimento para introdução ao Tao. Eu recomendo, é muito bom".*

Mestre Liu Chih Ming

(entrevista - Daojia#4)



268 páginas

## I Ching - Manual do Usuário

O I Ching, O Livro das Mutações da velha China, é uma das obras mais antigas da Humanidade, com 3.000 anos. Esta obra visa a transmitir desde os conceitos mais fundamentais do I Ching até dicas de utilização para estudantes experientes. Todas as pessoas terão muito o que aprender deste livro, do básico ao avançado. Por ser um "Manual do Usuário", esta obra não traz o texto do I Ching, propriamente dito, mas um conjunto de ferramentas para utilizá-lo com mais eficiência, desvendando pequenos e obscuros segredos.

Compre já: <https://amzn.to/3fJuDG1>



88 páginas

## Reflexões Taoistas

Reflexões Taoistas trata do olhar taoista sobre a vida cotidiana, explicando conceitos dessa milenar filosofia ao mesmo tempo em que se aplicam esses conhecimentos ao mundo ao nosso redor. Uma obra simples e desapegada que exemplifica a aplicação da filosofia taoista em nosso dia a dia e ilustra vários de seus fundamentos.

Compre já: <https://clubedeautores.com.br/livro/reflexoes-taoistas>

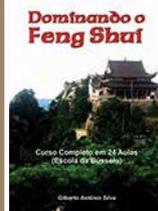


95 páginas

## China e sua Identidade

Este livro em formato de bolso traz um ensaio conciso e objetivo sobre a formação e desenvolvimento da identidade nacional chinesa desde seus primórdios e os obstáculos que enfrentou no século XX. Conheça o processo de formação da China como nação e quando seus habitantes passaram a se denominar "chineses". A unificação do império, a expansão pela Ásia, a Rota da Seda, os contatos com o Ocidente, as tentativas de colonização por parte dos europeus, a queda do Império e o advento da República, a guerra civil e a consolidação do Comunismo, a tragédia da Revolução Cultural, a China atual.

Compre já: <https://amzn.to/35THmS7>



292 páginas

## Dominando o Feng Shui

Como aprender o Feng Shui Tradicional Chinês em casa, de modo fácil e agradável. Diferente de outras obras, Dominando o Feng Shui é um curso completo em 24 aulas demonstradas de modo prático e em linguagem simples, recheado de exemplos e fartamente ilustrado com desenhos, plantas e esquemas. Toda a técnica é transmitida de modo gradual segundo um esquema didático planejado e capacita o leitor a dominar esta técnica e a aplicar imediatamente tudo o que aprendeu. O curso abrange toda a parte histórica e filosófica, os fundamentos, duas escolas tradicionais ("8 Residências" e "Escola da Forma"), técnicas avançadas e técnicas complementares

Compre já: <https://amzn.to/2T200SF>



176 páginas

## Guia de Autodefesa para Mulheres

Um livro simples e objetivo, que possibilita às mulheres de qualquer idade uma autodefesa eficiente. Diferente de outros métodos, aqui proporcionamos conhecimentos de autocontrole emocional, estratégia, postura, legislação, psicologia do agressor, armas, situações de risco, níveis de aplicação, onde buscar auxílio em caso de violência e várias técnicas marciais simples e eficientes, fáceis de serem treinadas em casa e empregadas em momentos de perigo.

Feito com o apoio da Delegacia da Mulher, é o único que conta com conteúdo aprovado por essa instituição.

Compre já: <https://amzn.to/3cGum4Z>



141 páginas

## Segredos da Comunicação Profissional

Depois de trabalhar em várias grandes clínicas de terapias holísticas e Medicina Chinesa em S. Paulo e presenciar muitos barbarismos, o autor se propôs a escrever um livro para ajudar os profissionais a se comunicar melhor. Comunicação é um processo. Este livro vai lhe mostrar como isto funciona e suas várias etapas, de modo simples e direto. Esta é a obra certa para alavancar seu negócio. Conheça a comunicação interna, externa, propaganda, comunicação digital na internet, vídeos e audiovisual, o que fazer, dicas e exemplos práticos. No campo profissional e empresarial, comunicar-se de forma correta equivale simplesmente a sobreviver - sem comunicação adequada a empresa não funciona.

Compre já: <https://amzn.to/2WWS31Y>

### LANÇAMENTO!

Agora os livros do Prof. Gilberto estão disponíveis em **formato digital!**

- ✓ Menor valor
- ✓ Sem correios
- ✓ Recebimento imediato por email

Visite nossa loja: <http://taoismo.org/index.php/ebooks/>

### LOJA DE EBOOKS



## Procurando Tesouros



Entramos com tudo no Ano do Boi de Metal, um ano de muito trabalho e persistência. Continuamos expandindo nossos colaboradores e tentando ampliar cada vez mais o leque de assuntos referentes ao Taoísmo e à cultura chinesa que abordamos em nossa revista. É uma caça a tesouros espirituais e históricos sem tamanho.

Queremos dar as boas vindas a Quince Pan, estudioso de Cingapura, que nos traz mais algumas importantes informações sobre as práticas religiosas tradicionais chinesas, seus povos e culturas. Além de pesquisador na área de herança cultural tradicional, ele é fotógrafo documental e cineasta, o que nos garante belas imagens para que possamos entrar em um mundo que poucos brasileiros conhecem.

Alguns leitores podem se perguntar por que temos vários colaboradores em Cingapura. Ocorre que, com a subida ao poder dos comunistas em 1949, muitas tradições e praticantes foram perseguidos e acabaram por se exilar fora da China. Isso aconteceu com vários campos do conhecimento, como religião, filosofia e artes marciais. Essa diáspora cultural, que se iniciou gradualmente com a queda do Império em 1911, fez com que muitos conhecimentos ancestrais fossem preservados em colônias e comunidades fora da China continental, como no Sudeste Asiático, Austrália, Taiwan e Estados Unidos. Esse conhecimento antigo é muito bem preservado nas localidades denominadas genericamente de "Chinatowns" em países estrangeiros, e buscamos esses contatos para trazer material mais antigo e tradicional para nossos leitores. Cingapura, uma antiga colônia marítima chinesa com cultura milenar, é um foco desse conhecimento antigo na Ásia.

Também buscamos outros contatos. Mestre Deng Ming-Dao, conhecido autor de livros sobre sabedoria taoista, mostrou interesse em participar de Daojia. Estamos acertando os detalhes para que ele possa compartilhar com os brasileiros um pouco de seu conhecimento, já que seus livros ainda permanecem inéditos em português.

Existem Mestres que estão acima da passagem do tempo e cujo cabedal de conhecimento parece inesgotável. Um desses Mestres é Yang Chengfu, nosso personagem da capa nesta edição. Apesar do muito que já se falou nele, a importância de seu trabalho na divulgação do Taijiquan é insuperável. Conheça mais sobre sua vida e a importância de seu enorme esforço na transmissão desta arte marcial tão importante em nossos dias.

Aproveitem nosso artigo especial sobre os manuscritos de Mawangdui, que mudou muito do que se pensava sobre a China antiga, os trabalhos de Chiu Yi Chih, Victor Yue e Ermani Franklin, sempre trazendo temas interessantes. E, claro, o artigo sobre ervas brasileiras na Medicina Chinesa com José Carlos Sencini, cortesia de nossa publicação-parceira, a Revista Brasileira de Medicina Chinesa.

Leia e compartilhem nossa publicação, enviando seu comentário ou sugestão para o email [revista@taoismo.org](mailto:revista@taoismo.org). Queremos sua opinião.

*Gilberto Antonio Silva*

Editor

### Sumário

- 08** Yang Cheng Fu e a difusão do Taijiquan
- 13** Palavras Cruzadas Taoistas - Respostas
- 14** Deuses da Diáspora Chinesa - MAZU -
- 18** Medicina Chinesa com ervas brasileiras
- 20** Dica de Erva Brasileira na Fitoterapia - Carqueja
- 22** Os Manuscritos de Mawangdui
- 28** O Cultivo do Supremo Vazio em Laozi
- 32** A Filosofia Clássica Chinesa e a Crença no Sobrenatural
- 36** Quangang, China: língua, música, geografia, religião e influência da diáspora
- 44** Qigong Baduanjin: Sétima Sequência



**Você em Daojia**

Mande sua opinião, críticas, ideias e sugestões sem esquecer de mencionar seu nome completo e cidade/estado. Participe e deixe-nos saber sua opinião! Envie para revista@taoismo.org

**No Facebook**

Visite nossa comunidade taoista e deixe seu like:  
**Amigos do Tao**  
<https://www.facebook.com/amigosdotao/>



# Daojia 道家

Nossa revista já tem endereço fixo na internet. Você pode baixar gratuitamente **TODAS** as nossas edições ou visualizá-las online.



**NOVO SITE OFICIAL** <http://revista.taoismo.org>



## Observação sobre nomenclatura

Existe um problema que devemos enfrentar ao se estudar a cultura da China. Trata-se da maneira como se escrevem as palavras chinesas nos idiomas ocidentais.

Em chinês, as idéias são expressas através de sinais gráficos denominados "ideogramas". É praticamente impossível traduzir um ideograma por uma única palavra em idioma ocidental, qualquer que seja ele. Existe sempre uma idéia complexa por trás de cada desenho, que requer várias linhas de explicações. Para facilitar as interações entre as diversas culturas orientais e ocidentais criou-se a transliteração fonética, conhecida popularmente como "romanização".

Nesse sistema anota-se em alfabeto ocidental o SOM dos ideogramas, sua pronúncia, de modo que possamos articular as "idéias" e poder conversar e escrever nomes e endereços sem precisarmos recorrer aos ideogramas.

Entretanto, existe uma série de sistemas de transliteração diferentes. Os principais, que estamos acostumados a ver em obras sobre cultura chinesa, são o Wade-Giles e o Pinyin. O primeiro foi muito utilizado em livros especialmente vindos da língua inglesa. O segundo foi desenvolvido pelo governo chinês na década de 1950 e hoje é a transliteração oficial.

Veja a diferença abaixo:

Wade-Giles	Pinyin
Peking	Beijing
Tai Chi Chuan	Taijiquan
Chi	Qi
Lao-Tzu	Laozi
Chi Kung	Qigong
Tao Te Ching	Daodejing
Chuang-Tzu	Zhuangzi
Tao	Dao
I Ching	Yi Jing

Embora a maioria dos trabalhos ocidentais sobre cultura chinesa se baseiem na língua inglesa e muitos ainda utilizem o sistema Wade-Giles, optamos por colocar as expressões chinesas no sistema Pinyin, que afinal de contas é o oficial e cresce em utilização todos os dias. Assim, os termos chineses estarão sempre grafados em Pinyin, excetuando aqueles muito familiares aos brasileiros como Tao, I Ching, Tao Te Ching, Tai Chi Chuan, e alguns outros. Esta "licença poética" é utilizada mesmo em obras chinesas modernas.

## Daojia nº 17 Jan/Fev/Mar 2021

**Editor Responsável:**

Gilberto Antônio Silva (Mtb 37814)

**Conselho Editorial:**

Mestre Liu Chih Ming  
Dr. Reginaldo Carvalho Silva Filho  
Mestre Gutemberg Livramento (*in memoriam*)  
Mestre Miguel Martin (Espanha)  
Victor Yue (Cingapura)

Contato: revista@taoismo.org

A revista eletrônica **Daojia** é uma publicação independente e sem fins lucrativos produzida por estudiosos e praticantes da antiga filosofia do Taoísmo chinês. Não possuímos nenhuma espécie de vínculo oficial ou filiação a nenhum grupo ou organização filosófica, religiosa, política ou de outro tipo. Nosso único desejo é a difusão do conhecimento taoista para maior benefício dos brasileiros. Todo material postado aqui tem como objetivos o estudo, reflexão, análise e debate, acadêmico ou cultural, estando portanto amparado pela lei 9610/98.

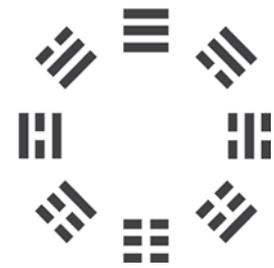
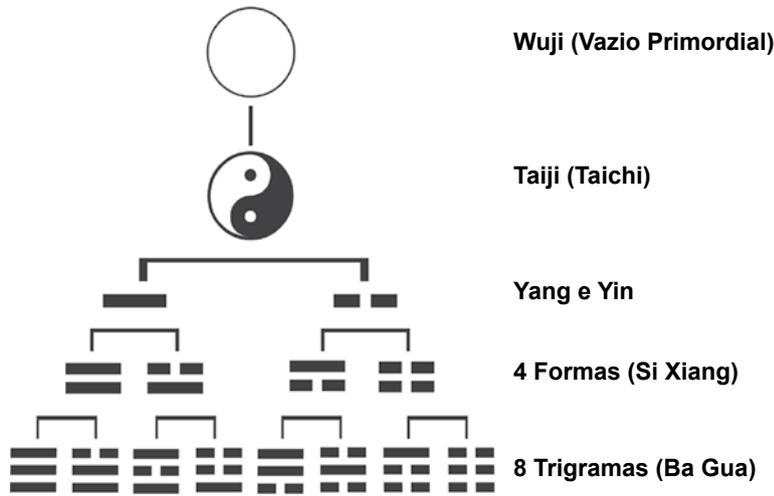
Matérias assinadas são de total responsabilidade de seus autores e a eles pertencem todos os direitos autorais. Todo conteúdo sem assinatura é produzido pelo Prof. Gilberto Antônio Silva. Nos esforçamos para que todas as fotos e ilustrações utilizadas possuam autores identificados. Se algum material seu apareceu em nossa publicação de forma indevida, entre em contato.

Aceitamos anúncios pagos para custeio das despesas com a publicação. Entre em contato para saber de valores e condições.

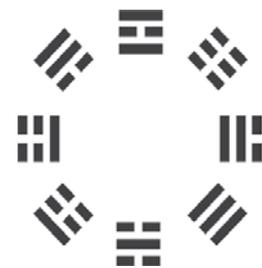
# Fundamentos

Não se perca em nossos artigos! Consulte aqui os fundamentos básicos da filosofia taoista.

## Formação fundamental



Ba Gua do Céu Anterior (Xian Tian Ba Gua)



Ba Gua do Céu Posterior (Hou Tian Ba Gua)

## Trigramas do I Ching (Yi Jing)

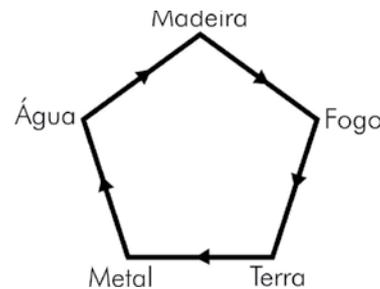


## Cinco Movimentos (Wu Xing)

### CICLO DE CRIAÇÃO ou GERAÇÃO (Sheng)

Quando um movimento gera o outro. Os movimentos são interdependentes e se sucedem mutuamente o tempo todo, cada um dando condições dos demais existirem.

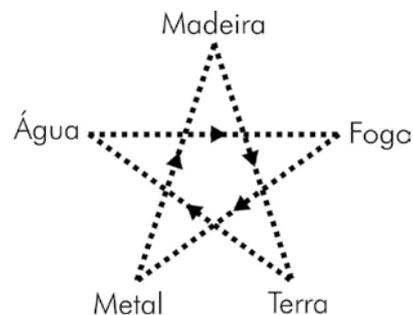
- Madeira gera Fogo
- Fogo gera Terra
- Terra gera Metal
- Metal gera Água
- Água gera Madeira



### CICLO DE DOMÍNIO ou CONTROLE (Ke)

Quando um elemento exerce controle sobre outro. Note que muitas vezes se fala em "Ciclo de Destruição", o que não é correto. Energia não pode ser destruída, apenas transformada. O Ciclo de Controle apenas exerce uma moderação sobre o movimento que domina.

- Madeira domina Terra
- Terra domina Água
- Água domina Fogo
- Fogo domina Metal
- Metal domina Madeira



## Máscara de ouro de 3 mil anos é encontrada em sítio arqueológico na China

Oscar Holland, com colaboração de Serenitie Wang, CNN

Os restos de uma máscara de ouro estão entre os artefatos de 3 mil anos encontrados em um sítio arqueológico na província de Sichuan, na China. As descobertas foram feitas no sítio Sanxingdui, uma área de 7,4 quilômetros quadrados fora da capital provincial de Chengdu.

Com 84% de ouro em sua composição e pesando cerca de 280 gramas, a máscara cerimonial é um dos mais de 500 itens desenterrados de seis poços de sacrifício recém-descobertos. Alguns especialistas dizem que os itens podem revelar mais sobre a antiga civilização Shu, que governou a bacia de Sichuan ocidental até ser conquistada, em 316 antes de Cristo.

Além da máscara, os arqueólogos descobriram peças de bronze, folhas de ouro e artefatos feitos de marfim, jade e osso.

Mais de 50 mil artefatos antigos foram encontrados em Sanxingdui desde a década de 1920, quando um fazendeiro local acidentalmente encontrou uma série de relíquias. Um grande avanço ocorreu em 1986, com a descoberta de dois fossos cerimoniais contendo mais de mil itens, incluindo máscaras de bronze sofisticadas e bem preservadas.

Acredita-se que o sítio Sanxingdui esteja no centro geográfico do que foi o estado de Shu. Os historiadores sabem relativamente pouco sobre o reino devido aos poucos registros escritos.



Foto: Shen Bohan/Xinhua/Sipa USA

As descobertas feitas no local datam dos séculos 12 e 11 antes de Cristo, e muitos dos itens estão agora em exibição em um museu no local.

A descoberta de fibras de seda e restos de tecidos também pode expandir o que se sabe sobre Shu. O chefe da equipe de escavação e do Instituto Provincial de Pesquisas Arqueológicas e Relíquias Culturais de Sichuan, Tang Fei, disse, em uma coletiva de imprensa, que a descoberta indica que o reino "foi uma das origens importantes da seda na China antiga", segundo a Xinhua.

Mais informações na fonte original:  
<https://www.cnnbrasil.com.br/internacional/2021/03/22/mascara-de-ouro-de-3-mil-anos-e-encontrada-em-sitio-arqueologico-na-china>

## Anuncie na primeira revista do Brasil sobre Taoísmo e suas técnicas

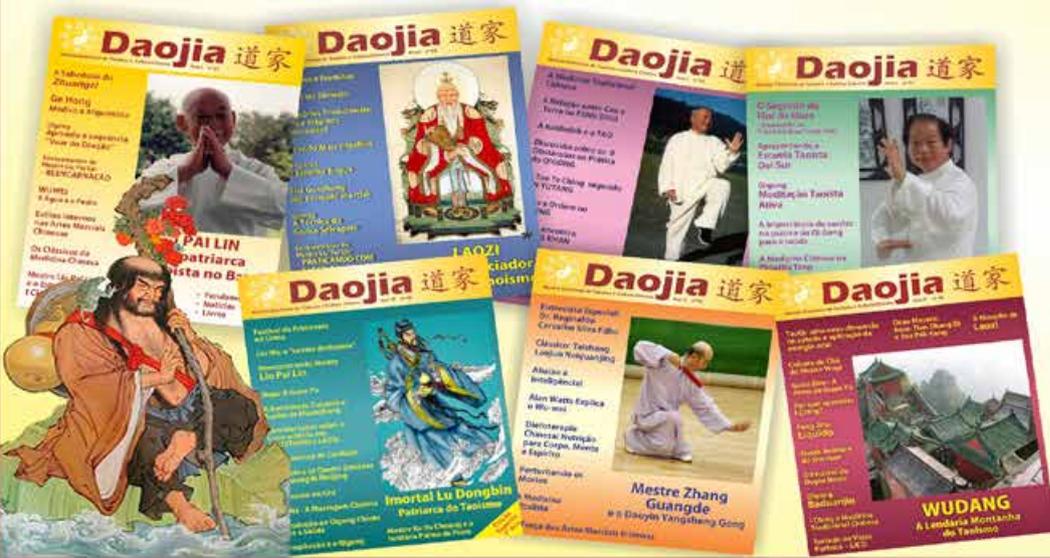
# Daojia 道家

Divulgue seu produto, serviço ou espaço em uma revista de alta qualidade e para um público seleta e de alto nível.

- \* Valores muito acessíveis
- \* Assessoria na diagramação
- \* Perenidade - seu anúncio vai circular para sempre na internet
- \* Você estará entre a elite da cultura chinesa presente nas páginas de Daojia

Peça mais informações hoje, sem compromisso: [revista@taoismo.org](mailto:revista@taoismo.org)

Teremos prazer em lhe atender



## Livros



Compre agora:

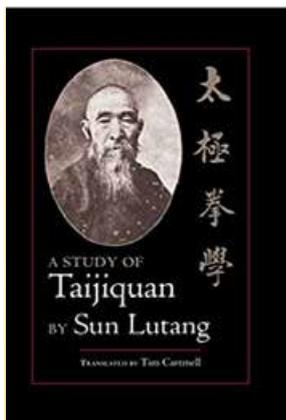
<https://amzn.to/31VYs0z>

### **Breve introdução à história da China: Da formação da civilização chinesa ao século 21**

- Carlos Pinent

Um país distante aos olhos do Ocidente já não é tão mais longe do que imaginamos atualmente. É certamente um país que até hoje traz algo além de uma simples curiosidade: uma imensa vontade de compreensão. O olhar do viajante brasileiro Carlos Pinent e sua esposa em suas duas viagens ao continente chinês é este presente aos leitores, que na certa desejam conhecer um pouco mais desse gigante asiático. A escrita de Pinent é um convite ao leitor a querer saber mais sobre o país que outrora era apenas um desconhecido lugar com uma superpopulação, mas que agora é também uma superpotência mundial. Um país que divide os interesses do capital ocidental e de sua cultura e que nos faz pensar e experimentá-lo com mais frequência. Enfim, a China é um lugar não ocidentalizado por completo que ainda permanece para o viajante ver e escrever.

Páginas: 301 | ISBN: 978-8520507315 | Editora: Sulina



Compre agora:

<https://amzn.to/31YFUN6>

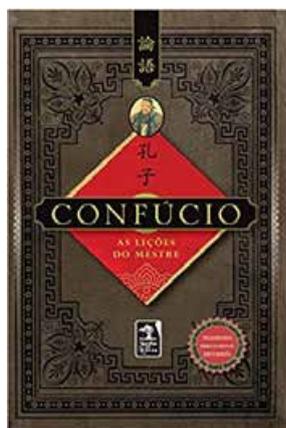
### **A Study of Taijiquan**

- Sun Lutang (Autor), Tim Cartmell (Tradutor)

Este livro amplamente ilustrado é a primeira edição inglesa do livro clássico de 1919 de Sun Lutang que explora tanto a teoria quanto a prática do estilo, com ênfase em movimentos e posturas. A tradução de Tim Cartmell fornece tanto um padrão pelo qual os praticantes podem julgar a si mesmos quanto informações valiosas relevantes para todas as versões do taijiquan. Tim Cartmell prestou à comunidade americana de Taijiquan um grande serviço traduzindo os livros de Sun Lutang para o inglês.

\*\*\* Obra em Inglês \*\*\*

Páginas: 232 | ISBN: 978-1556434624 | Editora: Blue Snake Books



Compre agora:

<https://amzn.to/3t2nUgt>

### **Confúcio - As lições do mestre**

- André da Silva Bueno

Esta é uma seleção de ensinamentos de Confúcio (551-479 a.C.), um dos maiores vultos da filosofia e da religião. Confúcio ensinava que a sobrevivência da civilização depende do exercício correto de uma cultura racional, da prática de uma moral eficaz em inibir o mal e ensinar o altruísmo e a bondade. Os preceitos confucionistas defendem uma base humanística na educação, cujo cerne é o aspecto humano e moral. Para o Mestre, o tipo ideal de indivíduo é o Junzi, o “educado”, uma pessoa de bons modos, instrução e qualidades morais elevadas. Traduzidos direto do chinês, estes pensamentos compõem um guia indispensável para nos aconselhar em tempos confusos e de relativismo moral como os de hoje.

Páginas: 96 | ISBN: 978-8563420336 | Editora: Jardim dos Livros

# YANG CHENG FU e a difusão do Taijiquan

O Taijiquan, ou Tai Chi Chuan, como é mais conhecido, é uma arte marcial chinesa muito difundida no Ocidente como prática extremamente benéfica para a saúde. Mas nem sempre foi assim. O Taijiquan surgiu entre os séculos XVII e XVIII como uma arte marcial extremamente eficiente em combate, cujos conhecimentos eram mantidos fechados dentro de um mesmo clã. Apenas pessoas da família podiam aprender essa técnica mortal. Mas o século XX assistiu à abertura de seu ensino e à transformação dessa arte marcial em um método de saúde, levando milhões de pessoas em todo o mundo a adotarem sua prática e a surgirem centenas de estudos científicos atestando seus benefícios. E tudo isso começou com uma pessoa: Yang Chengfu.

## O Taijiquan

O que se sabe realmente é que o primeiro a ensinar essa arte de maneira documentada foi Chen Wangting 陈王庭 (1580-1680), criador do Estilo Chen (陳氏). Praticamente todos os demais estilos atuais derivam em maior ou menor grau desse original. Ele é extremamente marcial e foi utilizado contra várias rebeliões armadas na China, tendo sido ensinada apenas para membros da família Chen até o século XX. A Escola Yang (楊氏) foi desenvolvida por Yang Luchan 楊露禪 (1789-1872), aluno de Chen Changxing 陳長興, a partir da Escola Chen. Grande guerreiro, Yang Luchan foi o primeiro a ensinar o Taijiquan de maneira aberta, a partir das famílias aristocratas de Beijing.

Yang Luchan transmitiu sua arte a muitos praticantes, em especial a seus filhos. Seu primeiro filho, Yang Qi (楊琦), não se interessou pelas artes marciais e tornou-se fazendeiro, vindo a morrer ainda jovem.

Seu segundo filho, Yang Ban-hou 楊班侯 (1837-1890), também foi instrutor de artes marciais da família imperial chinesa e tornou-se o professor formal de Wu Quanyou (1834–1902), um oficial de cavalaria Manchu da Bandeira<sup>1</sup> do Batalhão do Palácio (a guarda que respondia pela segurança na Cidade Proibida). O filho de Wu

<sup>1</sup> As tropas de elite manchus carregavam um estandarte com sua denominação, sendo chamados pelos ocidentais de “bandeiristas”. Eram temidos por sua ferocidade em combate e excelência no uso das artes marciais e de armas diversas.



Quanyou, Wu Jianquan (1870–1942), também oficial bandeirista, ficou conhecido como o co-fundador (junto com seu pai) do estilo Wu de Taijiquan.

Seu terceiro filho, Yang Jianhou 楊健侯 (1839-1917), dominou o estilo e o passou a seus próprios filhos, Yang Shao-hou 楊少侯 (1862-1930) e Yang Chengfu 楊澄甫 (1883-1936), além de Niu Chunming (1881-1961). Yang Jianhou passou a forma do encadeamento médio, às vezes chamada forma Yang de Segunda Geração ou forma Yang Jian Hou, para seus discípulos que ainda transmitem esta forma mais marcial, que é vista como mais próxima do estilo

Chen, no tempo e na forma, do que a forma de Yang Chengfu ou estilos de terceira geração. Também foi professor de Wu Yuxiang 武禹襄, (1813-1880), que desenvolveu seu próprio estilo Wu (chamado de Hao), o que eventualmente, após três gerações, levou ao desenvolvimento do estilo Sun pelo célebre lutador Sun Lutang 孫祿堂. Já Yang Chengfu 楊澄甫 simplificou a forma inicial de seu pai e priorizou os benefícios para a saúde, difundindo sua prática por toda a China. Hoje a Escola Yang é a mais praticada no mundo.

## Yang Chengfu

Yang Cheng Fu nasceu em 7 de julho de 1883 e faleceu em 3 de março de 1936. Ele estudou a arte continuamente em Beijing sob as instruções de seu pai. Este lhe ensinou algumas das noções básicas do treinamento de combate Yang, mas quando jovem ele se preocupava mais com a bebida e companhias femininas. Após a morte de seu pai em 1917, ele se interessou mais pelas artes marciais e iniciou estudos sérios com seu irmão mais velho Shao Hou e outros membros da família. Mestre Yang Chengfu mostrou grande talento e progrediu rapidamente, especialmente no "encadeamento médio" do estilo Yang passado por seu avô a seu pai e ao tio, Yang Ban-Hou.

Ele era descrito como sendo de coração aberto, amigável e modesto. Muito popular como professor, era extremamente gentil e evitava ferir seus alunos e desafiantes. Era um homem grande - pesando mais de 100 Kg. Uma história conta que, durante sua estadia em Wuhan, ele aceitou com relutância um desafio de

um beligerante mestre local de Kung Fu versado no manejo da espada. Empunhando uma mera espada improvisada de bambu, Yang Chengfu derrotou facilmente seu oponente bem armado e depois se desculpou profusamente por ter ferido involuntariamente o pulso do oponente durante a luta.

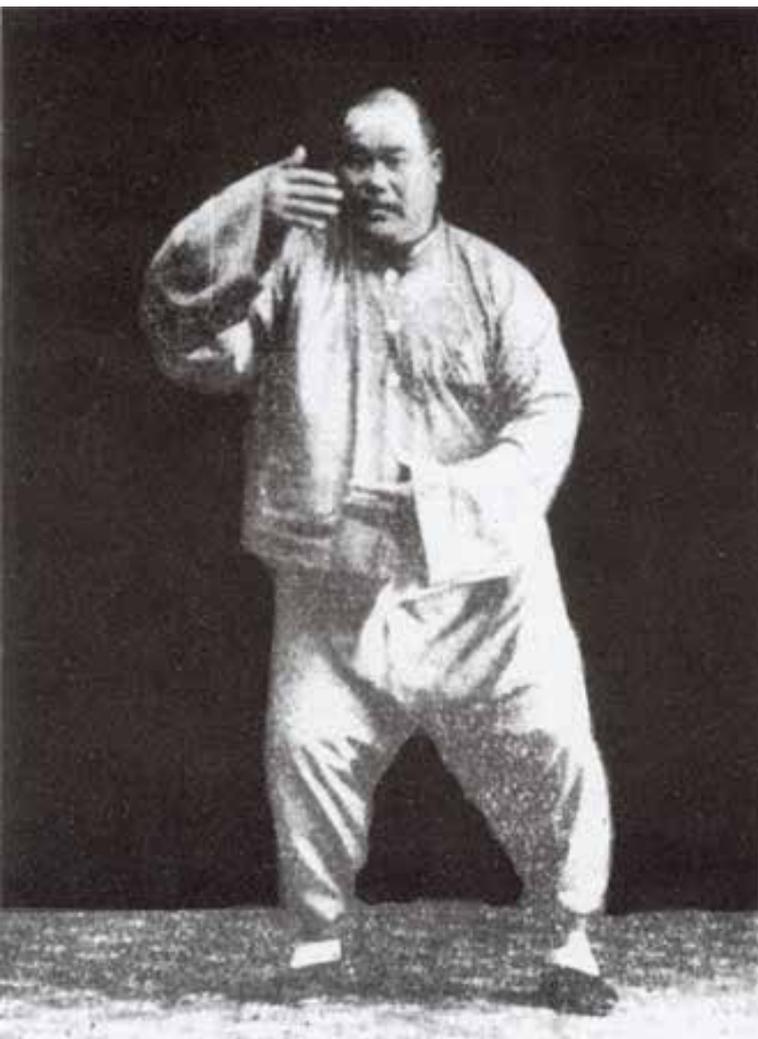
Apesar de sua figura grande, sua técnica e habilidade de empurrar as mãos (Tui Shou) era excelente, muito bom em ataques neutralizadores e tinha grande eficiência na liberação de Fajing. Seu Taijiquan parecia gentil e suave por fora, mas era tão duro quanto o aço por dentro. Ele podia, sem qualquer movimento visível, jogar as pessoas para longe. Sua sensibilidade era muito aguçada e ágil. Quando ele emitia sua força, visava precisamente o alvo; sua velocidade era rápida como um raio e sua distância de ataque era curta para que ele pudesse lançar uma pessoa a vários metros pelo ar sem prejudicar seu oponente. De fato, segundo alguns de seus alunos, a sensação de ser empurrado por ele era realmente confortável e revigorante.

Ele tinha uma reputação muito alta em Wushu e por isso muitos praticantes de Taijiquan adoravam sua habilidade e queriam aprender com ele. Em 1918 Yang Chengfu foi convidado pelo Instituto de Pesquisa e Cultura Física de Beijing para ensinar artes marciais na cidade, o que fez até 1928. Nesse ano aceitou um convite para ensinar no sul e viajou para Wuhan, Nanjing, Guangzhou, Xangai e Hangzhou levando o Taijiquan Yang para toda a China. Por causa de sua modéstia, gentileza e anseio pela perfeição - que ele parecia ter herdado de seu avô - Yang Chengfu foi amado por todos os seus discípulos, que estavam espalhados por todo o país. Yang Chengfu se tornou a figura mais influente do estilo Yang.

Yang Chengfu desenvolveu um sistema de Taijiquan diferente do de seu pai, tios e avô. Ele reduziu ou eliminou muitos dos difíceis pontapés altos, saltos e pisadas, substituindo-os por posturas mais amplas e confortáveis com movimentos mais suaves, leves, ágeis e enraizados; tornando assim o taijiquan mais acessível ao público em geral.

Para ensinar aos alunos leigos de Beijing, Yang Luchan começou a retirar progressivamente componentes mais marciais e complicados como técnicas de Fajin, chutes altos, saltos e golpes com velocidades elevadas. O tempo que era dispendido nessas técnicas não seria aceito de bom grado por alunos que não quisessem lutar por suas vidas. No entanto a essência do estilo permanecia inalterada.

Yang Chengfu prosseguiu nesse trabalho de simplificação do estilo começado por seu pai, alterando também a cadência de movimentos. Elegeu a forma longa (Da Jia 大架) como sua preferida e fez algumas modificações, tornando sua forma de 108 movimentos praticamente um sinônimo de Taijiquan em todo o mundo. Golpes mais marciais foram retirados e a movimentação se tornou suave e contínua, sem variação de velocidades. Quem, hoje em dia, pensar em Taijiquan, estará pensando na arte de Yang Chengfu: movimentos lentos, controlados, harmônicos, desenvolvidos em sucessão contínua e suave do começo ao fim em uma mesma velocidade.





Como ele permitia que todos aprendessem sua técnica, o rol de alunos era muito variado. Com o passar do tempo ele começou a notar que todos os alunos melhoravam a saúde pela prática da arte, como ele mesmo afirma no prefácio de sua obra *Taijiquan tiyong quanshu*. A partir dessa observação, passou a enfatizar os benefícios para a saúde obtidos pela prática do Taijiquan.

Não há nenhuma forma padronizada no estilo de Yang Chengfu. Ele mesmo, ao longo do tempo, fez mudanças e ajustes no que praticou e ensinou. Por exemplo, à medida em que ele foi ficando mais velho, ele tornou as formas mais fáceis de praticar e enfatizou mais seus benefícios à saúde. Hoje pode parecer que existem quase tantas versões do Estilo Yang de Taijiquan quanto instrutores. Entretanto, embora as muitas versões sejam diferentes quanto à execução exata dos movimentos, o que resta é que os próprios movimentos são geralmente reconhecidos como parte do Taijiquan Estilo Yang.

Não há nenhum filme existente de Yang Chengfu fazendo suas formas. Mas há vídeos de vários de seus alunos mais próximos que se diz terem permanecido fiéis a seus ensinamentos. Fu Zhongwen e Yang Zhenduo (seu filho) faziam a forma mais próxima do que foi ensinado originalmente.

Em 1925 Yang Chengfu publicou o livro "Arte do Taijiquan", utilizando fotografias reais dele. Mais tarde, em 1931, ele publicou uma versão atualizada deste livro, denominado agora como Taijiquan Shiyongfa (Métodos e Aplicações do Taijiquan) usando novas fotografias suas. Em 1928 ele foi convidado para ser o chefe da seção Wudang da Academia Guo Shu Central de Nanjing. Mais tarde, ele também foi convidado para ser o chefe da Academia Guo Shu da Província de Zhejiang em Hangzhou. Em 1930 Chengfu se estabeleceu em Shanghai, e em 1932 é convidado por Chen Ji Tang e Li Zong Ren para ensinar na cidade de Guangzhou. Dois anos mais tarde, ele retornou a Shanghai. Depois que Yang Chengfu viajou para o sul da China, ele gradualmente se afastou cada vez mais do aspecto marcial do Tai Chi Chuan para se aproximar dos aspectos de saúde. Seu método de prática foi mudando para movimentos lentos e contínuos, sem nenhuma interrupção. Em 1934 Yang Chengfu publica *Taijiquan Tiyong Quanshu* (Livro Completo da Essência e Aplicações do Taijiquan), traduzido para o inglês em 2005.

Ele teve quatro filhos, Zhenming, Zhenji, Zhenduo, e Zhenguo, com todos se dedicando à prática e ao ensino de Taijiquan..



Embora Mestre Yang Chengfu fosse mais conhecido por suas habilidades de luta, Cheng Man-ch'ing declarou que na maioria das aulas de Taijiquan em seus últimos anos, Yang Chengfu sentava-se em meditação, enquanto os estudantes praticavam<sup>2</sup>. Conhecido apenas pelos alunos de sua "escola interior", Yang era membro de uma sociedade taoista secreta que combinava os ensinamentos da vida cotidiana do Confúcio, os ensinamentos religiosos de Buda e o cultivo interno de energia do Dao<sup>3</sup>.

Chengfu faleceu no início de 1936, aos 53 anos de idade. O praticante de Taijiquan e médico Mei Ying Sheng (梅应生), que foi um estudante direto de Fu Zhongwen, um dos principais alunos de Chengfu, registrou o seguinte relato de Zhongwen em seu livro "Taijiquan e Longevidade": "Depois que meu professor (Yang Chengfu) chegou ao sul da China, ele foi acometido de diarreia e vômito devido à qualidade da água e do saneamento. Ele foi ligado a uma intravenosa por pouco tempo antes de falecer".

## O Taijiquan se espalha pela China e pelo mundo

Yang Chengfu ensinou a qualquer pessoa a sua arte, não importando de onde viesse. Mesmo alunos recusados por outras escolas marciais tinham as portas abertas.

Seus descendentes diretos, os muitos alunos que ele ensinou e os alunos destes, espalharam a arte pelo mundo. Entre os alunos de Yang Chengfu estavam mestres famosos como Dong Yingjie 董英杰 (1898-1961), Chen Weiming, Fu Zhongwen 傅钟文 (1903-1994), Li Yaxuan 李雅轩 (1894-1976) e Cheng Man-ch'ing 郑曼青 (1902-1975). Cada um deles ensinou extensivamente, fundando grupos ensinando Taijiquan até os dias de hoje. Cheng Man-ch'ing, talvez o mais famoso fora da China, encurtou e simplificou significativamente as formas tradicionais que Yang Chengfu lhe ensinou, após a morte de seu professor, para torná-las mais acessíveis a um número maior de alunos. Embora as modificações de Cheng sejam consideradas controversas pela maioria das outras escolas e não sejam reconhecidas pela família Yang, Cheng Man-ch'ing é conhecido como um dos primeiros a ensinar Taijiquan no Ocidente e o introdutor da prática nos Estados Unidos. Antes de Yang Chengfu voltar de Cantão para Shanghai ele instruiu seu

2 Great Grandmaster Yang Chengfu. Disponível em <https://taijizurich.ch/yangchengfu.html>  
3 Isso não é novidade, apesar de se afirmar ser uma "sociedade taoista secreta". A união das Três Jóias (Taoísmo, Budismo e Confucionismo) se tornou uma meta filosófica e espiritual especialmente a partir da Dinastia Song (960-1279).

aluno sênior Dong Yingjie e seu primeiro filho Yang Shao-Chung a permanecerem em Cantão para continuar a ensinar seu Taijiquan no sul da China (posteriormente seu filho foi introdutor do Estilo Yang em Hong Kong).

Seus filhos têm continuado a ensinar o Taijiquan de seu pai, incluindo seu primeiro filho, Yang Shou-Chung (também Yang Zhenming) 楊守中 (1910-1985), seu segundo filho Yang Zhenji (nascido em 1921), seu terceiro filho, Yang Zhenduo 楊振鐸 (1926-2020), e seu quarto filho, Yang Zhenguo, nascido em 1928, e que vive na província de Hebei, Cidade de Handan.

O Grão-Mestre Yang Zhenduo se tornou o principal divulgador do Taijiquan da família Yang em todo o mundo, tendo atuado por décadas nessa tarefa. Em julho de 2009 ele anunciou que Yang Jun, seu neto e bisneto de Yang Chengfu, se tornava o quinto detentor da linhagem do Taijiquan estilo Yang. Hoje Yang Jun representa o estilo e leva avante a tarefa iniciada pelo Grande Mestre Yang Chengfu.



Pesquisa e redação: **Gilberto António Silva**

## 10 Princípios do Taijiquan - por Yang Chengfu -

1. Esvaziar os pensamentos e levantar a cabeça como se a coroa da cabeça fosse pressionada contra o céu.
2. Esvaziar o peito para levantar as costas
3. Afrouxando a cintura
4. Distinguindo entre substancial e insubstancial
5. Afundando os ombros e pesando pelos cotovelos
6. Usando a intenção Yi e não a força física
7. Coordenação da parte superior e inferior do corpo
8. União de internos e externos
9. Continuidade sem quebras
10. Buscando a quietude em movimento



## Pensamentos de Mestre Yang Chengfu

*Do livro "Yang Style Taijiquan" de Yang Zhen Duo, Morning Glory Publishers, Beijing, 1988*

“Taijiquan é uma parte da rica herança cultural da China. É uma arte em cujos movimentos lentos e suaves são incorporados vigor e força. Como diz um ditado chinês, "Dentro do algodão está escondida uma agulha". Suas qualidades técnicas, fisiológicas e mecânicas têm todas uma base filosófica. Para os alunos, a orientação de um bom professor e a discussão das habilidades e técnicas com os amigos são necessárias, mas o mais importante é a prática persistente e incansável. Na verdade, não há nada como a prática, e os alunos de Taijiquan, homens e mulheres, jovens e velhos, obterão os melhores resultados possíveis se se mantiverem assim durante todo o ano.”



“Deve-se ressaltar que duas tendências erradas devem ser evitadas. A primeira é que algumas pessoas que são jovens e talentosas adquiriram uma compreensão mais rápida do que a maioria das outras pessoas e assim se tornam complacentes e param na metade do caminho. Estas pessoas nunca podem alcançar grande sucesso. A segunda tendência errada é que alguns aprendizes estão muito ansiosos para alcançar o sucesso rápido e obter benefícios imediatos. Eles querem aprender tudo em pouco tempo, desde o boxe sombra a empunhar a espada, facão, lança e outras armas. Eles conhecem um pouco de cada um, mas não compreendem a essência e seus movimentos e posturas estão cheios de falhas aos olhos dos especialistas. É difícil corrigir seus movimentos, pois é necessária uma "revisão" minuciosa e, tantas vezes quanto não, eles podem mudar pela manhã e retornar aos velhos hábitos à noite. Daí o ditado nos círculos de boxe chineses: "Aprender taijiquan é fácil, mas corrigir um estilo errado é difícil". Em outras palavras, mais pressa, menos velocidade. E se estas pessoas transmitirem seus erros a outros, estarão fazendo um grande mal.”



“O praticante deve prestar atenção ao *nei*, *wai*, *shang* e *xia* (o interno, o externo, o superior e o inferior):

**Nei** significa usar a mente em vez da força.

**Wai** significa o relaxamento dos membros, ombros e cotovelos, fazendo os movimentos do pé à perna até a cintura de forma suave e contínua.

**Shang** significa endireitar a cabeça.

**Xia** significa afundar a respiração até a parte inferior da barriga.”

“Os alunos devem praticar regularmente todas as manhãs ou antes de ir para a cama. É preferível praticar sete ou oito vezes durante o dia; se o tempo for muito apertado, então pratique pelo menos uma vez pela manhã e uma vez à noite. Não pratique imediatamente após as refeições ou depois de beber. O melhor lugar é nos jardins ou parques onde o ar é fresco e o ambiente propício à saúde. Não pratique em dias de vento ou em um lugar imundo, pois ao fazer o exercício, você pode respirar muita poeira ou sujeira que é prejudicial aos seus pulmões. É aconselhável vestir roupas esportivas e roupas confortáveis ou calçados de borracha. Quando suar, não tire suas roupas ou limpe com toalhas frias, para não se resfriar e ficar doente.”



A saúde de sua família começa em sua casa

## Consultoria Profissional em Feng Shui

Avaliação energética à distância

Em tempos de pandemia, desenvolvemos uma forma de ajudar a sua família a ter um local mais saudável e tranquilo através da milenar sabedoria taoista.

- 🕒 Envio e recebimento de materiais por WhatsApp ou email
- 🕒 Verificação completa da circulação do Qi no imóvel
- 🕒 Análise das condições energéticas, fluxo de Qi e possíveis problemas de estagnação e excesso/deficiência
- 🕒 Soluções simples e eficientes
- 🕒 Entrevista por videoconferência para explicações



### Gilberto Antônio Silva

Taoista, Parapsicólogo, Acupunturista e Terapeuta  
Mais de 40 anos de estudos em cultura oriental  
Professor e consultor de Feng Shui desde 1998  
Autor de diversos livros como 'Dominando o Feng Shui',  
'Os Caminhos do Taoísmo' e 'I Ching - Manual do Usuário'

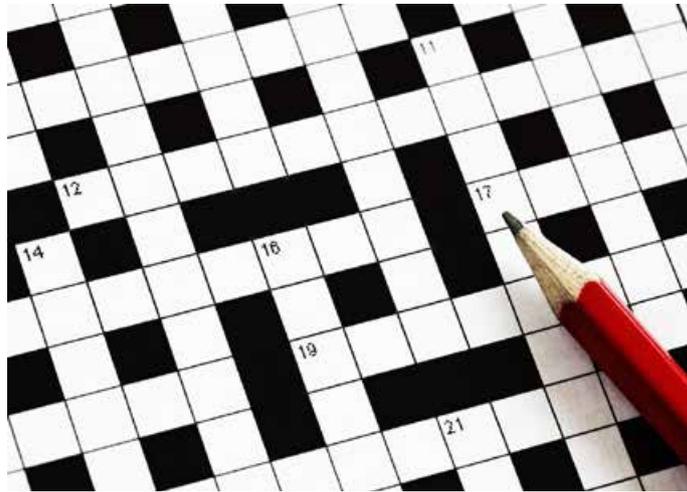
### Cristina Tokie

Arquiteta (Mackenzie/1991)  
Trabalhou com levantamentos prediais, soluções arquitetônicas, layouts residenciais, comerciais e de pesquisa, além de regularização fundiária e adequações.

Valor único total: R\$ 250,00  
(Pode ser parcelado no cartão)

Entrega da análise: 10 dias

Mais informações: [gilberto@laoshan.com.br](mailto:gilberto@laoshan.com.br) / WhatsApp: 11-99292-8832  
[www.laoshan.com.br](http://www.laoshan.com.br)



# Palavras Cruzadas Taoistas

## Respostas da edição anterior

m  
 controle e torção  
 t d shen r  
 r laozid e  
 e sunsimiao s  
 s t s r  
 tresreinos m e  
 e trespuros i g  
 s xian confucio  
 o g l  
 wujyhcherng daojia  
 r i i  
 song moxabustão a o e  
 s s  
 baduanjin p s  
 o weiqi o  
 t e r  
 alquimia interna  
 o b c  
 m o b h  
 a y a z i  
 wudangshan  
 a n u u e  
 n g a a s  
 g z n a  
 d h g  
 u kuaizi  
 qi n i  
 g



# Deuses da Diáspora Chinesa - MAZU -

Por: Victor Yue

**A**ntigamente, os chineses que viajavam para outros países em busca de trabalho iam principalmente de barcos. Muitos buscavam as bênçãos e a proteção de Mazu, pois ela era considerada a Deusa do Mar. Pode-se ver na maioria, senão em todas, das comunidades chinesas ("Chinatowns") do mundo tendo um templo dedicado a Mazu. Ou em qualquer lugar perto do mar quando os chineses teriam desembarcado ao chegar da China. Aqui está a história de um "Coolie Keng" (alojamento dos trabalhadores) que também teve Mazu como seu protetor e, embora o Coolie Keng seja história agora, a crença e a gratidão a Mazu continuam até hoje.

Nos primeiros dias de Cingapura, muitos chineses, especialmente de Fujian e Guangdong, na China, foram para Nanyang (Sudeste Asiático), do qual Cingapura é um lugar, em busca de trabalho para ganhar dinheiro para mandar de volta para casa. Esses foram tempos difíceis na China. Aqueles que tinham chegado à frente formavam seus respectivos grupos para apoiar seus colegas aldeões. Como a maioria viria como trabalhadores braçais, conhecidos como *coolies*<sup>1</sup>, estes homens formariam "Coolie Keng", uma espécie de alojamento de coolies onde ficariam juntos quando chegassem. Lentamente, à medida que os membros encontravam trabalho e dinheiro, eles poderiam se mudar. Os recém-chegados seriam apoiados por seus conterrâneos para proporcionar tal alojamento nestes lugares. Um Coolie Keng poderia ser um quarto ou alguns quartos onde os membros pudessem cozinhar, comer, lavar e dormir. Havia então muitos Coolie Keng em Cingapura, um para cada grupo de pessoas vindas da mesma aldeia ou área.

## O Coolie Keng

<sup>1</sup> *Kuli* 苦力 em chinês significa algo como "trabalho brutal" ou "trabalho muito duro". A origem do termo usado pelos britânicos é controversa, podendo se referir a línguas indianas. Mas "coolie" (*kuli*) passou a designar as pessoas que faziam trabalho braçal na China, carregando navios, transportando cargas em seus ombros, sem ajuda de equipamento. Seu uso se estendeu aos imigrantes chineses em busca de trabalho no exterior. (N.T.)

義福龍 Yi Hock Leong (pronunciado em Fujian Minan) era o nome de um desses Coolie Keng onde o pessoal da mesma aldeia 龍海角尾 em Fujian, China, ficaria ao chegar. Como numa reunião do povo do mesmo vilarejo, eles também levariam consigo a Deidade de seu vilarejo para que pudessem ser continuamente protegidos e abençoados. Sua divindade era Mazu 媽祖, a Deusa do Mar. Diz-se que a efígie de Mazu neste Coolie Keng é de 福建漳州石尾七稜. Em sua viagem precária a Cingapura, os homens esperavam que Mazu os protegesse. Eles nunca se esquecem de agradecer a Mazu e assim todos os anos, na data lunar do 23º dia do 3º Mês Lunar, os membros fazem oferendas em agradecimento. Este evento tem sido observado desde então, e já se passaram mais de 80 anos desde os dias do Coolie Keng.

O avô de Jimmy Chan veio para Cingapura em 1923 com 16 anos de idade para trabalhar como coolie (trabalhador) e permaneceu neste Coolie Keng com seu irmão (o tio-avô de Jimmy). Ele trouxe a efígie/estátua de Mazu que ele colocou no Coolie Keng. O Coolie Keng então estava na George Street, em uma parte da Chinatown em Cingapura. O nome chinês (Hokkien) para este lugar era Polei Au 坡離後, que se afirma significar "atrás da polícia (delegacia)" provavelmente por uma pronúncia errada de "polícia". Havia uma delegacia de polícia na rua principal da South Bridge Road.

Com o rápido progresso econômico em Cingapura a partir dos anos 1960, o Coolie Keng perdeu seu papel. Alguns se tornaram templos ou sintuas (神坛 santuário residencial) e se não tivessem um lugar permanente, sua divindade padroeira seria transferida para a casa de um membro. Muitos dos membros do Coolie Keng haviam permanecido em Cingapura, casado com moradores locais ou trazido suas famílias. Antes do prédio no qual o Coolie Keng estava ter sido demolido devido ao desenvolvimento urbano de Cingapura, Mazu foi "convidada" a ir à casa do neto de Jimmy, onde ele tinha instalado um santuário (sintua) conhecido como Yi Hock Leong Tua 義福龍壇.



As efígies originais de Mazu 妈祖 com seu assistente, Shun Feng Er 顺风耳 (à sua direita) e Qian Li Yan 千里眼 (à sua esquerda) Shun Feng Er é aquele que pode ouvir de muito longe e Qian Li Yan enxerga a milhares de milhas de distância

### O Chamado de Mazu

Em 1985, quando o tio-avô de Jimmy estava envelhecendo, ele pediu aos membros do sintua que convidassem Mazu para ir à sua casa para continuar o sintua. A busca da aprovação de Mazu foi feita através do lançamento dos blocos divinatórios (conhecidos como Sheng Bei 聖杯). Os pais de Jimmy receberam a aprovação de Mazu para trazê-la de volta a sua casa para continuar adorando-a e venerando-a por cuidar do clã estendido e das famílias.

Em algum momento em 2004, quando a irmã mais velha de Jimmy visitou a casa dos pais, ela caiu em transe. Mazu "entrou" nela e quis alistá-la para ajudar a comunidade. No dialeto Hokkien, o termo é "Salve o Mundo World" 救世, que significa oferecer serviços de consulta à Comunidade, seja em uma doença física ou que requeira ajuda espiritual. Foi um sacrifício para a família, pois ela teria que compartilhar seu espaço (ou seja, a casa) com a Comunidade durante a consulta, mas por ser uma boa causa, ela e a família concordaram. Ela se tornou a médium espiritual (conhecida como Tangki 童乩 em Hokkien) de Mazu. Yi Hock Leong Tua 義福龍壇 agora tem um médium espírita.



Médium espírita de Mazu durante a celebração do aniversário de Mazu

A partir de 2009, o Yi Hock Leong Tua começou a chegar aos templos companheiros de Mazu como parte de sua rede de contatos. Visitou o templo principal de Mazu em Putian, Fujian, China. Em 2012, o sintua visitou o templo 甲洞齊孫宮 em Kuala Lumpur, Malásia. Em 2015 membros do sintua visitaram um número de templos de Mazu em Taiwan. Em 2019 ela fez outra visita, desta vez acompanhada da efígie de Mazu do sintua. Em 2017 eles visitaram o Templo de Mazu (中國泉州長春媽祖廟) em Quanzhou. Os membros do sintua também se uniram em uma visita a um templo em Semarang, Indonésia.



Visitando outro templo em Singapura

Durante seus eventos festivos, o sintua também visitaria outros templos relacionados, especialmente templos de Mazu em outras partes de Cingapura.

Durante este período, os membros do sintua passaram por treinamento e tornaram-se proficientes nos rituais tradicionais dos templos chineses. Um dos rituais mais elaborados é a "marcha dos exércitos", quando os sintuas convidam os exércitos celestes a "montar" um acampamento para criar o espaço sagrado de um evento. Veja <https://youtu.be/DhCg42qIGXs> para uma explicação mais clara através do vídeo de HakkaMoi.



Ritual da "Marcha dos Exércitos Celestiais dos Cinco Acampamentos".

Há muitos aspectos no funcionamento de um sintua ou templo, desde consultas através do médium espírita até a organização de eventos como o aniversário de Mazu e muitos outros eventos festivos que o sintua tem que observar. Uma história mais detalhada de Yi Hock Leong Tua neste vídeo <https://youtu.be/UK1v4aORINw> por HakkaMoi dá uma boa visão geral do funcionamento do sintua.

Há também um gibi sobre Mazu criado por Mitch Koh e publicado pela Asiapac que dá uma visão muito boa sobre a vida de Mazu: <https://asiapacbooks.com/products/the-legend-of-mazu-%E5%A6%88%E7%A5%96%E7%9A%84%E4%B-C%A0%E8%AF%B4>

### Agradecimentos:

Jimmy Chan por compartilhar as histórias de seu sintua HakkaMoi para compartilhar seu vídeo sobre Yi Hock Leong Tua Grupo do Facebook de Yi Hock Leong Tua <https://www.facebook.com/groups/347469765344894>



**Victor Yue** é muito interessado na herança cultural de Cingapura e tem observado e documentado as culturas locais como parte de seu interesse histórico e cultural. Sendo um taoista, ele enfoca mais os templos chineses locais, suas histórias e práticas.



**CEMETRAC**

Centro de Estudos de Medicina Tradicional e Cultura Chinesa



**TESOUROS DO  
TAO TE CHING**

Início 29 de abril  
Cinco encontros online  
whatsapp 17 99605-3156

Introdução à  
filosofia taoista e  
conhecimentos práticos  
para nossa saúde.

Workshop com o  
Mestre Liu Chih Ming



O Mestre Liu Chih Ming ensina da maneira tradicional. Em cada aula, em cada fala, são apresentados os aspectos transcendentais do conhecimento, assim como os mais práticos, com ensinamentos valiosos para alcançar a sabedoria, viver com saúde e felicidade.

### O evento

São cinco encontros de uma hora ao longo de cinco semanas, pelo zoom. Todas às quintas feiras, às 8hs.

\*\*As aulas ficam gravadas e acessíveis por 60 dias, assim você pode assistir no tempo real ou posteriormente às gravações \*\*



**Datas: 29 de abril - 6, 13, 20 e 27 de maio**



**Não é necessário ter nenhum conhecimento prévio para participar.**

**Investimento:** R\$ 360 à vista ou duas vezes de R\$185

### Inscrição e informações:

mairadomeceventos@gmail.com ou whatsapp: +55 17 99605-3156

# Feng Shui Taoista

A Medicina Chinesa aplicada à sua casa  
com o Prof. Gilberto Antônio Silva



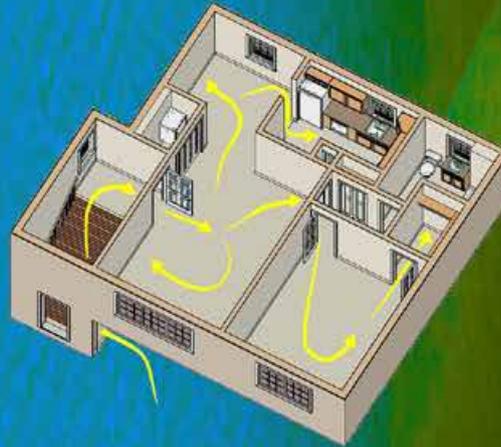
## Tema 1: Energias em Movimento

### Curso online completo de manipulação de energia no imóvel

Neste primeiro curso sobre Feng Shui Taoista você vai aprender a perceber a circulação de Qi no imóvel, seus problemas e como resolvê-los de maneira simples e eficiente utilizando conceitos da Medicina Chinesa e do Taoísmo. Para isso precisaremos entender um pouco de como funciona a Medicina Chinesa e como aplicar alguns destes princípios ao imóvel através do diagnóstico de sua situação energética (**Excesso, Deficiência ou Estagnação de Qi**) e da correção destes problemas e desarmonias. Também estudaremos com detalhes o Bagua e suas aplicações na defesa e correção de problemas energéticos, entre outras ferramentas. No final você terá condições de avaliar energeticamente um imóvel e corrigir possíveis desarmonias, tendo um conhecimento sólido para prosseguir os estudos com outras técnicas.

# 道家風水

- ✓ Objetivo e simples
- ✓ Didática cuidadosa
- ✓ Sem necessidade de pré-requisitos
- ✓ Excelente custo-benefício
- ✓ Visão diferenciada do Feng Shui a partir do Taoísmo e da Medicina Chinesa
- ✓ Ministrante com grande experiência no assunto
- ✓ Farto material complementar na forma de resumos, artigos e livros digitais completos
- ✓ Certificado de conclusão
- ✓ Estude em sua casa ou onde desejar



❖ Investimento: R\$ 120,00  
| Até 12x no cartão |



4,5 horas de vídeo-aulas

Curso independente e completo

Todas as ferramentas e conhecimentos para aplicação imediata

Solução de dúvidas direto com o ministrante

#### MINISTRANTE



**Prof. Gilberto Antônio Silva** estuda culturas e filosofias do Oriente há mais de 40 anos. Taoista dedicado a transmitir essa sabedoria milenar, é Acupuntor, Instrutor de Qigong e autor de 14 livros incluindo os sucessos *Os Caminhos do Taoísmo* e *Dominando o Feng Shui*. É professor e consultor de Feng Shui desde 1998.



Mais informações e inscrições:

<https://hotmart.com/product/curso-de-feng-shui-taoista-tema1-energias-em-movimento>



Laoshan

## MEDICINA CHINESA COM ERVAS BRASILEIRAS

# A relação entre a área nativa da planta e sua utilização clínica

Por: José Carlos Sencini Junior

Uma das possíveis características atribuídas ao Tao é a permeabilidade em todas as coisas manifestadas no universo. Isso significa que o Tao está em tudo, e seguindo esta ideia, não seria uma surpresa descobrir que tudo está interligado, ou que existe uma rede de relações que uni tudo. Na medicina chinesa sabemos por exemplo que o mundo externo pode afetar nosso interior, e que devemos nos modificar conforme o passar do tempo, um exemplo clássico são as estações do ano, que para nos mantermos saudáveis, devemos fazer pequenas modificações para controlar o excesso de interferência externa. Igualmente sabemos que nossos órgãos internos podem afetar a forma como interagimos no mundo externo, como por exemplo, aquelas pessoas que possuem a chamada “vesícula biliar fraca” e que carecem de coragem para enfrentar a vida.

Essas relações são fáceis de entender, porém podemos estabelecer mais conexões se observarmos com atenção. Uma dessas conexões é a relação entre o clima de um local e as plantas que existem nele. Isso parece óbvio se pensarmos que cada planta está adaptada ao seu habitat natural. Porém estamos falando de uma relação molecular, que interliga o clima e a função medicinal da planta, assim existindo portanto, uma tendência as plantas de determinada região serem úteis para tratar doenças causadas pelo habitat que ela se encontra. Exemplificando, podemos reparar que em locais desérticos e quentes, existe uma grande quantidade de plantas refrescantes, amargas e que possuem grande quantidade de líquidos (como os cactos). Essas características organolépticas são utilizadas justamente para tratar problemas de calor, que uma pessoa poderia adquirir facilmente em um clima desértico e quente. Lembramos que estamos falando de tendência e não de regra, pois é plenamente possível que existam plantas amornantes no ambiente citado anteriormente por exemplo.

Assim, nos perguntamos, quais as características que predominam em um país como o Brasil? Certamente que muitas, uma vez que nosso país possui uma vasta área. Mas como diriam os músicos, moramos em um país tropical. E uma característica marcante dos trópicos é o calor e a umidade. Portanto, encontraremos nas plantas brasileiras uma grande quantidade de indicações para tratar problemas de saúde relacionados com calor e umidade. Assim, mostraremos agora algumas plantas nativas de nossa flora e que apresentam características bem conectadas com nossa região.



Para começar nosso tributo a flora brasileira temos uma planta muito famosa, inclusive internacionalmente, que já foi patenteada por grandes indústrias farmacêuticas e utilizada em muitas formulas. Estamos falando da *Cordia verbenacea*, conhecida popularmente como erva baleeira, que possui ação anti-inflamatória importante, sendo utilizada para tratar problemas como contusões, dores articulares, artrite reumatoide, gota, mialgia, fibromialgia, nevralgia, faringite, amigdalite e sinusites. Sua natureza é refrescante e picante, ou seja ela possui uma característica de diminuir o calor e circular o Qi, no caso dela, mais especificamente, circular o Qi nos canais obstruídos por síndrome Bi. Isso explica suas utilizações para contusões, dores articulares, artrite, gota, mialgia, sinusite e até as faringites e amigdalites se pensarmos em sua natureza refrescante e que atua nas camadas externas do corpo. Provavelmente esta planta tem mais do que uma indicação dentro da medicina chinesa, porém nós já temos certeza de sua ação para eliminar vento umidade dos canais, que apresenta sintomas como dor articular e edema local, especialmente utilizada em casos que haja calor, com rubor e calor locais além dos sintomas já citados. Atualmente é muito fácil encontrar essa planta no mercado, ela se apresenta em diversas formas farmacêuticas como capsulas, tinturas, pomadas, aerssóis entre outros. A planta apresenta uma grande segurança de uso, porém deve ser utilizada em pacientes que apresentem deficiência de Yin, sangue ou Jing Ye, pois seu efeito é consideravelmente secante no corpo, o que poderia agravar quadros como os citados acima. Esse foi nossa primeira planta (refrescante e picante) para nosso país quente e úmido!



Outra planta muito famosa e querida pelos brasileiros que também já rendeu muitas formulações e estudos, principalmente na utilização para tratar escaras e queimaduras causadas pela radioterapia, é a *Stryphnodendron adstringens*, popularmente conhecida como barbatimão. Planta muito utilizada como cicatrizante, antisséptica, adstringente, hemostática, anti-inflamatória externa. Aplicam-se sobre feridas, úlceras cutâneas, escaras, e complicações varicosas. Localmente com banho de assento também é utilizada para vulvovaginites e leucorreias. Essa planta



nativa do cerrado brasileiro possui um sabor adstringente, amargo e frio. Sua térmica muito refrescante, considerava fria, lhe proporciona uma certa toxicidade, e o uso externo é desaconselhado por muitos profissionais. E mesmo aqueles que a utilizam, o fazem em doses diminutas. Ela pode ser utilizada dentro da medicina chinesa para tratar problemas de calor umidade no exterior (sendo utilizada externamente) que apresenta sintomas como úlceras purulentas, abscessos com pus e eczemas úmidos, também utilizada em úlceras na mucosa bucal, fissura anal, fístula anal e hemorroidas. Utilizada como hemostática para interromper sangramentos em traumas, epistaxe, hemoptoicos, hematêmese e enterorragia quando esses sintomas estão relacionados ao calor no sangue. E internamente pode ser utilizada para eliminar calor e umidade do intestino grosso, padrão este que apresenta sintomas como dor abdominal, muco e sangue nas fezes, diarreia, língua vermelha com revestimento pegajoso e amarelado e queimação no ânus. No mercado esta planta é encontrada sobretudo em veículos de uso externo como pomadas e cremes. Atenção, o uso interno pode causar aborto e irritação gástrica, devendo ser evitado também em pacientes com deficiências de Qi ou Yang.

Uma ultima planta que todos nós conhecemos não é nativa do nosso território, mas se aplica muito bem ao nosso contexto. Ela é nativa da América Central que de certa forma possui um clima muito parecido conosco, principalmente no norte do país. É a planta chamada *Persea americana*, conhecida popularmente como abacateiro. Todos nós conhecemos seus frutos, o abacate, porém aqui falaremos de suas folhas que possuem um efeito de eliminar a umidade calor do aquecedor inferior que pode apresentar sintomas como leucorreias amarelada (principalmente nesse caso no uso externo), disúria, ardência ao urinar, urina muito amarelada ou turva, diarréia mal cheirosa com pus ou sangue entre outros sintomas. Essa qualidade explica suas principais indicações tradicionais como diurético utilizado em cistites, uretrites calculose renal e outras afecções, colagogo, carminativo, diarreia, disenteria, broncodilatador, balsâmico e hipotensor. Possui sabores amargo e refrescante, e além dessa indicação também pode ser utilizada para controlar a ascensão do yang do fígado. A planta pode causar hipotensão leve e aumento do fluxo menstrual e deve ser utilizada com cuidado em pacientes com deficiência de yang, sobretudo do Baço, pois a erva descende o Qi e esfria o Yang podendo agravar esse quadro. Especial atenção na utilização para diarreia, que só deve ser tratada com essa planta se for causada pro calor umidade, em outros etiologias de diarreia não utilize esta planta.

Assim concluímos esta demonstração de algumas plantas de grande importância local e que atenuam os excessos ambientais em que vivemos.



*José Carlos Sencini Junior - farmacêutico, fitoterapeuta, acupunturista e facilitador dos florais de Bach. Membro do Corpo Docente da EBRAMEC.*

**Buscamos escolas de Qigong interessadas em organizar nossas formações de Qigong e Daoyin Yangsheng Gong no Brasil.**

Professor Miguel Martín  
Contato [info@daoyin.es](mailto:info@daoyin.es)

**Daoyin**  
Yangsheng Gong®  
Espana

[www.daoyin.es](http://www.daoyin.es)  
[www.qigongformacion.com](http://www.qigongformacion.com)

**Taoismo.org**

**Seu site de referência sobre Taoismo e artes taoistas**

## Dica de Erva Brasileira na Fitoterapia



### Carqueja

O Carqueja ou *Baccharis trimera* é uma planta brasileira capaz de auxiliar em problemas estomacais

- **Nome científico:** *Baccharis trimera*
- **Parte utilizada:** Partes aéreas
- **Composição química:** Óleos essenciais (carquejol, calameno, eudesmol, eledol, nopineno, cardineno, acetato de carquejila), flavonoides, lactonasditerpênicas, saponina, resina, polifenóis entre outras substâncias.

• **Ações e indicações clássicas:** Ação tônica sobre o fígado, dispepsias estomacais, azia, gastrite, variações intestinais de constipação e diarreia, colagogo, colerética, aumenta a secreção de suco gástrico, biliar e pancreático, coadjuvante em verminoses, calculose biliar, coadjuvante em faringites e amigdalites na forma de gargarejo, diurética e depurativa, coadjuvante como hipoglicemiante, suposto efeito sobre os calores da menopausa, auxiliar na hipertensão, hipercolesterolemia, vitiligo, psoríase, gota, reumatismos diversos, cefaleias de origem hepática ou alimentar.

• **Interações:** Nada relatado.

• **Efeitos colaterais:** O uso prolongado ou em doses altas pode diminuir o número de leucócitos no sangue e baixar a pressão. Deve-se evitar em gestantes e lactantes.

• **Propriedades:** Amarga, refrescante, levemente doce.

• **Medicina chinesa:** Lembramos que os chineses construíram sua farmacopeia energética durante milhares de anos, portanto, o resultado apresentado nesta ficha não é definitivo.

– Remove estagnação do fígado e vesícula biliar – possui propriedades de retirar estagnações de Qi do fígado e vesícula biliar, facilitando o fluxo de Qi no aquecedor médio em estagnações alimentares, calor umidade ou estagnação de etiologia emocional.

– Clareia o calor em excesso do fígado – Seu sabor amargo predominante descende e acalma os aspectos yang do fígado, seja calor, fogo ou vento, mas principalmente para calor (inclusive com presença de toxinas do calor) e fogo. Suas indicações como amigdalites, depurativa, diabetes, hipertensão, colesterol alto, vitiligo, psoríase estão todas relacionadas a essa característica, pois o Yang do fígado (ou algum aspecto do Yang) se sobrepõe a outros órgãos, queimando-os.

• **Contra indicações energéticas:** Utilizar com cuidado em pacientes com deficiência de Yang na parte superior do corpo ou de formageral, pois a erva é refrescante e drenante o que consumirá Qi e Yang agravando esses quadros.

**Créditos:** José Carlos Sencini, professor de Fitoterapia Chinesa com Ervas Brasileiras na Faculdade EBRAMEC.

**Saiba mais em:** <https://ebramec.edu.br/curso/fitoterapia-chinesa-com-ervas-brasileiras/>

# 八段锦

## Qigong Ba Duan Jin - Curso Online | Os Oito Brocados de Seda |



Em Espanhol!  
Fácil Compreensão!

- Curso com 20 aulas - inclui tudo o que um aluno necessita!
- Certificado digital personalizado de participação no curso (opcional)
- Acesso ON-LINE imediato, completo e ilimitado (textos e downloads)
- Mais de 140 fotos coloridas em alta resolução.
- Explicação técnica detalhada de cada exercício e baseada na Medicina Tradicional Chinesa
- Sequência fotográfica de cada exercício, exposta passo a passo e com linhas de direção de movimentos de mão e pé.

### BÔNUS

- ✓ Links para visualização e download de vídeos da CHQA oficiais de cada exercício (em espanhol).
- ✓ Vídeo oficial completo da Associação Chinesa de Qigong para Saúde
- ✓ Arquivos musicais para prática das sequências (inglês, chinês e apenas música).
- ✓ Link para download do PDF "Guia de Fotos da Sequência BADUANJIN". Feito pelo professor Miguel Martín, contém mais de 140 fotos em um PDF de mais de 25 páginas. A sequência é feita passo a passo e contém o linhas de direção de suas mãos e pés para dizer-lhe como mover as mãos e Pés. Use este guia em combinação com as instruções de vídeo e texto para cada Exercício!

**Prof. Miguel Martín** - Diretor da Associação Espanhola de Qigong para a Saúde. Introdutor de Qigong de Saúde na Espanha e primeiro professor espanhol certificado pela CHQA para formação de instrutores (2005). Membro fundador do Conselho Executivo da Federação Internacional de Qigong (IHQF).

€ 19,90

Informações completas  
e inscrições em nosso  
site - é só clicar 

<https://daoyinqigongonline.com/cursos/qigong-online/qigong-baduanjin-los-ochos-brocados-de-seda-curso-online-de-formacion/>

## ATENÇÃO

## Você foi aluno de Mestre Wu Jyh Cherng?



Olá.

Caso você tenha sido aluno do **Dr. Wu Chao Hsiang** ou do **Mestre Cherng** e tenha **fotografias, gravações de áudio e vídeo ou transcrições de suas palestras**, eu teria imensa gratidão se pudesse entrar em contato comigo. Estou tentando ampliar o arquivo do legado destes dois mestres, porém muitas gravações foram perdidas ou se estragaram com o tempo, o que deixou muitas lacunas na coleção.

O Mateus Oliva da Costa (autor do livro "Daoismo Tropical" e colaborador da revista *Daojia*) e eu estamos desenvolvendo o projeto de uma **biografia sobre os mestres Dr. Wu Chao Hsiang e o seu filho Wu Jyh Cherng**. Estamos tentando **encontrar alunos e discípulos** que tiveram proximidade a um ou aos dois mestres para poderem escrever sobre as suas experiências. Se você for um deles e quiser participar, ou se conhecer alguém que pudesse nos indicar, peço que por favor entre em contato comigo.

Já de antemão, muito obrigada!

Lila Schwair, esposa de Wu Jyh Cherng  
[lilaschwair@gmail.com](mailto:lilaschwair@gmail.com)

# Os Manuscritos de MAWANGDUI 馬王堆

*Por: Gilberto Antônio Silva*

**T**oda fonte de material em primeira mão sobre a antiga cultura chinesa é um tesouro precioso de conhecimento e nos ajuda a compreender melhor essa civilização tão sofisticada e avançada. Sempre que se encontra um novo sítio arqueológico, novas maravilhas saem à luz de nossos dias, revelando mais e mais detalhes sobre essa antiga cultura. Um desses tesouros arqueológicos é o “Túmulo do Rei Ma”, ou Mawangdui, em chinês.

Mawangdui (馬王堆) é considerado um dos tesouros arqueológicos mais importantes descobertos na China. Ele consiste em duas colinas que contém as tumbas de três pessoas do Reino Changsha, localizado na atual cidade de Changsha, em Hunan, durante a Dinastia Han do Oeste ou Han Ocidental (206 a.C.-9 d.C.). A data de selamento da tumba pode ser definida com muita precisão por meio de um inventário escrito em tiras de bambu deixado no local: 4 de Abril de 168 a.C. (MURPHY, 2006). Os corpos preservados em ótimo estado pertencem ao Chanceler Li Cang, Marquês que se tornou Primeiro-Ministro em 193 a.C. e morreu em 186. a.C., uma mulher que seria sua esposa e um homem que se acredita ser o filho do casal.

O sítio arqueológico foi escavado entre 1972 e 1974 e seu nome pode ter sido atribuído a um engano sobre a identidade dos ocupantes, que se pensava ser o Rei Ma Yin (853-930). O nome foi mantido por possuir pronúncia similar a “monte em forma de sela” (馬鞍堆 - *mǎ ān duī*), que é o formato das colinas onde jazem os restos mortais. A maioria dos artefatos encontrados está exposta no Museu da Província de Hunan.



*Escavação em Mawangdui*



*Província de Hunan*

## A Província

Hunan (湖南) é uma importante província do Sul da China, cujo nome significa “Sul do Lago” por se encontrar ao Sul do Lago Dongting. Tem como capital a cidade de Changsha (长沙), antiga e importante cidade chinesa. Conhecida desde a Dinastia Zhou, a cerca de 3.000 anos, Changsha foi a capital do Reino Changsha na Dinastia Han (206 a.C.-220 d.C.), e a capital do Estado de Chu (907–951) no período de Cinco Dinastias e Dez Reinos (907-979). Consta nos escritos do grande historiador Sima Qian (145-86 a.C.) que o Imperador Amarelo em pessoa teria dado as terras de Changsha a seu filho mais velho.

O clima e o período de chuvas de Hunan favorecem a agricultura, possuindo muitas terras férteis que foram motivo de migração de milhões de chineses do Norte entre os séculos VIII e XI, tornando-se importante produtora de cereais nas dinastias Ming e Qing. Essa província é o local de nascimento do líder Mao Zhedong (Mao Tsé-Tung) e onde cursou a faculdade, entre 1913 e 1918. Por sua grande antiguidade e importância, é um excepcional tesouro arqueológico com centenas de sítios descobertos desde a década de 1950.

## Mawangdui

As tumbas encontradas são feitas de pranchas de cipreste

revestidas com uma camada protetora de argila e carvão, uma técnica muito empregada na Dinastia Han. Elas contêm esquifes laqueados e sem jade ou metais preciosos segundo as práticas funerárias redigidas pelo Imperador Wen desta dinastia. Os corpos se encontravam mumificados e embrulhados em várias camadas de roupas de seda.

A Tumba n.1 contém os restos mortais de uma mulher na casa dos 50 anos, Lady Dai (nome pessoal Xin Zhu), imerso em um líquido que preenchia todo o sarcófago. Seu corpo mumificado estava tão bem preservado que a pele ainda mantinha certa elasticidade e os cabelos estavam intactos. Suas articulações apresentavam total mobilidade, podendo-se até reposicionar seus membros de maneira livre (DONG et al., 2018). Embora um tanto menores, seus órgãos internos mantiveram as posições e texturas e os pesquisadores puderam inclusive fazer uma autópsia, revelando que havia tido artrite e tuberculose, bem como pedras na vesícula, e sua morte se deveu provavelmente a um ataque cardíaco ou arritmia. Havia sementes de melão em seu estômago e estava sofrendo de parasitas intestinais, o que lança muitas informações sobre a vida das pessoas há 2.000 anos

Ela viveu mais do que os ocupantes das outras duas tumbas e foram encontrados vários alimentos junto ao corpo, que mostram que sua dieta era rica em produtos de origem animal e açúcar, acrescidos de arroz, lótus, frutos e sementes de melão. Também existia um conjunto de peças de jantar em madeira laqueada contendo uma refeição completa. O corpo estava coberto com um tecido de seda em forma de “T” contendo gravuras mitológicas, em ótimo estado. Também foi encontrado um tecido longo com o desenho de pessoas executando técnicas corporais que seriam um tipo de Daoyin, como veremos mais à frente.

A Tumba n.2 era o local de descanso do Marquês Li Cang. Essa tumba havia sido saqueada várias vezes por ladrões de túmulos. A Tumba n.3 continha o corpo de um homem na casa dos 30 anos, morto em 168 a.C. Acredita-se que tenha sido um parente do casal, possivelmente seu filho. Essa tumba possuía um rico conteúdo de manuscritos em seda com textos sobre artes militares, médicas, matemáticas, astronômicas e filosóficas. É nesse material que concentraremos esse relato, chamado de *Mawangdui Boshu* (馬王堆帛書), “os textos em seda de Mawangdui”.

### Os Manuscritos de Mawangdui

Na antiguidade chinesa a escrita teve seu início nos ossos oraculares há mais de 3 ou 4 mil anos (ver matéria sobre escrita chinesa na edição nº1 dessa revista). Com o passar do tempo a necessidade de guardar os textos oraculares e informações sem geral levou os chineses a escreverem seus ideogramas em ripas de bambu, mantidas juntas por tiras de couro e formando os primeiros livros, que eram desenrolados à medida em que a leitura



*Anotações de observação de cometas encontrada em Mawangdui. A riqueza de detalhes, incluindo o desenho do formato do cometa, serviu como referência para os astrônomos atuais nesse tipo de fenômeno.*



*Parte superior do tecido que cobria o corpo de Lady Dai*

prosseguia. Por volta do início da Dinastia Han começou-se a escrever em peças de seda, mais simples e leves para manusear e armazenar. Por isso os textos encontrados em Mawangdui são escritos majoritariamente em seda.

Os estudiosos, quando se referem a um determinado escrito vindo desse sítio arqueológico, mencionam muitas vezes o termo “on silk” (“em seda”) para determinar que se trata dessa versão específica. Assim temos o *Daodejing* “on silk”, o *Yi Jing* “on silk” e assim por diante.

A coletânea apresenta material com diferentes idades de cópia, possivelmente durante a Dinastia Qin (221-206 a.C.) ou mesmo no final do Período dos Reinos Combatentes (c. 475-221 a.C.), com o mais recente datando de cerca de uma década antes do sepultamento. Isso parece indicar tratar-se da biblioteca pessoal do Marquês Dai, que foi sepultada com a família (WARING, 2019). Alguns textos estão com partes em ordens diferentes do que se conhece hoje ou com outros ideogramas em algumas partes. Vemos estudiosos que acreditam, por isso, tratar-se de textos mais autênticos por serem mais antigos que as versões atualmente disponíveis. Isso é um engano causado pelo pensamento ocidental que indica serem as versões mais antigas mais fiéis aos originais, mais próximas às fontes. Isso nem sempre é verdadeiro na cultura chinesa.

Era muito comum que linhagens diferentes tivessem materiais diferentes, versões diferentes de textos clássicos adequados à sua própria compreensão desse conhecimento. Na Medicina Chinesa, por exemplo, cada linhagem de mestres possuía seu próprio mapa dos canais usados na Acupuntura, com variações mais ou menos grandes entre eles, e que eram passados de mestre para discípulo. A padronização desse conhecimento só se iniciou com força na Dinastia Tang (618-906), quando os imperadores assumiram o trabalho de unificar o conhecimento da China e estabelecer edições padronizadas que pudessem ser amplamente distribuídas. Os livros de agricultura, medicina, mapas de meridianos, livros filosóficos e técnicos foram unificados através do trabalho de enormes equipes de especialistas em cada área, que removiam incongruências e repetições, filtrando o material para que se tornasse útil de modo universal, além de acrescentar atualizações. A edição de Bing Wang do Livro de Medicina Interna do Imperador Amarelo (*Huang Di Nei Jing*), texto usado como referência até hoje, é dessa época assim como a elaboração mais acurada do Cânone Taoista (*Daozang*) que unificou todos

os textos taoistas em uma só coleção, incluindo o *Daodejing* e o *Zhuangzi*. Posteriormente a Dinastia Song (960-1279) revisou e ampliou essa padronização e a estendeu através da popularização dos livros impressos.

Desse modo, é fácil perceber que as diferenças notadas nos textos de Mawangdui são importantes no sentido de serem variações culturais da época e que podem enriquecer de modo significativo nossa compreensão da cultura chinesa antiga.

## Daodejing

Foram encontradas duas versões do *Daodejing* [*Tao Te Ching*] (*道德經*), relatadas pelos pesquisadores apenas como A e B, que são consideradas as mais antigas cópias existentes <sup>1</sup>. Pelo tipo de caligrafia e indicações históricas presentes nos ideogramas do texto, acredita-se que a versão A seja mais antiga, anterior a 206 a.C., enquanto a versão B parece datar do período do reinado de Liu Bang (206-194 a.C.). As duas versões estão um pouco danificadas, sendo que a B está um pouco melhor. Os dois textos divergem em vários lugares, o que indica serem mesmo duas versões distintas do mesmo texto. No entanto a maior diferença entre os manuscritos de Mawangdui e o *Daodejing* que conhecemos hoje está na mudança da ordem das duas partes de que compõe o livro. No que conhecemos hoje Laozi fala sobre o Tao (*Dao*), “Caminho”, capítulos 1-37 e depois sobre o Te (*De*), “Virtude”, capítulos 38-81. Nos manuscritos em seda a parte sobre o *De* vem primeiro e depois o *Dao*, em ambas as edições. Isso mostra uma variação importante na compreensão do texto, embora não se possa dizer que seja mais “autêntico”.

Também alguns capítulos estão dispostos em outra ordem (MURPHY, 2006). Os capítulos 80 e 81 aparecem entre o 66 e 67, o capítulo 40 aparece entre o 41 e 42 e o capítulo 24 está entre o 21 e 22. Esse livro, de modo geral, não possui divisão muito clara por capítulos e a pontuação é limitada, o que pode gerar alterações. Mas de modo geral ele segue o texto que conhecemos.

Existem outros textos escritos na mesma peça, antes da versão *Daodejing B*, conhecidos como *Huangdi Sijing* (黃帝四經), “Os Quatro Clássicos do Imperador Amarelo”, e que são tratados como uma espécie de introdução ao pensamento taoista da época, chamado de Huang-Lao <sup>2</sup>. É formado por quatro capítulos: o *Jingfa* 經

法, *Shiliu Jing* 十六經, *Cheng* 稱 e *Daoyuan* 道. Alguns estudiosos se referem a estes textos especificamente como *Manuscritos de Seda Huang-Lao* (FENG, 2017).

## Yi Jing

O Livro das Mutações é uma das mais importantes obras do pensamento chinês e o mais antigo livro conhecido dessa civilização, escrito há cerca de 3.000 anos. Fonte de inúmeros estudos com o passar dos milênios, foi objeto de veneração por Confúcio e fonte obrigatória de estudo para todos os intelectuais chineses e também japoneses e coreanos. Ter sido encontrada uma cópia dessa obra em Mawangdui foi um grande presente para seu estudo e vários especialistas se debruçaram sobre ele a fim de verificar as diferenças com as obras modernas, visto ser essa a cópia mais antiga já encontrada do *Yi Jing*.

O manuscrito consiste em duas peças de seda com aproximadamente 48 cm de largura, o primeiro com 85 cm de comprimento traz o texto do *Yi Jing* propriamente dito, chamado aqui de *Zhou Yi* <sup>3</sup>, que inclui os hexagramas e os descritivos de suas linhas, enquanto o segundo consiste em comentários escritos em 2.600 ideogramas em uma faixa sem muita precisão de comprimento por conta do elevado estado de desagregação que partiu o original em 16 pedaços aos ser examinado. Os comentários não tinham nome e esse texto foi chamado simplesmente de “Diversos discípulos perguntam” (*Ersanzi wen*), que é a primeira frase do texto. Uma outra peça de seda continha uma curta série de comentários, quatro ou cinco, com a mesma caligrafia do texto principal e similar à do *Daodejing B*, indicando possivelmente terem sido escritos pela mesma pessoa. Esses comentários receberam o nome de Declarações Anexadas (*Xici*).

No material o desenho do hexagrama fica na parte superior, seguido por seu nome, o texto sobre ele e os textos sobre as seis linhas, separados do texto principal por uma fileira de pontos.

Pela escrita e os termos usados acredita-se que esses textos todos tenham sido copiados por volta de 190 a.C. A versão de Mawangdui do *Yi Jing* foi publicada como transcrição em chinês primeiramente em 1984 e só quase dez anos depois surgiram imagens dos originais. Algumas partes do texto, e especialmente sua organização, diferem do texto conhecido atualmente.

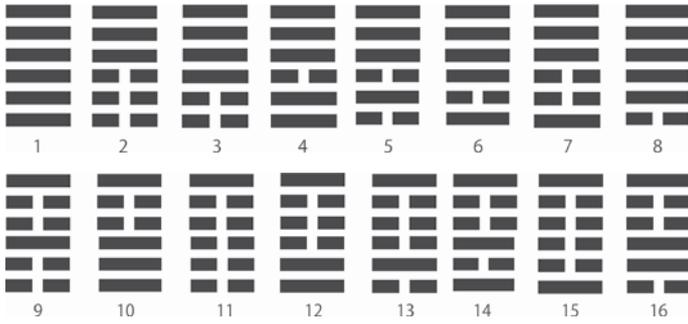
Um dos aspectos peculiares dessa versão é a ausência de termos tradicionalmente divinatórios e presentes nas edições atuais como “auspicioso”, “não auspicioso”, “sem danos”, o que é consistente com o que se conhece da época a partir de comentários da Dinastia Han Ocidental (SHAUGHNESSY, 1996). Também se nota a mudança em vários nomes dos hexagramas, embora o sentido geral permaneça e leve estudiosos chineses a acreditar em erros de grafia. A ordem dos hexagramas também oferece algumas diferenças, o que é mais importante. Enquanto nos textos atualmente utilizados os hexagramas se encontram em

<sup>1</sup> Essas cópias ficam atrás apenas do exemplar encontrado em 1993 nas escavações arqueológicas em Guodian (郭店), na província de Hubei, que se acredita ser de 278 a.C., época do Estado de Chu. Mas esse túmulo sofreu com a ação do tempo, da água e dos ladrões, de modo que esse exemplar está incompleto, com cerca de 31 capítulos dos 81 conhecidos. Os manuscritos de Mawangdui são, portanto, as mais antigas cópias completas dessa obra.

<sup>2</sup> Huang-Lao é uma fase do Taoísmo em que o pensamento de Laozi se encontra com o Tao do Céu (*Tiandao* 天道) representado pelo Imperador Amarelo, muito comum no final do Período dos Estados Combatentes e início das Dinastias Qin e Han. O historiador Sima Qian o coloca como uma escola taoista em sua essência. Mais informações podem ser encontradas em meu livro “Os Caminhos do Taoísmo”.

<sup>3</sup> O Livro das Mutações é mais conhecido como *Yi Jing* (易經) no Ocidente por conta dos clássicos de Confúcio, enquanto na China ainda se utiliza seu nome mais antigo, *Zhou Yi* (周易), as “Mutações de Zhou”, por ter sido escrito no início dessa dinastia.

Os primeiros 16 hexagramas na Ordem de Mawangdui



pares, espelhados ou invertidos <sup>4</sup>, no texto de Mawangdui eles se encontram em uma combinação onde o trigramas superior serve como base e forma grupos de oito trigramas, todos partilhando o trigramas superior e mudando apenas o inferior. Depois de oito hexagramas, o trigramas superior muda e o processo prossegue.

Um dos pesquisadores pioneiros no estudo da versão de Mawangdui do *Yi Jing* foi Liu Dajun, então professor da Universidade de Shandong. Ele elaborou uma tradução moderna do texto tradicional do *Yi Jing* em 1976 e acabou deixando-o de lado por conta de outros projetos. Em 1984 viu um artigo sobre os manuscritos de Mawangdui em uma publicação chinesa e dedicou-se ao seu estudo. Desse modo pode complementar a tradução que havia feito com as novas descobertas. Em 1987 terminou a primeira versão e a obra foi publicada em 1989, em chinês. A tradução em inglês só apareceu em 1995 <sup>5</sup>. Sua versão inclui apenas o texto principal e os das linhas, sem comentários adicionais, acrescido de muitas notas explicativas sobre os termos utilizados e sua eventual diferença com os achados de Mawangdui.

No Ocidente a referência nesse trabalho com os manuscritos de Mawangdui é a obra de Edward Shaughnessy. Ele foi o primeiro a utilizar o material chinês para realizar uma avaliação dos textos escavados e um estudo sobre suas diferenças e peculiaridades. Seu trabalho se estende não apenas pelo texto principal, mas também por todos os comentários e textos agregados, sendo nossa principal fonte de informações sobre o *Yi Jing* de Mawangdui.

**Qigong**

Junto aos manuscritos existia um rolo de seda com várias figuras cuidadosamente pintadas que representavam pessoas se exercitando, denominado *Daoyin Tu* (Diagrama de *Daoyin*). Essas figuras foram reconhecidas como posturas e exercícios de *Daoyin* (Qigong), graças a indicações em textos no próprio material e à similaridade com posturas já conhecidas dos especialistas nesse tipo de técnica. A Associação Chinesa de Qigong para Saúde definiu uma força tarefa para estudar o material. Sua descrição do manuscrito é essa:

No curso de restaurar estas literaturas antigas, os especialistas encontraram algumas pinturas de figuras truncadas; através de uma colagem cuidadosa, emenda e prensagem, pode-se identificar que é uma pintura em seda colorida descrevendo pessoas exercitando seu corpo, e em sua parte inicial, é transcrita em sucessão [dois textos médicos] Eliminar os Cereais e se Nutrir com

Qi (*Quegu Shiqi*) e o Clássico de Moxabustão dos 11 Canais Yin e Yang (*Yinyang Shiyi Mai Jiu Jing*). Afirma-se que esta pintura em seda tem aproximadamente 140 cm de comprimento e 50 cm de largura, em que a parte pintada com figuras tem aproximadamente 100 cm de comprimento e contém 4 camadas; é afirmado pelo Grupo de Estudos de Textos em Seda de Mawangdui que cada camada foi pintada com 11 pequenas figuras e cada figura tem uma altura média de 9-12 cm. Cada imagem mostra uma figura em uma postura de exercício; incluem tanto imagens masculinas quanto femininas, alguns vestindo roupas e alguns nus na parte superior do corpo; todas as imagens são pinturas coloridas em estilo elaborado, que foram delineadas com linhas pretas e preenchidas com vermelhão ou cinza ardósia com cores azuis. Exceto imagens individuais fazendo exercícios com aparelhos, todos as restantes estão fazendo exercícios à mão livre, sem preenchimento de fundo; ao lado de cada imagem há textos de instrução simples; devido à incompletude do material, esses textos puderam ser identificados ao lado de apenas 31 figuras <sup>6</sup>.

Com isso podemos ver que exercícios de Qigong existem na China de forma organizada há pelo menos 2.200 anos. Além disso, podemos constatar sua relevância naquele meio social pela qualidade e cuidado na edição do manuscrito e em sua inserção em um túmulo importante. Além dessa importância histórica, o material encontrado serviu como referência para a criação de um sistema moderno de Qigong de grande aceitação: o Mawangdui Health Qigong ou Mawangdui Daoyin Shu.

Mawangdui Daoyin Shu (A Arte Daoyin de Mawangdui) é uma série de exercícios criada a partir das imagens encontradas nos manuscritos de Mawangdui, reestruturado pela Chinese Health Qigong Association (CHQA) e difundidos pela International Health Qigong Federation (IHQF), órgãos oficiais ligados ao governo da China para pesquisa, divulgação e ensino do Qigong em todo o Mundo. Foram selecionados 17 movimentos a partir dos desenhos do manuscrito e desenvolvidos como uma série contínua, dentro dos parâmetros do Qigong e da Medicina Chinesa. A criação e o design de todo o conjunto do método é guiado por uma visão holística, e visa atingir o objetivo de construir e fortalecer o corpo através da drenagem de meridianos e vasos colaterais, harmonizando o Qi e o Sangue, e equilibrando Yin e Yang. Os movimentos são feitos para serem praticados com concentração mental focada ao longo dos meridianos, incorporando movimentos de subida e



Daoyin Tu

4 Conhecido como “Sequência do Rei Wen” ou “Sequência do Céu Posterior”, para se diferenciar da “Sequência do Céu Anterior”, desenvolvida por Shao Yong (1011-1077) e baseado na matemática binária.

5 Consegui adquirir o livro do prof. Liu Dajun em 1996 e foi minha primeira experiência com o material de Mawangdui. Ainda uso essa tradução por sua grande simplicidade e objetividade.

6 Origin, Development and Characteristics of Health Qigong - Mawangdui Daoyin Shu Exercise. Task Team for Health Qigong.

descida, flexão e extensão combinados com alongamentos. Sua popularidade tem aumentado em razão de seus efeitos benéficos na saúde.

Essa técnica foi trazida ao Brasil primeiramente em 2013 por uma delegação da International Health Qigong Federation a convite da Associação Brasileira de Qigong para a Saúde. Isso se deu apenas por conta dos esforços incansáveis do Dr. Cassiano Mitsuo Takayassu, conhecido promotor do Qigong e da Medicina Chinesa em nosso país e do apoio de Mestre Miguel Martin, da Espanha.

## Medicina Chinesa

Dentre os vários documentos encontrados em Mawangdui, um grupo denominado *Fangji* inclui vários textos sobre práticas médicas antigas, que podem ser usadas como referência sobre a medicina chinesa tal como se desenvolveu no período Pré-Qin (anterior a 221 a.C.)<sup>7</sup>. O conteúdo principal inclui medicina interna, cirurgia, moxabustão, massagem e outras áreas, incluindo técnicas médicas, receitas, exercícios e orientação sexual.

Embora a maioria desse material esteja escrita em seda, alguns volumes ainda são feitos de tiras de bambu, mostrando que pertencem a uma época de transição entre as duas formas de escrita e que alguns textos transcritos são possivelmente mais antigos. Alguns textos contêm descrições de meridianos ou canais, que atravessam o corpo. Cada capítulo começa com uma descrição do meridiano, seguido por uma lista das doenças associadas. A descrição acurada revela grande conhecimento anatômico, só possível pela dissecação cadavérica (SHAW; WINDER, 2019).

### Lista de textos médicos de Mawangdui (NASTARI-MICHELI, 2012)

#### Em seda:

- Clássico de Moxabustão dos Onze Vasos do Pé e Braço, Zu Bi Shiyi Mai Jiu Jing
- Clássico de Moxabustão dos 11 Vasos Yin e Yang, Yin yang Shiyi Mai Jiu jing
- As Leis dos Vasos, Mai Fa
- Sinais de Morte de Vasos Yin e Yang, Yin Yang Mai Si Hou
- Prescrições para 52 Doenças, Wushier Bing Fang
- Eliminar os Cereais e se Nutrir com Qi, Que Gu Shi Qi
- Imagens de Exercício de Alongamento, Daoyin Tu [44 Figuras – Alguns caracteres]
- Prescrições para Nutrir a Vida, Yangsheng Fang
- Prescrições para Cuidados Diversos, Za Liao Fang
- Livro da Geração do Feto, Tai Chan Shu [Na verdade, este manuscrito contém quatro unidades: dois desenhos e duas unidades com textos escritos e pode ser definido como um tratado médico ilustrado sobre gestação e nascimento, com muitos elementos mágicos e divinatórios]

#### Em bambu:

- Dez Perguntas, Shi Wen
- Juntando Yin e Yang, He Yin Yang
- Prescrições para Várias Magias, Za Jin Fang
- Discussão da Via Culminante sob o Céu, Tianxia Zhi Dao Tan



Prescrição para 52 Doenças (*Wushier Bing Fang*)

O texto chamado “Prescrições para 52 Doenças” (*Wushier Bing Fang*), por exemplo, não possui título específico, mas lista 52 tipos de doenças e suas várias prescrições e tratamentos. Embora não esteja muito bem preservado, traz 103 casos, 283 prescrições e 247 medicamentos, sendo o mais antigo documento de prescrição médica da China. Pode-se notar ainda uma presença de técnicas xamânicas (*wushu* 巫術) como a recitação de encantamentos, indicando que nessa época ainda havia uma mistura de práticas mais místicas com técnicas médicas sofisticadas, que se separaram de modo completo posteriormente e originaram a medicina chinesa como a conhecemos hoje.

O “Clássico de Moxabustão dos 11 Vasos Yin e Yang” (*Yinyang Shiyi Mai Jiu jing*) foi o primeiro livro chinês conhecido a descrever a conexão entre o pavilhão auricular e os olhos, bochechas e garganta, bem como os membros superiores, sendo um dos precursores da auriculoterapia (WIRZ-RIDOLFI, 2019).

Embora os manuscritos sobre medicina chinesa de Mawangdui sejam a maior coleção de literatura médica do início da Dinastia Han, o material encontrado em outras tumbas, datados entre 230 a.C. e o século I d.C., incluindo os textos médicos retirados de

Zhangjiashan, em Hubei, e Shuanggudui, em Anhui, complementam esses manuscritos e ampliam o conhecimento sobre a antiga medicina chinesa, mostrando que existe consistência e solidez no material encontrado em Mawangdui.

### Conclusão

Embora essas descobertas sejam maravilhosas, não é surpreendente que aconteçam em cada vez maior número. Em Roma não se pode cavar um buraco sem correr o risco de encontrar uma relíquia arqueológica, como ocorreu em 2006 quando uma escavação para construção de um estacionamento revelou uma necrópole em excelente estado de conservação que remonta há 2.000 anos. Na China isso não é diferente. Apesar de seu tamanho colossal, temos uma civilização com mais de 10.000 anos de história ininterrupta, algo *sui generis* na história da humanidade. A tendência é que esses achados espetaculares continuem a serem feitos nas décadas vindouras.

Muitas vezes quando narro a exuberância e a pujança da antiga civilização chinesa em meus cursos e palestras, sou tomado pelo entusiasmo de quem enxerga uma civilização surpreendentemente complexa e avançada em seus milênios de existência. Por isso algumas vezes sou taxado de “ufanista”, embora apenas diga a realidade. No caso da cultura chinesa, a mera realidade pode ser mais extraordinária que os contos de ficção e fantasia mais criativos.

As descobertas em Mawangdui apenas corroboram os relatos de sofisticação técnica e cultura exuberante que vemos constantemente em sua história. Esse material traz novas reflexões a todo um conhecimento que, em muitas ocasiões, se considerou perdido, mas que insiste em se manifestar novamente à luz do dia como para nos lembrar de que o conhecimento antigo não é ultrapassado, mas muito tem a nos ensinar.

De modo geral, e mais fortemente na cultura chinesa, conhecer as realizações e técnicas antigas pode nos ajudar a melhorar a vida de nossa gente, mesmo a milênios de distância.

### Para saber mais:

Primeira parte da técnica *Mawangdui Daoyin Shu*, retirada dos manuscritos:

<https://youtu.be/RAopyJepXac>

Artefatos de Mawangdui no Museu da província de Hunan:

<http://61.187.53.122/list.aspx?id=19&lang=en>

### Bibliografia

CHINA. Guia Visual - Folha de São Paulo. 3ª Edição. São Paulo: Publifolha, 2009

CHO, Yongjun. A Research on the Shamanistic Medical Activities as Seen in the Recipes for Fifty-two Ailments (五十二病方) Written in the Mawangdui (馬王堆) Silk Manuscript. Korean J Med Hist 28:755-786 December 2019

DONG, Hoon Shin; BIANUCCI, Raffaella; FUJITA, Hisashi; JONG, Ha Hong. Mummification in Korea and China: Mawangdui, Song,

Ming and Joseon Dynasty Mummies. BioMed Research International. Volume 2018, Article ID 6215025, 12 pages.

FENG, Cao. Daoism in Early China - Huang-Lao Thought in Light of Excavated Texts. New York: Palgrave Macmillan, 2017

HARPER, Donald J. Early Chinese Medical Literature - The Mawangdui Medical Manuscripts. Abingdon: Routledge, 2009

LIU, Dajun; LIN, Zhongjun. The I Ching: Text and Annotated Translation. Beijing: Shandong Friendship Publishing House, 1995

MURPHY, Daniel Anthony. A comparison of the Guodian and Mawangdui Laozi texts (2006). University of Massachusetts Amherst. Masters Theses 1911 - February 2014. 1265. Disponível em: <https://scholarworks.umass.edu/theses/1265>

NASTARI-MICHELI, Ernesto. Recherches sur les origines et la formation de la médecine traditionnelle chinoise - Un guide de référence du Classique de l'Intérieur de l'Empereur Jaune Huang Di Nei Jing et de ses origines. Paris: Springer-Verlag, 2012

Origin, Development and Characteristics of Health Qigong • Mawangdui Daoyin Shu Exercise. Disponível em: <https://www.pdfFiller.com/473364272--Origin-Development-and-Characteristics-of-Health-Qigong-Mawangdui-Daoyin-Shu-Exercise->

SHAUGHNESSY, Edward L. I Ching, the Classic of Changes translated with an introduction and commentary. New York: Bantam Books, 1996

SHAW, Vivien; WINDER, Isabelle C. Mawangdui Medical Texts: An Ancient Anatomical Atlas?. International Federation of Associations of Anatomists, 09 Aug 2019, London, United Kingdom, Poster, 2019.

WARING, Luke. Writing and materiality in the three han dynasty tombs at Mawangdui. Dissertação. Department of East Asian Studies. Universidade de Princeton, 2019

WIRZ-RIDOLFI, Andreas. The History of Ear Acupuncture and Ear Cartography: Why Precise Mapping of Auricular Points Is Important. MEDICAL ACUPUNCTURE. Volume 31, Number 3, 2019



**Gilberto Antônio Silva** - Jornalista, Escritor e Terapeuta especializado em Medicina Chinesa. Estuda e pratica Filosofia e Cultura Oriental desde 1977, sendo autor de 15 livros, a maioria sobre Taoísmo e Cultura Chinesa. Atual Coordenador Editorial da Revista Brasileira de Medicina Chinesa e Editor da revista Daojia, sobre Taoísmo e cultura chinesa.

Sites: [www.laoshan.com.br](http://www.laoshan.com.br) | [www.taoismo.org](http://www.taoismo.org)

# O Cultivo do Supremo Vazio em Laozi

Por: Chiu Yi Chih

## Capítulo 16

致虚极,  
zhì xū jí,  
守静笃。  
shǒu jìng dǔ.  
万物并作,  
wàn wù bìng zuò,  
吾以观复。  
wú yǐ guān fù.  
夫物芸芸,  
fú wù yún yún,  
各复归其根。  
gè fù guī qí gēn.  
归根曰静,  
guī gēn yuē jìng,  
是谓复命。  
shì wèi fù mìng.  
复命曰常。  
fù mìng yuē cháng.  
知常曰明。  
zhī cháng yuē míng.  
不知常, 妄作凶。  
bù zhī cháng, wàng zuò  
xiōng.  
知常容。  
zhī cháng róng.  
容乃公。  
róng nǎi gōng.  
公乃全。  
gōng nǎi quán.  
全乃天。  
quán nǎi tiān.  
天乃道。  
tiān nǎi dào.  
道乃久,  
dào nǎi jiǔ,  
没身不殆。  
mò shēn bù dài.

Alcançando o Supremo Vazio,  
resguardo-me em vigoroso silêncio.

Contemplo a manifestação  
e o retorno de todos os seres.

No florescer em profusão,  
cada ser retorna à sua raiz.

Retornar à raiz é o silêncio.  
Diz-se que é o Retorno ao Destino.

Retorno ao Destino é Constância.  
Conhecer a Constância é Iluminação.

Não conhecer a Constância é agir mal.  
Conhecer a Constância é Amplitude.

Amplitude é Justiça.  
Justiça é Totalidade.  
Totalidade é Céu.  
Céu é Dao.

O Dao é a Perenidade.  
Ao se desvanecer o corpo,  
nada estará em risco.

(Tradução: Chiu Yi Chih - extraído do  
livro "Dao De Jing" publicado pela Edi-  
tora Mantra)

## Comentário ao capítulo 16 do Dao De Jing

É preciso cultivarmos o estado do Supremo Vazio (虛極-xuji) e o Silêncio (靜-jìng) de maneira vigorosa. Nesse estado de ser vazio e silencioso, contemplaremos a nós mesmos e o mundo como se fôssemos um espelho límpido, manifestando a eficácia do brilho na sua plenitude luminosa a ponto de refletirmos em nossa natureza todos os seres do universo. Assim, de acordo com Laozi, se cada ser puder retornar à condição originária (各复归其根-gèfùguīqígēn) do Grande Dao, voltando a se enraizar na sua Fonte Primordial, ele será capaz de transcender o plano da Multiplicidade (no florescer em profusão, cada ser retorna à sua raiz). Por isso, ao se refugiar no seio da Unidade Transcendente da Vida/Destino (命-míng), poderemos comungar com a simplicidade da inocência (天真-tiānzhēn) como observa Wang Bang Xiong . Ao longo dos meus anos de prática do Tai-Chi e meditação com leitura/ensino do Dao De Jing, esse capítulo traz um ensinamento importantíssimo que é valioso para os dias atuais. O que Laozi nos ensina é que deveríamos retornar à Fonte da Vida, pois somente nesse movimento de retorno à nossa Natureza Originária, revela-se o caminho da Constância (常-cháng), ou seja, a essência do Dao Constante (天真-chángdào). Como disse no capítulo 1, Laozi concebe o Dao Constante como o Princípio Originário do Universo. Podemos nos perguntar: qual é o sentido do Dao Constante? Para Laozi, trata-se da força transcendente do Dao que é capaz de seguir as mudanças da natureza sem que ele mesmo jamais seja modificado. É por isso que ele diz no capítulo 25 que o Dao é solitário/independente (独立-dúlì) e constante/não-mutável (不改-bùgǎi). Ou seja, a essência metafísica do Dao é constante, porque é transcendente às limitações e condições espaço-temporais: informe/sem-forma (无形-wúxíng) e insonoro/silencioso (无声-wúshēng) como já nos ensina Wang Bi . Quando as coisas têm forma (形-xíng), elas estão limitadas pelas condições espaço-temporais: elas nascem, crescem, se desenvolvem, se deterioram e morrem. No entanto, somente o Dao é constante e independente de todas as contingências, porque somente ele não sofre de tais mutações, visto que é sem-forma, ou seja, está além de todas as determinações e limitações formais. Além disso, é perfeito, completo em si e sem diferenciação, e por isso, transcende a esfera de nossos sentidos físicos. Estamos sempre no plano da dualidade distinguindo o calor e o frio, o bem e o mal, o belo e o feio, o ganho e a perda e dificilmente ultrapassamos esse domínio de oposições. É por essa razão que Laozi sugere que quando praticamos o cultivo do Supremo Vazio podemos alcançar um lampejo dessa experiência que vai além do dualismo. Isso implica numa conexão com a Unidade Transcendente do Dao e, por isso, não podemos deixar de meditar sobre a essência do Dao Constante que é a Fonte Primeva da Vida. Ele gera as dez-mil coisas e cria as transformações, porém ele em si mesmo jamais se transforma!

Eis aí o paradoxo: o Dao acompanha os fluxos das mutações, a alternância das quatro estações, o ritmo cíclico da vida, ou seja, manifesta a sua onipresença e imanência em todos os fenômenos, mas ele mesmo permanece idêntico e uno na sua condição transcendente. Ora, mesmo sendo de essência transcendente (体-tǐ), ele possui a eficácia imanente (用-yòng) de manifestar incessantemente a sua concretude no âmbito da criação e conservação da vida. O Dao é Vazio (虚-xu) e Existência (有-yǒu) simultaneamente. É transcendente (Vazio), e ao mesmo tempo, imanente (Existência). Somos nós que estamos mergulhados na

ignorância e geralmente não conseguimos reconhecê-lo. Nessa perspectiva, basta que reconheçamos esse Princípio de todas as coisas: se o reconhecermos como nossa morada originária, vislumbraremos igualmente a nossa natureza originária e manifestaremos a verdade do nosso Eu Autêntico (自我的真实-zìwǒdezhēnshí). É que na dimensão profunda da essência somos todos iguais, porque a essência do Dao já nos acompanha desde os primórdios. Como revela Laozi no capítulo 14, se alcançarmos o nosso Dao Imemorial, saberemos como conduzir a existência atual (执古之道, 以御今之有-zhígǔzhīdào, yǐyùjīnzhīyǒu). Isso é tão simples e precioso, e no entanto, muitas vezes esquecemos desse princípio ancestral. É como se vagássemos a esmo sem uma morada, uma casa para se abrigar. Nossa mente se agita e se deixa ser governada por inúmeras forças externas que nos desviam do que é essencial. É nesse sentido que somos tão volúveis, tão inconsistentes, e por isso Laozi nos chama a atenção para lembrarmos de nossa casa e ainda nos dá o endereço, o mapa, ensinando que há uma casa para a qual devemos retornar: basta apenas que realizemos individualmente nosso caminho, retornando à essa raiz e manifestando a essência oculta que já reside intimamente dentro de nossa natureza.

Examinemos o exemplo da atividade de meditação dado pelo Laozi. Se observarmos os nossos pensamentos no estado de silêncio, perceberemos que nenhum deles tem existência constante. Ora emerge um pensamento, ora surge outro. Todos pensamentos são transitórios e inconstantes. Nenhum deles perdura. É nesse momento que nos ocorrerá a percepção do Vazio de todas as coisas, do Vazio do pensamento, do sentimento e de todas as outras instâncias fenomênicas. Nenhum fenômeno permanece imutável: tudo que aparece na nossa mente desaparece no interior dela mesma. Se fizermos constantemente essa meditação, alcançaremos esse Estado Supremo do Vazio, mas paradoxalmente esse Vazio não é um Nada, uma coisa negativa - noção muito comum na interpretação negativista do Taoísmo -, mas é um estado de plenitude de plena eficácia. É nesse Estado Supremo do Vazio que a Vida nasce e renasce, pois todas as coisas mudam e se transformam sem que o Vazio deixe de ser Vazio. É graças ao Vazio que a Existência de todas as coisas se sustenta. O Dao é Vazio, mas sua eficácia nunca se esvai como nos lembra Laozi (cap.4). É em virtude do próprio fato de ser Vazio que o Dao manifesta a sua força inesgotável. É claro que se não praticarmos o cultivo do Vazio e do Silêncio, agiremos com artificialidade, causando a perturbação mental a si e aos outros. Mas por que agimos com artificialidade? A artificialidade surge devido ao fato de querermos agir de maneira forçosa, isto é, impregnados de muitos pensamentos e desejos, agimos pela nossa mente com a intenção (有心-yǒuxīn) de interferir (干扰-gānrǎo) no curso dos acontecimentos. Assim, ao invés de observarmos atentamente os acontecimentos no seu processo natural e agirmos de acordo com as situações, acabamos por agir de maneira forçosa (有为-yǒuwéi). Em outras palavras, nossa ação forçosa (为-wéi) é permeada pela interferência de nossa mente (心-xīn) que justamente bloqueia o fluxo natural com a sua artificialidade. É por isso que Laozi concebe uma eficácia da Não-Ação: podemos agir sem nos fixarmos em nossos próprios pensamentos, desejos, caprichos, sentimentos e intenções. Tal atitude não significa passividade, indiferença ou inação ("não fazer nada"), como se os acontecimentos fossem produtos do

mero acaso. Trata-se simplesmente de agir pela Naturalidade (自然-zirán) da Não-Ação (无为-wúwei), ou como diz Wang Bang Xiong, agir no estado de Não-Mente (无心-wúxín) sem o apego (执着-zhizhúo) e em conformidade com as circunstâncias de um contexto mais amplo, com o que se chama de Caminho (道-dào), a saber, a ordem da totalidade.

Com efeito, a prática do silêncio possibilita que nosso ser esteja em harmonia com a essência do Dao, livrando-nos do apego mental, da artificialidade e da ignorância. O cultivo do Caminho não é adquirirmos mais conhecimento e bens externos, como se tivéssemos uma meta a ser perseguida (teleologicamente estabelecida). Se quisermos fazer algo, essa ação continuará sendo a ação de uma mente que deseja fazer, intervindo e modificando de acordo com seus caprichos e fins arbitrários. Daí a necessidade do ato de meditar que não quer dizer ficar parado, imóvel, em silêncio, numa espécie de morte estática. A meditação permite uma reviravolta radical. Laozi fala do ato de contemplar (观-guan) que é como se fosse um ato de ver, mas não no sentido físico. Trata-se de uma visão direta (直观-zhíguan), ou seja, de uma experiência de visão cuja verdade só adquire seu valor para aqueles que praticam a contemplação. A própria palavra "experiência" já nos remete ao domínio do tangível/empírico e, portanto, é extremamente reducionista. Não se trata de uma vivência ou de uma experiência no sentido empírico como se houvesse algo de natureza empírica que se contrapusesse a algo mais intelectual, abstrato e não-empírico. A própria palavra "contemplação" também é redutora, porque nos remete à ideia de um ato de distanciamento, de não-ação, de passividade ou algo parecido, como se estivéssemos olhando as coisas de maneira distante e essa contemplação fosse algo oposto à "ação". Por isso, trata-se mais do estado de ser onde somos banhados internamente pela luz da iluminação e do silêncio que não é senão a própria compreensão de que estamos conectados à essência transcendente/imanente do Dao. Nessa amplitude luminosa, sabemos que nossa essência é tão vasta, profunda e ilimitada que abraçamos todos os seres (assim como o Dao abraça o todo). Tal amplitude (容-róng) nos permite aceitar todas as dez-mil coisas (容受万物-róngshòuwànwù) e é justamente essa aceitação que nos aproxima da perenidade (久-jiǔ) do Dao sem que tenhamos mais o medo da morte e de outras vicissitudes pelas quais teremos de atravessar durante a nossa vida. Entretanto, se perseguirmos exclusivamente os bens externos como riquezas, poder, fama e

outras coisas inessenciais, nos afastaremos cada vez da nossa morada autêntica. Quando chegar a morte, é evidente que estaremos despreparados e amedrontados, pois, ao invés de termos cultivado a nossa natureza genuína e perene, o que cultivamos foi apenas algo efêmero e supérfluo. Se estivermos apegados aos bens externos, perderemos a nossa morada interna, a nossa natureza originária que é da mesma essência constante e perene do Dao. Dessa forma, sentiremos a morte como um acontecimento terrível e trágico.

## Referências Bibliográficas

Laozi, A sabedoria de Dao De Jing / Daodejingdezhihui道德经的智慧 (com comentários dos comentadores clássicos chineses Wang Bi e Su Zhe - traduzido por Huang Xian Sheng). Beijing: Xinchijiechuban, 2016.

Laozi, Dao De Jing; tradução de Chiu Yi Chih . São Paulo: Editora Mantra, 2017.

Xiong, Wang Bang (王邦雄). Laozi daodejingxingxiandaidejiedu老子道德經的現代解讀 (Laozi com comentários e notas). Taipei: YuanShu, 2010.



**Chiu Yi Chih (邱奕智)** é chinês naturalizado brasileiro, professor de filosofia chinesa clássica e de mandarim instrumental em cursos online. Filósofo, poeta e tradutor de obras clássicas taoistas como "Dao De Jing" de Laozi e "Vazio Perfeito" de Liezi, ambos publicados pela Editora Mantra. Praticante de Tai Chi e meditação. Mestre em Filosofia Antiga Grega (USP) e graduado em Letras (Grego Clássico-Português/USP). Busca sempre traçar diferenças e semelhanças entre o pensamento ocidental e oriental no sentido de trazer reflexões para a nossa vida contemporânea. Em breve, publicará seu livro de poemas "Osso Vazio" (Editora Contravento), a tradução comentada de "A arte da guerra" de Sun Tzu (Editora Mantra). Está terminando a tradução do livro "Ensinamentos de Bodidarma" que foi primeiro mestre e patriarca do Budismo Chan e de escrever seu livro "Caminho taoísta na pandemia". Visite seu site [www.mandarimtaoismo.com](http://www.mandarimtaoismo.com)

# Mini-curso de I Ching

Um curso completo para se iniciar no I Ching ou tirar dúvidas

História - Características - Trigramas e Hexagramas  
Filosofia - Estrutura dos textos - Uso oracular

☑ Quatro aulas ☑ Acesso direto ☑ Simples e objetivo

Taoísmo.Org

Totalmente  
gratuito!



# Uma jornada rumo à China desconhecida

EAD

## Curso de Introdução à História, Filosofia e Cultura da China

- Módulo 1 – Entendendo a China
- Módulo 2 – Filosofia e Política
- Módulo 3 – Economia e Sociedade
- Módulo 4 – Ciência, Tecnologia e Medicina

- ✓ Estude em casa, no trabalho ou onde preferir
- ✓ Certificação de 40 horas
- ✓ Quase 10h de vídeo-aulas
- ✓ Material didático incluso



### BÔNUS

Ganhe a versão digital do livro "China e sua Identidade"



<https://ead.ebramec.edu.br>



## Conheça o pensamento de quem conhece as artes marciais como ninguém



Uma coleção de entrevistas que vai mudar seu jeito de pensar as artes marciais

- Chan Kowk Wai (Kung Fu Shaolin do Norte)
- Gutemberg Livramento (Taijiquan estilo Chen)
- José Roberto Lira (Taekwondo)
- Makoto Nishida (Aikidô)
- Moisés Muradi (Jiu-jitsu)
- Morihiro Yamauchi (Karatê Goju-Ryu)
- Pham Xuan Tong (Qwankidô)
- Ranulfo Amorim (Hapkidô)
- Shigeru Kawabe (Aikidô)
- Thomaz Chan (Wushu)
- Tomeji Ito (Karatê Shotokan)
- Tony Garcia (Kung Fu Nam Pai)
- Wang Te Cheng (Kung Fu Yi Quan)
- Yang Zhenduo (Taijiquan estilo Yang)
- Yasufumi Murakami e Masao Hama (Shorinji Kempo)

- Biografias
- Histórico da entrevista
- Bastidores
- Notas pessoais do entrevistador

**Versão em papel:**  
<https://amzn.to/31W0P3i>

**Versão digital:**  
<https://go.hotmart.com/Y48517389K>



## A Filosofia Clássica Chinesa e a Crença no Sobrenatural

*Por: Ernani Franklin*

A filosofia clássica chinesa distingue-se pela notória ausência de superstição. Não há literatura clássica dessa época que abordasse, serena e soberanamente, essas profundidades da psique. No entanto seria errôneo supor ter faltado ao povo chinês o interesse por essa área da psique. Ela continuou a existir ao lado e sob a culminância da filosofia, o que é o caso sempre, quando o pensamento de alguns se eleva às alturas mais puras. O fato dessas camadas profundas da psique terem vindo novamente à tona teve relação com os tempos agitados do final do período clássico<sup>1</sup> com o desmoronamento da cultura antiga.

Anteriormente, as condições foram assinaladas por diversas circunstâncias. No confucionismo a corrente espiritual do norte, desde o início, deu ênfase ao culto dos ancestrais. Quanto a isso, o próprio Confúcio não tinha quaisquer superstições. O

culto dos ancestrais era para ele apenas a forma religiosa da realização do dever ético do amor filial após a morte dos pais. Intencionalmente, ele jamais se questionou claramente sobre se os mortos têm ou não consciência. Era, no entanto, compreensível que essa preocupação com a morte e os ritos fúnebres e os cultos aos ancestrais produzissem alguns efeitos. A crença em fantasmas, que originalmente nada tem a ver com o culto dos antepassados, encontrou nesse culto pelo menos um ponto de apoio; desenvolveu-se assim, através dos tempos, na crença popular, uma vasta hierarquia de deuses e de demônios dos mais variados, sendo todos eles de algum modo relacionados com as almas dos falecidos. A doutrina de Mo Ti (Mozi) – orientada anteriormente de forma tão racional e utilitária – ajudou, com seu resolutivo teísmo e a sua crença em seres superiores, a fortalecer mais ainda essa tendência. Os cétricos da cultura refinada e os materialistas resolutos não conseguiram se impor. Os deuses e demônios entraram novamente em jogo.

Mas a corrente do pensamento chinês do sul proporcionava também certos pontos de apoio a esse novo tipo de espírito. Já em Chuang-Tzu (Chuangzi) encontramos muitas parábolas de adeptos e “homens verdadeiros”, todos se apresentando, de algum modo, como magos “que não se afogam até mesmo quando as águas se elevam até o céu e não se queimam nem mesmo no fogo que derrete metais e as pedras”. Naquele tempo, nos círculos taoístas, desenvolveu-se a crença de que seria possível – durante a vida, com o corpo físico intacto – escapar à corrente de morte

<sup>1</sup> A época clássica da literatura chinesa é correspondente à época clássica da literatura grega e romana. As etapas de formação tiveram lugar do séc. VI ao IV a.c., no período da dinastia Chou (c. 1027 -256 a.c.). Dessa época são as obras de Confúcio, Mêncio, Lao Tzu (Lao Tsé), Chuang Tzu (Chuang Tsé) e outros grandes filósofos chineses. Culminou com a recompilação dos chamados cinco clássicos além de outros tratados filosóficos. Os cinco clássicos, além do Shijing (Livro das Odes ou Clássico da Poesia), antologia de poemas compostos em sua maioria entre os séc. X e VII a.C.; são o I Ching (Tratado das Mutações), livro que servia como oráculo; o Shujing (Livro dos Documentos), um conjunto de antigos documentos de Estado; o Liji (Memória sobre os Ritos), coleção de códigos e rituais; e o Chunqiu (Os Anais de Primavera e Outono), a história do Estado de Lu desde 722 até 481 a.C.. Do séc. VI até o séc. III a.C. foram escritas as primeiras grandes obras da filosofia chinesa, como os Analectos de Confúcio; os eloquentes debates de Mêncio, discípulo de Confúcio; o Tao Te King (Clássico sobre o Caminho e a Virtude - Tao Te Ching ou Dao De Qing), atribuído a Lao Tzu (Lao Tsé ou Laozi); e os ensaios de Chuang Tzu (Chuang Tsé ou Zhuangzi), outro grande filósofo taoísta. (Nota do Autor)

e renascimento e elevar-se, como gênio beato, à vida eterna. Percebe-se claramente que, em Chuang -Tzu, isso se relaciona a vivência mística de uma prática sublime de ioga, na qual “o coração permanece como cinza e o corpo como madeira seca”. Mas a tendência de enfeitar essas vivências para-intelectuais e de projetá-las no mundo cheio de cores dos contos de fadas da superstição, é muito fácil de compreender.

Além disso, acrescenta-se ainda que uma nova filosofia – criada pelo erudito Tsou Yän e sua escola – desenvolveu uma opinião dinâmica sobre a natureza, baseada nas forças dualistas – da luz e da sombra – tiradas do Livro das Mutações, e dos cinco estados da transformação – o da água, do fogo, do metal, do reino vegetal (madeira) e da terra – tirados do Livro dos Documentos; criou uma concepção dinâmica da natureza, que abriu amplamente as portas para a crença dos milagres. Surgiram então as ideias alquímicas. Pretendia-se utilizar as miraculosas forças secretas da natureza para produzir a “pílula de ouro”, o elixir da vida, que confere imortalidade ao corpo do homem.

Havia ainda motivos externos para a promoção dessas ideias. A cultura chinesa se expandiu a partir das águas do rio Amarelo. Nessa época, ela penetrou, pela primeira vez, na bacia do Yang-Tzu ( Yang-Tsé). Encontra porém ali, em lugar de uma tribo selvagem, uma cultura igualmente muito desenvolvida, embora de características bem diferentes. Nela se havia preservado, antes de tudo, uma florescente mitologia, rica de ideias e imagens. Essa mitologia passou então a exercer forte influência, sobretudo na corrente sulista da filosofia chinesa. Chuang -Tzu já extraía dessa fonte grande parte do rico tesouro de suas fábulas. Vemos as figuras dessa mitologia levarem, principalmente, uma vida colorida nas elegias de Ch'u, que, a partir de então, penetra largamente na literatura chinesa. Mas, com o avanço para o sul, chega-se ao mesmo tempo ao mar. A antiga cultura chinesa é continental. Agora ela estabelece contato com a esfera marítima. Como em toda cultura dessa espécie, surge agora o mito do sol ao lado do mito do mar. Aparecem assim os “Contos das Três Ilhas dos Bem-Aventurados”, ilhas que ficam em algum lugar do mar oriental, habitadas por espíritos bem-aventurados que se libertaram inteiramente da carga terrena.

É natural que o taoísmo, já muito ligado espontaneamente ao sul, acolhesse muito solícitamente esses novos mitos, pois há nele uma série de tendências que iam ao encontro desses mitos. É conhecido o pensamento pessimista de Yang Chu (o hedonista ou epicurista Yang Zhu – 370-319 a.c., cuja filosofia tem afinidades com o livro Liezi, escrito pelo filósofo taoísta do séc. V, Lie Yukou) e da fuga do mundo de Chuang-Tzu. Todas essas tendências constituem um ponto de apoio para imaginar um mundo além e melhor, em algum lugar perdido no espaço, para que os eleitos, fugindo da luta da vida, nele encontrassem a paz.

O motivo da prevalência dessa corrente no pensamento chinês foi, durante séculos, a nova religião, cultivada sobretudo por um grande número de príncipes dos séculos anteriores à era cristã. Os magos que possuíam todos esses segredos eram chamados Fangshi, o que se pode traduzir por “feiticeiros”. Eles eram muito bem vistos nas cortes dos príncipes que, favoravelmente, teriam acrescentado ao seu poder terreno também a imortalidade. Mais

de um desses príncipes morreu devido às estranhas misturas medicinais, fabricadas por seus magos. É muito curioso que os dois monarcas mais poderosos do período de transição se tenham apegado do mesmo modo a esse taoísmo mágico: T'sin Chi Huang Ti, após haver unido o mundo sob o seu cetro, queria também se assegurar do gozo do seu poder e reuniu grande número de magos de todas as procedências. Ele próprio peregrinava à montanha sagrada do leste, Taishan, à qual fez oferendas e cuja divindade – que tinha poder sobre a vida e a morte – exerceu a partir de então importante papel no taoísmo. Ele enviava mensageiros ao mar do leste; grande número de moços e moças navegaram para o mar desconhecido, a fim de descobrir as ilhas dos bem-aventurados. Esse soberano reuniu centenas de magos em sua corte para preparar o elixir da vida.

Mas o fundador da dinastia Han também simpatizava muito com o taoísmo. Muitos dos seus heróis e conselheiros estavam ligados às artes mágicas taoístas, como o enigmático Tung Fang Su, em que se via já depois de cem anos de sua morte, uma reencarnação de Lao Tzu, ou como o seu mais fiel amigo Chang Liang (189 a.c.). A lenda que se formou em torno de Chang Liang é característica: na juventude, ele encontrou um homem muito velho, que estava sentado e tinha deixado cair do pé uma sandália. Chang Liang apanhou-a respeitosamente; logo após o velho marcou um encontro com ele para dali a cinco dias, num lugar determinado, onde queria comunicar-lhe algumas revelações importantes. Chegando ao local, encontrou o velho, que já o esperava e ralhou com ele devido ao seu atraso, mandando-o vir em outro dia. Só na terceira vez, porém, Chang Liang, que não se deixara assustar, conseguiu chegar na hora. O velho deu-lhe então um livro, cujo estudo faria dele o preceptor do imperador. Ao mesmo tempo, mandou-o voltar treze anos depois ao mesmo lugar, onde ele, o velho, queria revê-lo. Explicou-lhe que adotaria a forma de uma pedra amarela (Huang Chi). O livro conferiu a Chang Liang a sabedoria com o qual granjeou o sucesso para seu senhor e amigo. Diz-se que, ao retornar àquele lugar treze anos depois, viu realmente uma pedra amarela e reconheceu nela o seu velho instrutor.

Um descendente de Chang Liang, nascido em 34 d.c, foi Chang Tao Ling. Era natural das margens do T'ian Mu Chan, na atual província de Chekiang, perto da foz do Yang-Tzu. Desde muito cedo já se dedicava aos ensinamentos taoístas. Diz-se que aos sete anos já dominava o Tao Te King; desprezava todas as honrarias e tesouros terrenos e rumou para o oeste, para o misterioso mundo das montanhas de Setchuan, hoje lugar de origem de todos os milagres e doutrinas secretas da China. Ali encontrou – após uma estada cheia de ascese e meditação -, de modo sobrenatural, o próprio Lao Tzu, que lhe deu um segredo escrito mágico. Posteriormente, ele voltou à Montanha do Dragão e do Tigre (Lung Hu Shan), na província de Kiangsi, onde obteve a imortalidade.

Seus sucessores e descendentes receberam, mais tarde, dos soberanos das dinastias Wei, T'ung e Sung, a posse de terras, tendo os mongóis também demonstrado a eles sua generosidade. O título T'ian Chi, “mestre do céu”, tornou-se hereditário na família. É o mesmo que ocorre com o Dalai Lama; trata-se sempre da mesma personalidade que se reencarna. Nesse caso é sempre Chang Tao Ling que se reencarna numa das crianças da família, por ocasião da morte do respectivo mestre do céu, o

que sempre é anunciado de modo sobrenatural. Algumas vezes a função de mestre do céu recebeu o nome de “papa taoista”. Não é de todo justo esse nome, porque o mestre do céu tem, na verdade, domínio absoluto sobre todos os demônios e espíritos, submetidos sem resistência às suas fórmulas mágicas; mas, em relação à “igreja” taoista – até onde se pode falar de uma – ele exerce apenas uma influência moral, sem base constitucional.

Até aqui nos foi possível acompanhar o desenvolvimento do taoismo. Sob a influência do budismo e na luta que travou contra a invasão deste, o taoismo evoluiu para algo inteiramente diverso do que originariamente estava contido nele(\*). Mas a apresentação dessas mudanças já não faz mais parte da visão geral do taoismo ligada a LaoTzu, mas da história geral das religiões da China.

(\*) Costuma-se fazer distinção entre taoismo filosófico, original, que remonta a Lao Tzu, antes de sectarismos e misticismos, e o taoismo religioso, respectivamente: Daojia e Daojiao. O taoismo religioso, monástico, dogmático e mágico seria aquele que, além do taoismo filosófico (baseado nos mesmos pressupostos e fundamentos), inclui rituais, templos, ordenações, divindades, doutrinas e um conjunto de costumes e crenças populares chinesas. [Nota do Autor]

*“Quem estima grandemente a Vida nada sabe da Vida; por isso tem Vida. Quem menospreza a Vida procura não perder a Vida; por isso não tem Vida. Quem estima a vida não age nem faz planos. Quem menospreza a vida age e faz planos. Quem estima o amor age, mas nada tem em vista. Quem estima a justiça age e tem planos. Quem estima a moralidade age e, quando não lhe fazem oposição, a provoca com grandes gestos. Por isso, se o Tao está perdido, a Vida também está perdida. Se a Vida está perdida, o amor está perdido. Se o amor está perdido, a justiça está perdida. Se a justiça está perdida, a moralidade está perdida. A moralidade é a insuficiência da fidelidade, é indigência de fé e o começo da confusão. A pré-ciência nada mais é que a aparência do Tao e o começo da loucura. Por isso o homem correto atém-se ao real e não às aparências. Ele vive no Ser e não na ficção. Rejeita esta e se atém àquela.”*

*Tao Te King / Lao Tzu / Cap. XXXVIII*

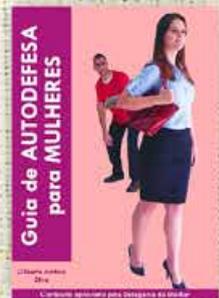
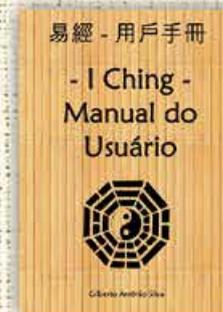
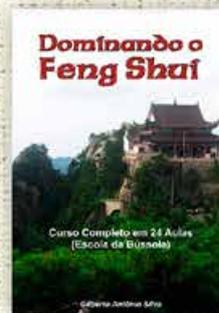
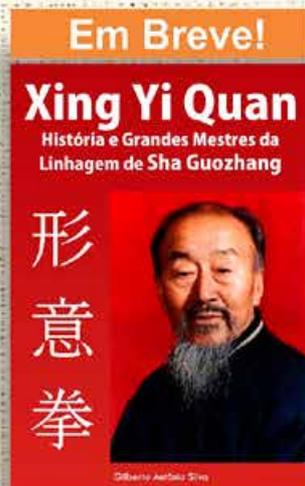
**Fonte:** Tao-Te King / O Livro do Sentido e da Vida / Lao Tzu  
 Texto e comentário de Richard Wilhelm / Tradução Margit Martincic / Editora Pensamento



*Pesquisa, adaptação e edição: Ernani Franklin*  
*Material de apoio: Grupo Tai Chi Pai Lin – Ba*

# Os livros que você sempre desejou, agora em versão digital

A sabedoria oriental acessível nos livros do Prof. Gilberto Antônio Silva



**LOJA DE EBOOKS**  
<http://taoismo.org/index.php/ebooks/>



**X Congresso Brasileiro  
de Medicina Chinesa**  
1 Congresso Internacional  
da Faculdade Ebramec

**24 à 30  
de maio**

**Evento Online**

**O Maior Evento de  
Medicina Chinesa no Brasil**

## 88 PALESTRAS

**TEMAS: Acupuntura e Moxabustão, Acupuntura Japonesa, Artes Corporais,  
Clássicos da Medicina Chinesa, Dietoterapia Chinesa, Fitoterapia Chinesa,  
Massoterapia, Medicina Chinesa Cosmética, Medicina Chinesa na Ginecologia e Obstetria,  
Medicina Chinesa na Oncologia, Mestre Tung, Microsistemas da Acupuntura,  
Práticas Integrativas e Complementares, Recursos Aplicados a Acupuntura, Veterinária**

**20 anos da Faculdade  
Ebramec**

**SERÃO 7 DIAS DE EVENTO**

**CONHEÇA NOSSOS APOIADORES**

**ESMTC**  
ESCUOLA SUPERIOR  
DE MEDICINA TRADICIONAL CHINA



**FEMTCI**  
FUNDACIÓN EUROPEA  
DE MEDICINA TRADICIONAL  
COMPLEMENTARIA E INTEGRATIVA



**PALESTRANTES INTERNACIONAIS**



<http://congresso.ebramec.edu.br/>

# 泉港

## Quangang, China: língua, música, geografia, religião e influência da diáspora

Por: Quince Pan

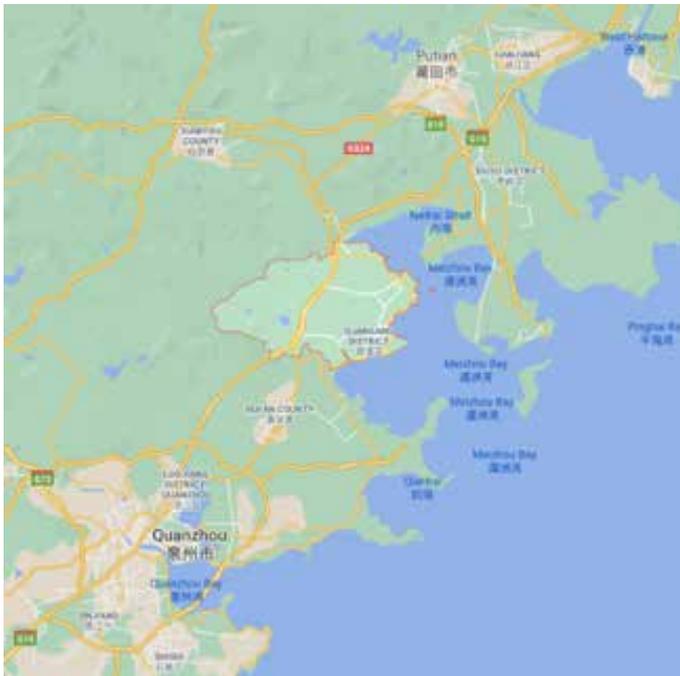
### Um lugar com muitos nomes

Quangang 泉港 é um distrito costeiro da cidade de Quanzhou 泉州 (Quangang District People's Government [QDPG], 2019). Em 981, o Imperador Taizong 太宗 da dinastia Song 宋 criou o Condado de Huian 惠安, no qual se encontra atualmente Quangang 泉港. Quangang era conhecido como o distrito de Huibei 惠北 (norte de Huian), pois se situava na fronteira norte de Huian 惠安 com Putian 莆田. Estas fronteiras permaneceram as mesmas por mais de um milênio até 21 de abril de 1996, quando Huibei foi separado de Huian e renomeado Xiaocuo 肖厝 (Casa de Xiao), uma zona econômica petroquímica com sua própria administração em nível de município. Como Xiaocuo soava como shaocuo 烧厝 "casa em chamas" no dialeto local, foi considerado pouco auspicioso e desvantajoso para a prosperidade econômica. Xiaocuo foi então renomeada Meigang 湄港 (Porto da Baía de Meizhou) em 1999, mas isto levou a uma confusão, pois a Baía de Meizhou 湄洲 estava sob a jurisdição da cidade de Putian, mas Meigang estava sob a jurisdição da cidade de Quanzhou 泉州. Após mais considerações, as autoridades locais propuseram o nome "Quangang" 泉港 ao

Conselho de Estado em Pequim. Em 12 de abril de 2000, Pequim aprovou o novo nome. Finalmente, o distrito de Quangang foi oficialmente estabelecido em 28 de dezembro de 2000.

### Dialeto Toubei

Há uma enorme diversidade linguística no distrito de Quangang 泉港, a tal ponto que os vizinhos falam línguas diferentes (Lai & Zhou, 2019). Os dialetos em Quangang podem ser amplamente classificados em três grupos seguindo um dialeto contínuo de sul a norte (Gooskens, 2018). No sul, as cidades Shanyao 山腰, Qianhuang 前黄, and Tuling 涂岭 falam o dialeto Huian 惠安. No norte, a cidade de Jieshan 界山 fala o dialeto Xianyou 仙游. Entre estas duas extremidades latitudinais encontram-se as cidades de Fengwei 峰尾, Houlong 后龙 e Nanpu 南埔, que falam os fascinantes dialetos Huian (泉州 Quanzhou Min Nan) e Xianyou (莆田仙游 Putian-Xianyou [Puxian]). Estas três "cidades gradientes" são coletivamente chamadas de Região de Toubei 头北. Correspondentemente, os dialetos lá se chamam "dialeto Toubei" 头北话 ou "dialeto Xialu" 下路话.



Fonte: Google Maps



Mapa do distrito de Quangang com as cidades marcadas. Retirado de [https://www.sohu.com/a/164963857\\_695459](https://www.sohu.com/a/164963857_695459).

Em todo o mundo, a pandemia da COVID-19 exigiu a democratização do conhecimento enquanto medidas de fechamento [lockdown] forçaram as pessoas a colaborar e compartilhar informações online. Gravações de áudio dos anúncios de saúde pública do governo da cidade de Quanzhou foram disponibilizadas online, apresentando a mesma mensagem lida nos dialetos Huian惠安(Quanzhou泉州), Toubei头北 e Xianyou仙游(Puxian) - os três falados em Quangang 泉港(Quanzhou City People's Government [QCPG], 2020). Isto é inédito, pois não há gravações públicas de um texto padronizado lido nesses três dialetos de Quangang de tão alta qualidade que permitem a comparação interdialeto

Frase	Gravação Quanzhou	Gravação Toubei	Gravação Puxian
	<a href="https://www.bilibili.com/video/BV1Tk4y1m7h5?p=1">https://www.bilibili.com/video/BV1Tk4y1m7h5?p=1</a>	<a href="https://www.bilibili.com/video/BV-1Tk4y1m7h5?p=2">https://www.bilibili.com/video/BV-1Tk4y1m7h5?p=2</a>	<a href="https://www.bilibili.com/video/BV-1Tk4y1m7h5?p=3">https://www.bilibili.com/video/BV-1Tk4y1m7h5?p=3</a>
新型 (nova)	/sin <sub>33</sub> hɪŋ <sub>24</sub> /	/tɪn <sub>24</sub> hɪŋ <sub>55</sub> /	/ɦin <sub>33</sub> hɪn <sub>34</sub> /
病毒 (doença)	/pin <sub>22</sub> tɔ̃ <sub>24</sub> /	/pɛn <sub>22</sub> tɔ̃ <sub>34</sub> /	/pan <sub>22</sub> tɔ̃ <sub>24</sub> /
出现 (apareceu)	/tshʊ <sub>32</sub> hɛn <sub>31</sub> /	/tshʊ <sub>23</sub> hɛn <sub>31</sub> /	/tshʊ <sub>32</sub> hɛn <sub>31</sub> /

Tabela para comparação interdialeto

As características putianas presentes em Toubei incluem o som [t] assim como a leniência de [th] a [l] em uma [th]-palavra inicial quando segue qualquer outra palavra, por exemplo, de 头 /thau<sub>24</sub>/ somente para 枕头 /tsim<sub>34</sub> lau<sub>55</sub>/ quando emparelhado (Dai, 2007).

Notavelmente, Toubei compartilha semelhanças com o Chaozhou 潮州话 ("Teochew"), dialeto falado em torno de cidade de Chaozhou 潮州, província de Guangdong 广东. Estas semelhanças incluem a vogal [ɛ] e o tom alto yang crescente 阳平, levantando a questão de como e por que Toubei 头北 está relacionado a uma língua falada a quase 400 quilômetros de distância. De acordo com a Web da Cultura Putiana (2012), ondas do povo Putiano 莆田 fugiu para Chaozhou 潮州 para escapar da guerra e do conflito desde o final da Dinastia Tang 唐 - com a maior onda ocorrendo no final da Dinastia Song 宋 nas invasões mongóis - sugerindo que o Teochew é descendente de Puxian 莆仙 e influenciado pelo vizinho Zhangzhou 漳州. Da mesma forma, Toubei 头北 é uma mistura de Puxian 莆仙 e Quanzhou 泉州 (Lian, 2012), que por sua vez está intimamente relacionado com o dialeto Zhangzhou 漳州, sendo assim responsável pelas semelhanças entre Toubei 头北 e Teochew. Empiricamente, esta tese é apoiada por Lin e Fan (2010), que adotaram uma abordagem lexicostatística utilizando o algoritmo de distância Fitch-Margoliash nos dados de fala dialetal para obter a seguinte árvore filogenética dos dialetos Min Nan. Teochew é representado por Jieyang 揭阳 no diagrama.



### Música de Beiguan

A música Beiguan 北管 ("Flauta do Norte") chegou pela primeira vez a Quangang 泉港 através do comerciante de sal de Fengwei 峰尾, Liu Yonglai 刘永赖 (1852-1926), que enviou sal de Quangang 泉港 para Beijing 北京, Shanghai 上海, Jiangsu 江苏 e Zhejiang 浙江 (QDPG, 2019). Exposto à música de outras partes da China através de suas viagens mercantis, Yonglai trouxe as melodias de volta para Quangang e as executou em sua cidade natal. Os habitantes de Quangang se apaixonaram imediatamente pela música e começaram a produzi-la e ensiná-las, o que foi chamado de Beiguan 北管. Beiguan também é conhecido como Beiqu 北曲 ("músicas do norte"), Xiaou 小曲 ("pequenas melodias"), Xiaodiao 小调 ("pequenos tons"), ou Quzai 曲仔 ("mini-canções").



Beiguan performance em um pátio de templo. Retrieved from <https://new.qq.com/omn/20191014/20191014A0R9A000.html>.

O repertório Beiguan 北管 consiste em mais de 220 músicas indexadas divididas em duas categorias: qu 曲 ("canções") que são cantadas e pu 谱 ("folhas") que são tocadas (Huang, 2019). Qu 曲 ("canções") são descendentes de músicas populares de Anhui 安徽, Jiangsu 江苏 e Shanghai 上海, e são tipicamente cantadas em mandarim por 5 a 6 adolescentes, acompanhadas de gongos e címbalos. Exclamações como "oh!" e "ah!" são comuns em qu 曲 ("canções"), características das músicas folclóricas de Anhui, Jiangsu e Shanghai. Pu 谱 ("folhas") são descendentes da música folclórica de Guangdong, Jiangnan 江南 música sizhu 丝竹 e instrumentos de ópera de Pequim, e são tocados com instrumentos de corda e sopro acompanhados por percussão de madeira. Pu 谱 ("folhas") os conjuntos compreendem tipicamente de 7 a 10 membros.

Durante a Revolução Cultural, Beiguan 北管 foi considerado demoníaco e muitas partituras de música Beiguan foram confiscadas e destruídas (Huang, 2004). Em 2006, Beiguan foi admitido na lista de Patrimônio Cultural Nacional Intangível da China. Em 2014, Quangang foi oficialmente rotulado como "a cidade natal da cultura musical beiguan chinesa". Com base nos dados de Huang (2019), este autor criou a seguinte tabela mostrando a distribuição de Instituições Beiguan 北管 na China Continental.

	Distrito de Quangang	Cidade de Quanzhou	China
Institutos de Pesquisa	1		
Conservatórios	7	2	
Mestres Designados		14	2
Conjuntos	18 (>250 músicos)		
Centros de Patrimônio	11 (>300 músicos)		
Clubes Escolares	6 (>200 músicos)		

Quangang Beiguan compartilha uma ancestralidade comum com o Beiguan taiwanês, que agora é reconhecido como uma das formas musicais tradicionais de Taiwan (Lin, 2019). Seguindo a diáspora chinesa, muitas sociedades beiguan do exterior surgiram em Hong Kong, Macau, Taiwan, Malásia e Cingapura.

### Cidade de Fengwei town: importância estratégica e planejamento urbano

A cidade costeira de Fengwei 峰尾 ("Cauda do Pico") ocupa a península epônimo no sul de Quangang 泉港. É a única cidade pré-moderna em Quangang (QDPG, 2019). Ao longo da história, Fengwei era também conhecida como Fenghuodao 烽火岛 ("Ilha da Chama") e Guifeng 圭峰 ("Pico da Placa de Jade"). Uma etimologia alternativa afirma que Guifeng tinha o apelido de Fengxue 蜂穴 ("Caverna da Abelha"), e a cidade foi nomeada Fengwei 峰尾 ("Cauda da Abelha"), pois a península tinha o formato de um abdômen e ferrão de abelha, que mais tarde foi alterado para o homônimo Fengwei 峰尾 ("Cauda do Pico").

Situada na abertura sul da Baía de Meizhou 湄洲湾, a península Fengwei era naturalmente adequada para ser uma estação estratégica de defesa naval contra piratas e invasores marítimos (Zhang, 2020). A corrente de Fengwei, fluindo para a Baía de Meizhou, fornecia água doce para os habitantes e soldados locais. Na dinastia Yuan 元 (cerca de 1300), a Torre Guifeng 圭峰塔 foi construída no topo no Monte Yandun 烟墩山 (30,7 m) na ponta leste da península de Fengwei como torre de vigia e marco de navegação para a passagem de navios. Na dinastia Ming 明 (cerca de 1630), a Torre de Guifeng desmoronou devido à intempérie e à decadência. Em 1798, durante a dinastia Qing 清, a Torre Guifeng foi reconstruída e está no Monte Yandun 烟墩山 desde então.

O cume sul da península também fez com que fosse propício o estabelecimento de uma cidade na costa norte da península, pois o cume abrigou a cidade dos fortes ventos do sudoeste. Junto com Monte Haijing 海景山 (23 m), uma colina menor na costa sul da península de Fengwei, o Monte Yandun formou a base geométrica do planejamento urbano da cidade de Fengwei. De acordo com Zhang (2020), o centro da cidade de Fengwei foi definido como estando a aproximadamente 800 metros dos picos do Monte Yandun e do Monte Haijing. Entretanto, não havia nenhuma indicação de que o centro da cidade de Fengwei fosse de fato o centro geográfico da área. Após mais análise, este autor confirma que o centro da cidade de Fengwei é de fato o centroide (centro geográfico) das planícies costeiras da península de Fengwei, e é coincidentemente equidistante tanto do Monte Yandun quanto do Monte Haijing - precisão notável para o planejamento urbano medieval.



Mapa de Zhang (2020), com contorno amarelo da planície e centróide vermelho gerado pelo autor usando o software Inkscape.

O eixo central de Fengwei foi assim definido para ser a linha que passa pelo centro da cidade e o pico do Monte Yandun. A partir deste eixo, um sistema de grade foi estabelecido e os limites da cidade foram traçados. Os três templos mais proeminentes de Fengwei - Templo Dongyue 东岳庙, Templo Yilie 义烈庙 e a Instituição Yongquan 永全社 - estão espalhados pela cidade, circundando tanto a cidade quanto a costa, fornecendo assim cobertura espiritual para os habitantes da cidade e para os pescadores. Os moradores de Fengwei atribuem a prosperidade econômica de sua cidade às bênçãos deste triângulo espiritual. A pesca é o sustentáculo da economia de Fengwei. No seu auge em 1932, Fengwei tinha 184 barcos de pesca e mais de 800 pescadores (Liu, 2015). Durante a Segunda Guerra Sino-Japonesa, Fengwei experimentou uma prosperidade econômica surpreendente e foi apelidada de "Pequena Xangai". Em particular, anedotas históricas dizem que os pescadores de Fengwei evitaram o desastre muitas vezes devido à proteção divina e bênçãos do Templo Yilie 义烈庙.

### O Templo Yilie

O Templo Yilie 义烈庙, também conhecido como Templo Guma 姑妈宫, é dedicado a Guma Niangniang 姑妈娘娘 (Lady Aunt), a figura histórica divinizada Liu Yiniang 刘益娘 (1499-1518), venerada pelos habitantes de Fengwei por sua bondade, magnanimidade e heroísmo. Sua história é bem documentada e pode ser contada por praticamente todos em Fengwei.

Yiniang nasceu em Fengwei no 17º dia do 11º mês lunar em 1499. Com alguns meses de idade, Yiniang podia falar. Com apenas um ano de idade, ela conseguia andar. Durante toda sua infância, ela demonstrou uma excepcional maturidade emocional e intelectual. Ela era respeitosa com todos e descrita pelos habitantes locais como "gentil e sensata". Quando os pescadores estavam no mar, Yiniang se preocupava com sua segurança e não conseguia dormir à noite. Especialmente durante a pesca noturna, ela se posicionou na praia ou Pico Weishanpu 尾山埔 desde o anoitecer até o amanhecer, para que ela pudesse acender um sinal para guiar os barcos de pesca de volta à costa em caso de qualquer emergência no mar. Todos em Fengwei a adoravam e a elogiavam.

Em 1517, quando Yiniang tinha dezoito anos, ela foi noiva da família Cheng 程 na Aldeia Guocuo 郭厝. Um ano depois, em 1518, quando

caminhava com seu irmão mais novo para a casa de seu marido em Guocuo a partir de sua casa materna em Fengwei, a dupla passou por uma plantação de cana-de-açúcar em Guocuo. Seu irmãozinho queria comer um pouco de cana-de-açúcar e fez uma birra. Por simpatia, Yiniang usou um cordel vermelho para amarrar duas moedas de bronze a uma plantação de cana de açúcar como pagamento, e quebrou alguma cana-de-açúcar para seu irmão consumir. Tendo acabado de chegar, o proprietário da plantação viu as ações de Yiniang e se lançou em disparada contra ela. Ele esbofeteou brutalmente Yiniang no rosto. Totalmente humilhada por este incidente, Yiniang se enforcou na casa de seu marido naquela mesma noite.

Indignados com sua morte injusta, os habitantes da cidade de Fengwei se comprometeram à sua lembrança e, mais tarde, à reverência: divinizando-a, esperando que seu "coração materno socorra o mundo" 婆心济世- palavras esculpidas em uma placa pendurada no altar principal. A aristocracia Fengwei criou um ídolo dourado de Yiniang e o colocou em sua casa ancestral como um lugar de culto para os habitantes da cidade. Por volta de 1544, seus parentes da família Liu construíram um santuário em sua homenagem, chamando-o carinhosamente "Templo da Tia 姑妈宫". O Templo da Tia atraiu muitos devotos de longe e de longe, e logo alcançou sua plena capacidade. Em 1621, um grande templo novo foi construído fora do portão ocidental da cidade de Fengwei, na costa da baía de Meizhou. À luz da "pura iluminação e magnitudinal retidão, com caráter verdadeiro e retidão firme" de Yiniang, o templo foi oficialmente nomeado Templo Yilie "Templo da Retidão e Lealdade Reta" 义烈庙. O Templo Yilie que hoje se ergue foi construído em 2010 com o apoio das comunidades de Taiwan e Singapura relacionadas a Fengwei (Liu, 2013).



Imagem de 刘益娘 Liu Yiniang, 姑妈娘娘 Guma Niangniang, no 义烈庙 Templo Yilie. Retirado de <https://v.qq.com/x/page/u0554viww2y.html>.



“婆心济世 coração materno socorra o mundo” placa pendurada no altar principal. Retirado de <https://v.qq.com/x/page/u0554viww2y.html>

Todos os anos os habitantes de Fengwei celebram o aniversário de Yiniang com orações em massa e festividades dentro e ao redor do templo. É costume vestirem-se de vermelho da cabeça aos pés. Os locais têm observado que todos os anos, no aniversário de Yiniang, um par de golfinhos nadava pela costa em frente ao templo e balançavam a cabeça acima da água como se estivessem se curvando em oração.



姑妈生 Festividades do Aniversário de Guma. Retirado de <https://v.qq.com/x/page/u0554viww2y.html>.

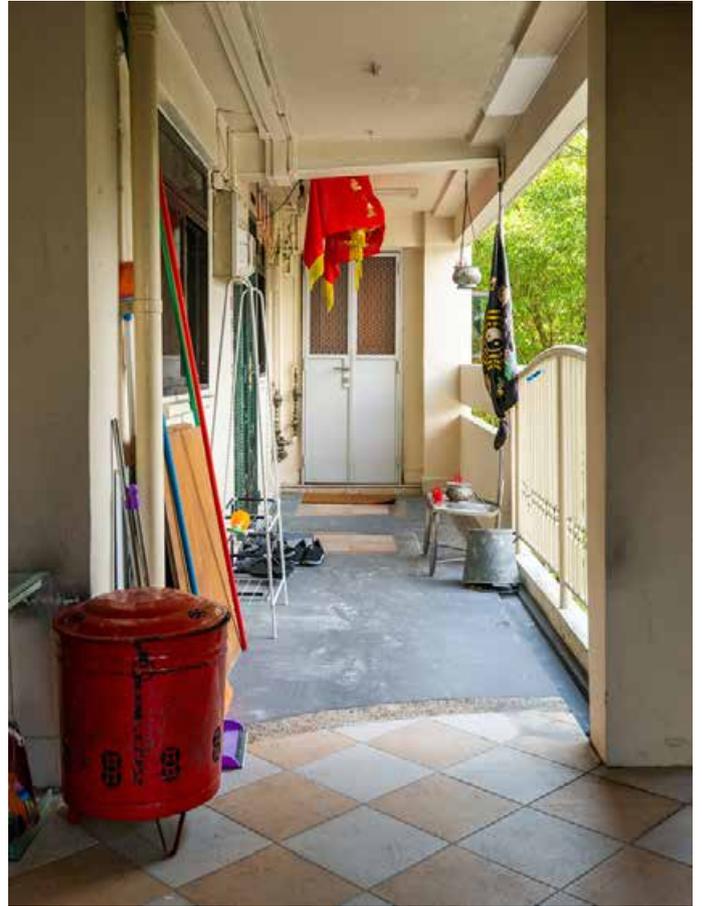


义烈庙 Templo Yilie. Figuras retiradas de <https://kknews.cc/zh-my/travel/g3nj8z9.html>.

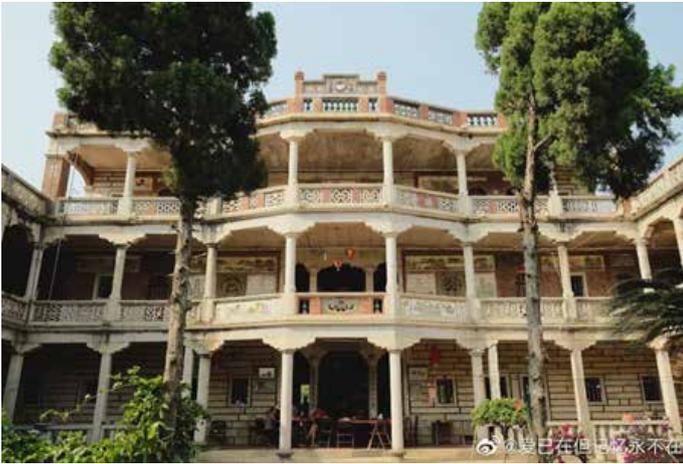
## Influência da Diáspora em Quangang

Com uma longa história de ser um centro de comércio internacional, Quangang tem desfrutado de frequentes interações diaspóricas multiculturais. No final do século XIX, a cidade portuária de Liucuo 柳厝 no nordeste de Quangang foi o porto de exportação designado para todos os produtos do condado de Huian 惠安 com destino a Taiwan ao leste, o arquipélago malaio ao sul e Qingdao 青島 e Japão ao norte (QDPG, 2019).

Como o povo quangang emigrou para o sudeste asiático e Taiwan, eles trouxeram suas culturas junto com eles. Um exemplo é o Templo Yilie em Cingapura, coberto por Victor Yue (2020) no Volume 5, Edição 14 desta revista. O templo está localizado em um apartamento desocupado - uma visão intrigante mas comum em Cingapura, que é uma terra escassa. Seu endereço é #06-450, Bloco 5 Telok Blangah Crescent, Cingapura 090005. As visitas são somente com hora marcada. Este autor, que também é um fotógrafo documental, visitou recentemente este templo e tem o prazer de compartilhar as seguintes fotografias.



A comunidade diaspórica de Quangang também trouxe de volta culturas cosmopolitas do sudeste asiático. Exemplos dessas influências incluem o empréstimo da palavra "sampana" 舢板 ("pequeno barco" na língua malaia) (Liu, 2015) e os estilos arquitetônicos do Quangang 南洋厝 "Southeast Asian buildings" com distintas colunas neoclássicas toscanas.



Um 南洋厝 "Southeast Asian building" na vila de 界山 Jieshan. Retirado de <https://wx1.sinaimg.cn/mw1024/b9fa900dgy1gh5vivx400j21uo18gnb3.jpg>.



A 南洋厝 "Southeast Asian building" com "Goh Lai Huat" colocado entre os tijolos de empena. "Goh Lai Huat" é a romanização inglesa do nome 吴来发 em Hokkien, provavelmente o proprietário do imóvel que trabalhou na Malásia Britânica. Retirado de <https://wx1.sinaimg.cn/mw1024/9e496648gy1g5mhwajenfj218r0u0kjl.jpg>.



观海楼 Guanhai Building na vila de Fengwei. Retirado de [https://twgreatdaily.com/zh-cn/pO6fW31BnkjB-0z8\\_dr.html](https://twgreatdaily.com/zh-cn/pO6fW31BnkjB-0z8_dr.html).

## Conclusão

Quangang 泉港 é um distrito fascinante com uma esfera internacional de influência cultural desproporcionalmente grande devido à sua língua, música, geografia, religião e comunidades das diásporas. Quase não existe literatura anglófona/ocidental sobre o mundo cultural de Quangang - uma carência que foi o impulso para este artigo. Este autor espera que este artigo - o primeiro de seu tipo em inglês/português - seja capaz de colocar Quangang no centro das atenções e despertar maior interesse pelo Quangang entre o público de todo o mundo.

Este artigo é dedicado à avó do autor, Lâu Giòk-niù, que é de Fengwei 峰尾.

## Referências

Dai, L. G. (2007). Putianhua "Xinyue Quanshu fu Shipian" (1912) suojian yinxi [Phonology as seen in the Putian dialect New Testament and Psalms (1912)]. *Zhongguo yuwen*, 2007(1), pp. 35–45.

Gooskens, C. (2018). Dialect intelligibility. In Boberg, C., Nerbonne, J. & Watt, D. (Eds.), *The handbook of dialectology* (pp. 204–218). Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118827628.ch11>.

Huang, J. H. (2004). Fujian Quangang Beiguan gaishu [Overview of Fujian Quangang Beiguan]. *Jiaoxiang*, 23(1), pp. 11–15.

Huang, J. H. (2019). Guojiaji feiwuzhi wenhua yichan — Quanzhou Beiguan baohu, chuancheng de shijian yu tan suo [National intangible cultural heritage — The practice and exploration of the protection and inheritance of Quanzhou Beiguan]. *Tonghua shifan xueyuan xuebao*, 2019(11), pp. 19–23. <https://doi.org/10.13877/j.cnki.cn22-1284.2019.11.004>.

Lai, X. L., & Zhou, H. J. (2019, June 14). Zoujin Quangang fangyan de dute shijie: sanli butong yin, yicun duo fangyan [Enter the unique world of Quangang dialects: different sounds every three hamlets, many dialects within a village]. *Quanzhou tong*. Retrieved from <http://www.qztqz.com/p/59378.html>.

Lin, T. S., & Fan, Y. (2010). Min fangyan de ciyuan tongji fenlei [A lexicostatistic classification of the Min dialects]. *Yuyanxue*, 9(6), pp. 661–669.

Lin, Y. X. (2019). Cong minjian changyu dao wenhua xiangzheng — Tan liangan Beiguan yinyue de zhuanxing yu zaisheng [From folk arena to cultural symbolism — Exploring the transformation and rebirth of cross-strait Beiguan music]. *Renmin yinyue*, 2019(5), pp. 34–38.

Liu, W. B. (2015). Quanzhou Guifeng shiji yu haiyang wenming tanxi [Investigation and analysis of the historical vestiges and maritime civilisation of Guifeng, Quanzhou]. *Quanzhou shifan xueyuan xuebao*, 33(1), pp. 16–18.

Liu, Z. H. (2013). Quangang Fengwei Yilie miao [Quangang Fengwei Yilie temple]. Retrieved January 12, 2021, from [http://blog.sina.com.cn/s/blog\\_57556b7f0101n6d2.html](http://blog.sina.com.cn/s/blog_57556b7f0101n6d2.html).

Putian Culture Web 莆田文化网. (2012, July 12). Putianhua liuxing diqu [Geographical distribution of Putian dialect]. Retrieved from <http://www.ptwhw.com/?post=4210>.

Quangang District People's Government 泉港区人民政府. (2019, April 16). Difang zhanggu [Local anecdotes]. Retrieved from [http://www.qg.gov.cn/zjqg/whjd/dfzg/201904/t20190416\\_1753976.htm](http://www.qg.gov.cn/zjqg/whjd/dfzg/201904/t20190416_1753976.htm).

Quanzhou City People's Government 泉州市人民政府. (2020, January 29). Yiqing zenme fang: Quangang sanzong fangyan "cuncun xiang" [How to safeguard against disease: Three dialects of Quangang ring through the villages]. Retrieved from [http://www.quanzhou.gov.cn/zfb/xxgk/zfxgkzl/qzdt/xsqdt/202001/t20200129\\_2023159.htm](http://www.quanzhou.gov.cn/zfb/xxgk/zfxgkzl/qzdt/xsqdt/202001/t20200129_2023159.htm).

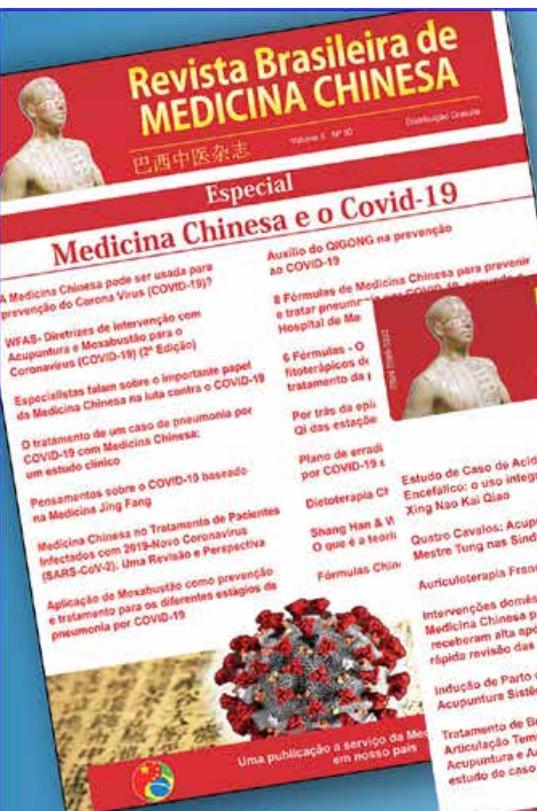
Quanzhou History Web (n.d.) Quanzhou Ru, Dao, Shisimiao [Quanzhou Confucian, Taoist, Buddhist temples]. Retrieved January 5, 2021, from <http://www.qzhnet.com/qzh11.htm>.

Yue, V. (2020). Diáspora de uma pequena vila em Fujian, China [Diaspora of a small village in Fujian, China]. Daojia: Revista Eletrônica de Taoismo e Cultura Chinesa, 5(14), pp. 25–27.

Zhang, J. (2020). Zhongguo gudai haifangxing chengshi yingzao chutan — Yi Quanzhou Fengweicheng weili [A preliminary exploration on the construction of sea self-defense cities — Using Quanzhou's Fengwei city as a case study]. Huazhong jianzhu, 2020(10), pp. 103–108. <https://doi.org/10.13942/j.cnki.hzjz.2020.10.023>.



**Quince Pan** é um fotógrafo documental e cineasta de Cingapura, atualmente esperando para estudar Filosofia, Política e Economia na universidade depois de servir como agente de alistamento na polícia. Como profissional da mídia, seu trabalho tem sido apresentado internacionalmente em 3 prêmios, 4 exposições, 2 livros e 5 periódicos. Em 2018, ele se formou no Programa de Humanidades no Instituto Hwa Chong, Cingapura, onde estudou Filosofia, Literatura Inglesa, Matemática e Economia, e obteve uma nota perfeita de 90/90 com notas 'A' para todas as disciplinas. Ele está interessado em fotojornalismo, herança cultural, Hokkien, as filosofias de Hume, Wordsworth e Zhuangzi, e as ciências sociais em geral.



## Revista Brasileira de Medicina Chinesa

- Literatura clássica e estudos de caso
  - Moxabustão
  - Fórmulas fitoterápicas chinesas
  - Estudos clínicos
  - Qigong
  - Filosofia
  - Cultura chinesa
  - Dietoterapia
- e vários outros artigos tradicionais e científicos

A mais importante publicação da área na América Latina

Acesse gratuitamente todas as edições aqui:

<https://ebramec.edu.br/nossa-revista/>

Leitura  
Indispensável

# FACULDADE EBRAMEC

Primeira faculdade especializada em  
Medicina Chinesa de São Paulo



## Estrutura

- 16 Salas de Aulas Amplas
- 2 Auditórios Multiuso
- Sala de Informática
- Cafeteria Interna para Maior Comodidade
- Biblioteca Especializada com Mais de 2.500 Títulos
- Laboratório de Fitoterapia com Mais de 400 Exemplares
- Salas de Estudo com Acesso a Internet
- 2 Ambulatórios para Alunos (Prática Clínica) e Pacientes
- Sala de Artes Corporais
- 4100 Metros <sup>2</sup>

## Diferenciais

- Convênios e Parcerias Nacionais e Internacionais
- Cursos Profissionalizantes de Formação e Pós-Graduação
- Ambulatório Prático para Pacientes Todos os Dias
- Cursos Voltados à Medicina Chinesa
- Cursos Especiais
- Corpo Docente Altamente Qualificados
- Tradição e Modernidade



**A MAIOR ESTRUTURA PARA  
SUA MELHOR FORMAÇÃO**

- (11) 2662-1713
- (11) 97504-9170
- faculdadeebramec
- www.ebramec.edu.br



# Qigong Baduanjin

## Sétima Sequência ou Segmento

### Cuan Quan Nu Mu Zeng Qi Li

攢拳怒目增气力

## "Lançar os Punhos com Olhos Brilhantes (enérgicos), para Melhorar a Energia dos Músculos".

*Por: Miguel Martín*

### Teoria da peça

De acordo com a Medicina Chinesa, os domínios energéticos do Fígado incluem, entre outros tecidos e funções corporais, a saúde dos tendões e dos músculos. A força gerada pelos músculos e tendões é chamada de Qi Li (força muscular). Os olhos também têm uma conexão óbvia com o Fígado. Na Medicina Chinesa, pensa-se que os olhos são as janelas do Fígado para o mundo exterior, e o Fígado pode ser afetado negativamente quando os olhos se tornam excessivamente gananciosos para o mundo materialista ao nosso redor. Algumas doenças hepáticas têm como um de seus sintomas uma mudança de cor nas áreas brancas dos globos oculares. O Fígado também controla o nível de estresse psíquico (o fogo hepático que invade o Coração e desencadeia as emoções), e também o estresse físico dos tendões, e como consequência, também o dos músculos. Quando sofremos estresse por um tempo prolongado, os músculos sofrem contrações e são ainda mais propensos a sofrer rupturas fibrilares, uma vez que os tendões se encontram endurecidos.

Quando estamos irritados, tendemos a gesticular mais, e nossos olhos ficam abertos como pires e esquentam devido ao aumento da pressão sanguínea nos pequenos capilares. Todos nos sentimos liberados e mais calmos imediatamente após sofrer um episódio momentâneo de estresse por qualquer motivo, quando liberamos a energia retida através, por exemplo, de um grito ou de uma expressão desenfreada do rosto e, acima de tudo, dos olhos. Este é um efeito de liberação de estresse de dentro (Fígado) para fora (seus domínios, os olhos e a expressão de raiva). Entretanto, virar os olhos ardentes sem uma situação de estresse anterior que os afeta tem uma ação libertadora e estimula a ação na direção oposta, ou seja, de fora (os olhos) para dentro (o Fígado), extraindo dos olhos e da expressão facial o fogo hepático que altera as emoções. Abrir bem os olhos, fixar o olhar arden-

temente no punho e apertar os músculos e tendões dos braços e pernas gasta a energia do Fígado e libera calor patológico do Fígado através de suas janelas, dos olhos e de seus domínios energéticos, os tendões e músculos. Consequentemente, o Fígado relaxa e o estresse físico e mental desaparece. Excitar a intenção da mente observando o punho ardentemente, enquanto o Qi é dirigido para os músculos dos braços e pernas e para os olhos e expressão facial, para dissipar neles o calor patológico do Fígado que invade o coração.

### Procedimento

Proceder com este exercício desde o último passo do exercício anterior.

**1.** Flexionar os joelhos para adotar a posição do cavaleiro o mais baixo possível, mas sem forçar as articulações. Inspire. Expire e, ao mesmo tempo, comece a estender seu braço esquerdo e abaixar a cabeça para olhar diretamente em direção ao punho. Sem deixar de olhar fixamente o punho esquerdo, estender o braço com os músculos tensos e colocar o punho bem na frente do ombro esquerdo. Mantenha o punho com o polegar para cima, o cotovelo ligeiramente dobrado apontando para o chão, e olhe ardentemente para o punho esquerdo.

**2.** Afrouxar a musculatura do braço, o olhar ardente e a postura do cavaleiro. Inspire e, enquanto isso, abra a mão esquerda e coloque o polegar estendido para cima. Em seguida, prone o antebraço esquerdo até colocar o polegar para baixo e o resto dos dedos apontando para frente. Continue olhando relaxado para a mão esquerda. Com o braço invertido, dobre o pulso para que os dedos apontem para o lado direito e, sem parar o movimento e com o pulso dobrado, continue com uma rotação externa completa do pulso até que os dedos da mão apontem para o chão e com a palma da mão voltada para frente. Continue

a olhar relaxado para a mão. Formar novamente o punho Wo Gu e colocar o punho na vertical.

**3.** Enquanto exala, retire o braço para o lado, puxando-o lentamente mas com os músculos tensos. Quando o punho é retirado em direção ao quadril, olhe ardentemente em direção ao punho; e quando o cotovelo atinge o lado, afrouxe os músculos do braço e o olhar. Terminar de recolher o punho para o lado e olhar para frente e para baixo de uma maneira relaxada.

Os movimentos 4, 5 e 6 são idênticos aos 1, 2 e 3, mas com o braço direito (substituir "direito" por "esquerdo" e vice-versa na descrição dos passos 1, 2 e 3). A peça completa consiste em três repetições alternadas com cada braço. No final da última repetição, recolher os dois punhos na altura do ponto Zhangmen (F13), e transferir o peso do corpo para a perna direita, dobrando o joelho enquanto a perna esquerda se estende totalmente. Junte o pé esquerdo com o direito e mantenha os joelhos ligeiramente dobrados e o tronco reto. Estenda lentamente suas pernas e, ao mesmo tempo, abra suas mãos e estenda seus braços de ambos os lados do corpo, palmas das mãos voltadas para suas coxas. Olhe em frente de uma maneira relaxada.

### Pontos-chave

Ao arremessar os punhos, abaixe a postura do cavaleiro o máximo possível para contrair os músculos das pernas, mas sem desfazer a estrutura reta do corpo da coluna vertebral, ou projetar as nádegas para trás. À medida que você avança com cada punho, abra progressivamente os olhos, enquanto o punho é colocado na frente de seu ombro, e afirme a postura de cavaleiro agarrando-se firmemente no chão com os dedos dos pés. Enquanto o punho é lançado para a frente, puxar o cotovelo oposto para trás, de modo que o punho e o cotovelo exerçam forças opostas. Ao retirar o braço, depois de lançar cada punho, pegue firmemente o punho Wo Gu, trazendo-o até Zhangmen.

### Erros

1. Inclinar o corpo em qualquer direção ao adotar a Postura do Cavaleiro.
2. Levantar os ombros ao arremessar os punhos.
3. Não tensionar os músculos ao arremessar ou retirar o punho.
4. Todos aqueles relacionados a NÃO aplicar os elementos descritos no "Procedimento" e nos "Pontos-chave" do exercício.

### Correções

1. Lançar os punhos para frente a partir do ponto Zhangmen (F13).
2. Na Postura do Cavaleiro, estique o tronco enquanto o punho é lançado para frente ou recolhido.
3. Quando cada braço é estendido ou retraído, mantenha o cotovelo correspondente apontando para baixo, como se um peso estivesse puxando-o para baixo.
4. Aplicar força na frente do punho, como se estivesse empurrando um objeto pesado com o punho fechado.
5. Antes de remover cada punho, girar os pulsos com força para estimular os pontos Yuan (fonte) localizados nos pulsos. Os pontos Yuan são pontos reguladores dos órgãos e das vísceras.

### Funções e efeitos

1. Como já mencionado, de acordo com as teorias da Medicina Chinesa, o Fígado é energeticamente responsável pela força muscular (Li Qi), pelos tendões, e também está ligado aos olhos, de modo que, abrindo os olhos ardentemente e colocando a mente intencionalmente na liberação do excesso de estresse, a energia do Fígado vai para os olhos (as janelas externas do Fígado), liberando seu excesso através deles e estimulando os canais energéticos internos correspondentes ao Fígado, para drená-los e assim melhorar todas as suas funções.

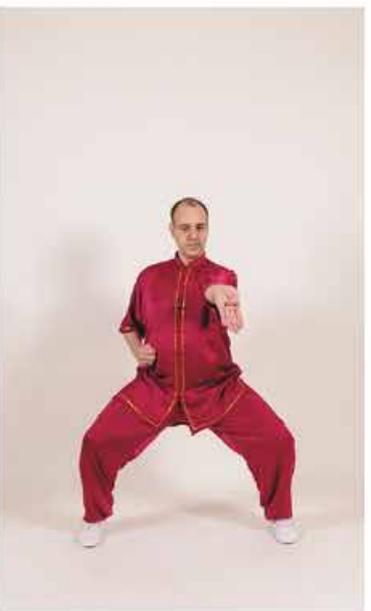
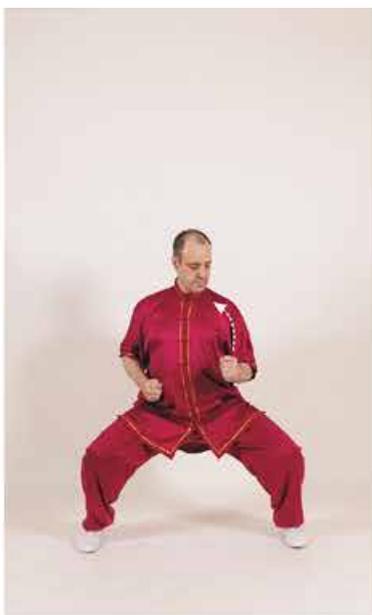
2. A Postura do Cavaleiro é uma das poucas posições que podem estimular totalmente a circulação do Qi em ambas as pernas. Enquanto permanecemos sentados, a circulação do Qi se vê entorpecida por um momento, de modo que, quando estendermos nossas pernas novamente, ele voltará a circular com maior intensidade.

3. Manter a Postura do Cavaleiro ajuda a melhorar a força dos joelhos, quadris e tornozelos e a força muscular geral das pernas.

### Punho Wo Gu

Nos polegares estão os últimos pontos (pontos Ting) do meridiano dos Pulmões, especificamente os pontos Shaoshang (P11). De acordo com a Medicina Chinesa, o Qi maligno (Xieqi) invade o corpo se o Qi defensivo (Weiqi) for deficiente. Isto significa que quando a resistência do corpo é enfraquecida, o Qi prejudicial do exterior pode facilmente invadir o corpo e assim iniciar doenças. De acordo com a Medicina Chinesa, o organismo emite continuamente radiações energéticas externas para neutralizar as emitidas pelo meio ambiente. Enquanto isso, o organismo mantém dentro de si uma vasta rede de sistemas defensivos e derivados (vias tendinomusculares, vias longitudinais, vias distintas, etc.) que tentarão impedir a progressão da noxa agressiva em direção ao interior, mantendo assim o equilíbrio entre as energias perversas externas (especialmente o clima), e as defensivas corporais.

O aumento das energias exógenas, juntamente com a diminuição das defensivas endógenas, faz com que as primeiras penetrem no organismo para afetar os planos materiais, sendo a forma de acesso ao interior do corpo os pontos Ting ou poço, localizados nos dedos das mãos e dos pés. Ao proteger, por exemplo, o ponto Ting dos Pulmões, a energia defensiva Wei do organismo é fortalecida, e a progressão da energia perversa em direção aos pulmões é protegida. Quando praticamos Daoyin corretamente, nossos canais energéticos e cavidades se abrem, e a energia circula fortemente em todos eles, e também é emitida para fora através da pele e muitos outros pontos do corpo. Em suas práticas, os alunos de Daoyin devem proteger seus pontos Ting das energias externas (frio, calor, vento, seca e umidade), especialmente se eles praticam exercícios respiratórios ou Qi Gong (exercícios respiratórios específicos Daoyin são chamados de Qi Gong, assim como aqueles referentes ao corpo são chamados de Jing Gong, e aqueles referentes à mente, Sheng Gong. Portanto, Qi Gong nada mais é do que o trabalho respiratório específico do Daoyin), já que os pontos Ting são a rota de entrada de todas essas energias patológicas na rede de meridianos energéticos.







Texto original e fotos: © Miguel Martin  
Tradução: Gilberto António Silva

*O Professor **Miguel Martín** é fundador das escolas oficiais espanholas de Daoyin Yangsheng Gong, Lian Gong Shi Ba Fa e Qigong para a Saúde da Chinese Health Qigong Association, assim como introdutor oficial no Brasil dos sistemas Daoyin Yangsheng Gong e Qigong para a Saúde em 2013 e 2014. Para informação sobre cursos e formações, escrever para: [info@daoyin.com](mailto:info@daoyin.com)  
Site oficial: [www.daoyin.es](http://www.daoyin.es)*



Novo Polo  
Santo André

Faculdade EBRAMEC  
chegando no ABC com  
Polo Educacional próprio

- Principal Avenida de Santo André;
- Próximo da Estação central de Trem (Celso Daniel) pertencente a linha 10-Turquesa;
- Próximo do Shopping Grand Plaza (Maior centro de compras do ABC);
- Próximo do Terminal Metropolitano de Santo André.



📍 Polo Educacional  
EBRAMEC ABC