



## SUN SIMIAO

Autor da Mais Antiga Enciclopédia Chinesa para a Prática Clínica

*Texto original* **Subhuti Dharmananda, Ph.D.**  
Diretor do Institute for Traditional Medicine, Portland, Oregon

Versão em Português: **Paulo Henrique Pereira Gonçalves**

Supervisão e Revisão : Ephraim Ferreira Medeiros

[www.medicinachinesaclassica.org](http://www.medicinachinesaclassica.org)

Sun Simiao é uma das mais, se não a mais, interessante figura na história da Medicina Chinesa. Não é muito difícil de se concordar com tal julgamento, mesmo que os detalhes biográficos deste médico da Dinastia Tang sejam fragmentários. Durante sua vida, Sun Simiao foi um famoso clínico e alquimista; para as gerações posteriores, deixou volumosos formulários que exercem sua influência até o presente.

- Paul Unschuld, 2000

### **Medicina na China: Artefatos e Imagens Históricas**

Sun Simiao nasceu no séc. VI, por volta de 581 DC., no início da curta Dinastia Sui (581-618 DC) e um pouco anterior à unificação do norte e sul da China (589 DC). Cuidou de seu trabalho médico e escritos durante a Dinastia Tang (618-907 DC) e faleceu em 682 DC, tendo completado dois trabalhos de 30 volumes a respeito da prática médica, o que estabeleceria seu lugar como uma figura central a respeito da fitoterapia.

Sun Simiao tem sido venerado como “Deus da Medicina” (atualmente, Buda da Medicina, uma deidade invocada durante práticas de cura) ou, mais comumente, como “O Rei da Medicina” (*yaowang*; referindo-se a fitoterapia, *yao*). Durante a Dinastia Ming, em 1527 DC, oito tabuletas de pedra gravadas com anotações de seus trabalhos foram erguidas em seu local de nascimento (Huayuan, no Condado de Yaoxian, Província Shanxi) e deste dia em diante, são feitas atividades em sua cidade natal celebrando sua memória. Em Beijing, um Templo para o Rei da Medicina foi construído; outro templo para Sun Simiao foi construído em Kiangxi,

Sua história de vida é retransmitida em vários textos modernos (2, 5, 6) e artigos (1), com os fatos principais derivados da história da dinastia Tang por Wei Zheng e por seus relatos que sobreviveram até o presente. Partes de suas obras foram traduzidas para o Inglês (ver apêndice 1 para amostras), incluindo todo um trabalho sobre receitas de alquimia taoísta para longevidade (11). Catherine Despeux, professora no Instituto Nacional de Língua e Civilização Orientais, em Paris, traduziu partes de seus livros sobre acupuntura e Taoísmo em francês. Paul Unschuld, chefe do Instituto de História da Medicina na Universidade de Munique, dedicou considerável atenção à posição de Sun sobre a ética médica (3) e na iconografia de sua lenda(16; ver Figuras 1-4).

Diz-se que Sun estudou muito e dominou vários clássicos chineses por volta dos 20 anos de idade. Era uma criança doente e assumiu a medicina como um adulto, fortalecendo sua própria saúde (apesar de ainda sofrer várias doenças), tratando os parentes e vizinhos, e em seguida praticando em Huguan, não muito longe da capital Chang'an. Ele viajou a grandes distâncias, talvez tanto quanto a província de Sichuan, para aprender mais prescrições. Depois de ganhar uma grande reputação e completar o seu primeiro livro, viveu em reclusão na Montanha Wubai (que viria a ser conhecida como Montanha do Rei da Medicina, *Yaowang Shan*), onde ele seguiu os princípios do taoísmo (taoísmo foi fortemente apoiado durante a Dinastia Tang) e os integrou com o Budismo e Confucionismo. Nobres viriam até ele para aprender com seu vasto conhecimento e experiência. A caverna onde a Sun vivia em retiro taoísta tem sido o destino de peregrinos; a poça onde é dito que lavava as plantas, é encontrada ali perto.

Sun teria recusado, pelo menos, três posições oficiais oferecidas a ele: pelo imperador da Dinastia Sui e pelos imperadores Taizong e Gaozong da Dinastia Tang. Ele preferiu oferecer tratamento para as pessoas comuns no meio rural, embora tivesse acompanhado o Imperador Gaozong. Sua orientação médica foi descrita em uma história oficial da Dinastia Tang, como repassada por Paul Unschuld (3): "Sua biografia o descreve como um homem extremamente talentoso, que se dedicou aos ensinamentos do **Yi Jing [I-Ching]**, de Lao Zi [Lao-tzu, autor do **Dao De Jing**] e dos filósofos yin-yang, e ele também teve interesse no cálculo mágico de números." Seu trabalho enfatizava os sistemas dos cinco elementos e yin-yang de influências que são baseadas em correspondências entre as características do ambiente externo e a estrutura interna e funcionamento do corpo. Ele é considerado o primeiro a ter apresentado questões relacionadas com a ética de um tratamento médico, descrevendo as características de um grande médico e alertando os médicos sobre o comportamento que não era apropriado para sua profissão. Ele era especialmente interessado e enfatizava a filosofia taoísta, sobre médicos serem influenciados por um desejo de recompensas, incluindo recompensas financeiras, fama, ou favores concedidos: eles não deveriam ter isso como seu objetivo. Os pacientes devem ser tratados igualmente, independentemente da posição, riqueza, idade ou beleza.

Sun Simiao registrou sua experiência com fórmulas de ervas e seu conhecimento sobre medicina em seu famoso trabalho de 30 volumes, impresso em 652 DC: **Prescriptions for Emergencies Worth a Thousand Gold** (*Beiji Qianjin Yaofang*), o título geralmente encurtado para **Prescriptions Worth a Thousand Gold** (*Qianjin Yaofang*). O livro apresenta medicamentos para salvar vidas, daí o título que reflete o seu grande valor (ou seja, uma vida vale mais que mil moedas de ouro). Uma origem mística foi atribuída a algumas das fórmulas, como essa história da dinastia Song (660-1279 dC): Sun Simiao uma vez salvou o Dragão do Lago Kunming (na província de Yunnan) e, como recompensa, recebeu 30 receitas mágicas do Palácio do Dragão.

O *Qianjin Yaofang* não era meramente uma coleção de fórmulas (das quais havia surpreendentes 4500), mas um tratado sobre a prática médica que examinou o trabalho desde a Dinastia Han, começando com os conceitos do *Neijing* (ca. 100 aC). Ele incluiu tratados sobre acupuntura, moxabustão, massagem, dieta e exercícios. Tal tratado foi tão abrangente que as autoridades mais tarde o declararam a primeira enciclopédia da prática clínica.

Sun Simiao é provavelmente mais conhecido por seu grande interesse na identificação e preparação de ervas e seu trabalho definitivo com princípios de formulação. Ele enfatizou a importância da coleta de ervas na hora certa, dizendo: "Se você não sabe as estações do ano próprias para que as ervas sejam deixadas na sombra ou no sol para secarem, o resultado será que você sabe seus nomes, mas não obterá os efeitos pretendidos. Se você reuni-las num momento impróprio, elas serão boas para nada, assim como madeira podre, e você terá feito um esforço inútil." Além disso, ele insistiu que as ervas devem ser de seu local nativo, dizendo: "Sem saber de onde os medicamentos são, e se eles são genuínos e frescos, não poderão curar cinco ou seis de cada dez pacientes." Ele descreveu 519 produtos medicinais genuínos e diferentes que poderiam ser encontrados em 133 municípios (prefeituras). As fórmulas que coletou vieram de ambos os médicos famosos do passado e de inúmeros médicos contemporâneos, incluindo os das minorias e até mesmo estrangeiros. Comparou fórmulas para se livrar de ingredientes estranhos e desnecessários e assim a maioria de suas fórmulas publicadas tem apenas de 4 a 12 ingredientes.

Seu livro dava atenção especial ao tratamento de mulheres e crianças, com os três primeiros volumes dedicados aos transtornos da mulher (incluindo a gravidez e transtornos pós-parto) e os dois seguintes sobre as doenças das crianças e sobre a amamentação. Seu trabalho foi considerado como fundamental pelos famosos especialistas em ginecologia, obstetrícia e pediatria, da Dinastia Song, que influenciaram todo o trabalho posterior sobre estes temas.

Um segundo livro de Sun Simiao é um complemento para o seu anterior: chama-se *Qianjin Yifang*. O conteúdo é baseado em 30 anos de experiência subsequente com especial atenção para remédios populares; foi impresso no final da sua vida em 682 dC. Essa obra de 30 volumes também serve como uma *Materia Medica* com 800 materiais medicinais, fornecendo informações sobre a coleta e preparação de 200 deles. Ele apresentou algumas novas ervas, especialmente de países estrangeiros, nomeadamente da Índia (a origem da tradição budista que buscou), de onde veio *Terminalia chebula* (*Hezi*). Dois volumes foram dedicados ao estudo das fórmulas e estratégias de tratamento do **Shanghan Lun** (ca. 220 dC). Além disso, o complemento apresentava cerca de mais 2000 fórmulas, embora estas não tenham sido estudadas e mantidas pelas gerações futuras, em conjunto das fórmulas do texto anterior. O segundo livro de Sun também inclui a referência considerável de práticas místicas e mágicas, como exorcismos. Ele mencionou 32 medicamentos que foram ditos eficazes contra demônios, e ele cuidadosamente descreveu os 13 pontos de acupuntura que eram conhecidos como pontos de liberação de demônios. Os dois últimos volumes incluíam talismãs, amuletos e encantamentos. Ambos os livros da Sun são ainda hoje reproduzidos e compilado como um volume: o *Qianjin Fang*.

Embora as informações sobre a prática médica registradas por ele influenciaram todas as gerações subsequentes de médicos-estudiosos chineses, hoje em dia, seu principal legado é um pequeno número de formulações (ver Apêndice 2). A fórmula mais conhecida aos praticantes ocidentais, e ainda amplamente utilizada na China, é *Duhuo Jisheng Tang* (Tu-hou e Loranthus Combination), uma prescrição utilizada para síndromes de dor afetando a região lombar e pernas (ver: [Terapia com plantas chinesas para ciática e lumbago](#)). Uma fórmula frequentemente citada na China e usada como base para numerosas formulações usadas nos tempos de hoje é *Xijiao Dihuang Tang* (Combinação de Rhino e Rehmannia), uma prescrição para síndrome de calor no sangue causando sangramento no nariz e boca, ou causando uma grande agitação mental.

Sun Simiao é creditado pelo reconhecimento de que o bócio que ocorria em pacientes de regiões montanhosas e poderia ser curado prescrevendo tanto algas (que contém iodo) e glândulas de tireóide (que contém hormônio tireoidiano) de cervos e ovelhas. Ele tratou com sucesso a cegueira noturna com fígados de bois e ovelhas, que contêm a vitamina A, e tratou beribéri (edema de membros inferiores devido à deficiência de vitamina B1) usando arroz integral (a camada exterior de arroz e outros grãos são ricos em vitaminas do complexo B), baseado nas práticas budistas da Índia. Sun também contribuiu para a utilização da placenta para o tratamento de fraqueza, bem como para regular a menstruação e aliviar o parto difícil. Ele apresentou 25 fórmulas para o tratamento da malária, 17 das quais contendo *Changshan* (dichroa). Algumas autoridades chinesas têm sugerido que Sun Simiao foi o autor do clássico da oftalmologia *Yinhai Jingwei*, mas a evidência suporta uma data muito mais tarde para o trabalho, pelo menos durante a Dinastia Song, talvez mais tarde (7). No entanto, Sun dedicou um volume inteiro de sua obra para a oftalmologia e é creditado como sendo o primeiro a elaborar as causas e tratamentos para doenças oftalmológicas.

Quanto à sua filosofia geral de saúde, ele acreditava as pessoas devem seguir em frente, dizendo que "água corrente nunca envelhece e uma dobradiça de porta não é comida por vermes porque nunca para de se mover." Mas, ele pensava que era prejudicial se esforçar excessivamente no trabalho, dizendo: "O caminho para se manter em boa saúde encontra-se em fazer trabalhos leves frequentemente sem se cansar fazendo o que você não pode." Ele foi um defensor da boa nutrição, tendo constatado que muitas doenças eram curáveis ao se consumir os alimentos adequados e que as doenças podem ser causadas pela ingestão de alimentos não cozidos, sujos, ou venenosos, ou por excessos alimentares ou não mastigar de forma devida. Ele defendeu o uso de terapias de massagens, exercícios físicos e exercícios respiratórios. Sun sugeria que os viajantes devem ter com eles alguns remédios e um guia de fórmulas para que eles pudessem lidar com as emergências que possam surgir, como ferimentos, mordidas, feridas na pele, etc

Alquimistas taoístas consideravam Sun a fonte de várias obras sobre alquimia, e acredita-se ter praticado alquimia em si mesmo, contribuindo para a sua vida de 101 anos. O primeiro texto alquímico atribuído a Sun é o *Taiqing Danjing Yaojue (Essentials of the Elixir Manuals for Oral Transmission)*; ca. 640 dC), traduzido por Nathan Sivin e apresentado juntamente com uma extensa análise dos registros históricos da vida de Sun Simiao (11). Muitas das fórmulas alquímicas de Sun envolviam a ingestão de substâncias metálicas, tais como realgar e cinábrio.

Segundo o escritor taoísta Shen Fen, em seu livro *Xu Xian Chuan (Biografias dos Imortais)* ca. 930 dC), quando Sun Simiao morreu, seu corpo permaneceu sem se decompor durante muitas semanas. "Após mais de um mês tinha passado, não houve mudança em sua aparência, e quando o cadáver foi levantado para ser colocado no caixão, era leve como um monte de roupas vazias. Verdadeiramente, esta foi a libertação da parte mortal." Needham especulou que a Sun estava tomando os elixires de mercúrio e arsênico que ele havia descrito em seu último livro, resultando na preservação deste corpo no momento da morte (14).

Apenas algumas décadas após sua morte, o primeiro livro de Sun teve uma forte influência sobre a prática japonesa de medicina chinesa, que se tornou popular no século VIII. No século X, um médico japonês compilou um livro, o *Ishimpo*, em grande parte baseado no *Qianjin Fang*, selecionando 481 fórmulas dele. Tornou-se um livro necessário para o estudo da medicina no Japão.

# BIBLIOGRAFIA E REFERÊNCIAS

1. Zheng Bocheng, *The King of Medicine: Sun Simiao*, Journal of Traditional Chinese Medicine 1986; 6(4): 210-211.
2. Hsu HY and Peacher WG, **Chen's History of Chinese Medical Science**, 1977 Modern Drug Publishers, Co. Taipei, Taiwan.
3. Unschuld PU, **Medical Ethics in Imperial China, A Study in Historical Anthropology**, 1979 University of California Press, Berkeley, CA.
4. Furth C., **A Flourishing Yin: Gender in China's Medical History, 960-1665**, 1999 University of California Press, Berkeley, CA.
5. Chen Ping (editor in chief), **History and Development of Traditional Chinese Medicine**, 1999 Science Press, Beijing.
6. State Administration of Traditional Chinese Medicine, **Advanced Textbook on Traditional Chinese Medicine and Pharmacology**, volume 1, 1995 New World Press, Beijing.
7. Kovacs J and Unschuld PU (translators, annotators), **Essential Subtleties on the Silver Sea: The Yin Hai Jingwei; A Chinese Classic on Ophthalmology**, 1998 University of California Press, Berkeley, CA.
8. Unschuld PU, **Medicine in China: A History of Pharmaceutics**, 1986 University of California Press, Berkeley, CA.
9. Unschuld PU, **Medicine in China: A History of Ideas**, 1985 University of California Press, Berkeley, CA.
10. Wong KC and Wu LT, **History of Chinese Medicine: Being a Chronicle of Medical Happenings in China from Ancient Times to the Present Period**, 1936 National Quarantine Service, Shanghai.
11. Sivin N, **Chinese Alchemy: Preliminary Studies**, 1968 Harvard University Press, Cambridge, MA.
12. Hsu HY and Hsu CS, **Commonly Used Chinese Herbal Formulas Companion Handbook**, 2<sup>nd</sup> revised edition, 1997 Oriental Healing Arts Institute, Long Beach, CA.
13. Huang Binshan and Wang Yuxia (chief compilers), **Thousand Formulas and Thousand Herbs of Traditional Chinese Medicine**, 1993 Heilongjiang Education Press, Harbin.
14. Needham J, **Science and Civilization in China**, volume 5, number 2, 1974 Cambridge University Press, London.
15. Kohn L, **The Taoist Experience**, 1993 State University of New York Press, Albany, NY.
16. Unschuld PU, **Medicine in China: Historical Artifacts and Images**, 2000 Prestel Verlag, Munich.

*Novembro 2001*

# Apêndice 1: Escritos de Sun Simiao

O que se segue é de uma tradução de Paul Unschuld (3). As palavras são tão valiosas hoje quanto eram quando foram escritas, cerca de 13 séculos atrás.

As citações remontam até Chang Chan [Século IV]: as partes mais difíceis e os demais pontos nos clássicos [médicos] e a literatura sobre prescrições remontam a um passado distante.

Hoje em dia, temos doenças que fazem um caminho semelhante em pacientes diferentes, ainda que do lado de fora, pareçam ser diferentes, e há outras que tomam um rumo diferente em pessoas diferentes, mas do lado de fora, parecem ser semelhantes. Por este motivo, nunca será suficiente analisar exclusivamente com olhos e ouvidos os sintomas de excesso ou deficiência no cinco zang e as seis fu, bem como o fluxo ou o bloqueio do sangue e os pulsos e os qi construtivo e de protecção [ying e wei]. Em primeiro lugar, deve-se analisar os sintomas de uma doença, que podem ser sentidos nos pulsos para determinar a doença específica. Só quem dá a sua atenção mental total a isso pode começar a elaborar estes sintomas. Esta atenção integral deve ser dada até os últimos detalhes que estão relacionados com as irregularidades na profundidade e na marcação de vários tipos de pulsações, que condicionam as variações na posição dos pontos de acupuntura e que são responsáveis pelos desvios no espessura e resistência da carne e os ossos. Hoje, no entanto, o esforço predominante é a de captar os detalhes mais sutis com o pensamento mais cru e superficial. Isto é realmente perigoso!

Se houver um excesso e ainda o aumentamos; se existe uma deficiência e, mais ainda é retirado; se um congestionamento prevalece e é ainda intensificado; se há um fluxo e mais ainda for drenado; se houver um calafrio e mais resfriamento é aplicado; e se no caso de calor um aumento na temperatura é provocado em seguida, a doença tende a deteriorar excessivamente. Quando ainda há esperança para a vida, eu então vejo a aproximação da morte!

Nunca aconteceu de fato que os espíritos distribuíssem a compreensão para as dificuldades e os detalhes que são necessários para os médicos, pessoas versadas nas prescrições, adivinhos e magos. Mas que outra forma pode uma pessoa ter acesso a estes segredos? Em todos os momentos, os tolos podem ser encontrados, aqueles que estudaram as prescrições por três anos e, em seguida, simplesmente alegam que não havia nenhuma doença no mundo que não podia ser curada. Posteriormente, eles trataram de doenças por três anos e chegaram à conclusão de que não há prescrição útil no mundo. Daí decorre que é absolutamente necessário para o aluno a dominar os fundamentos da medicina em seu significado mais amplo, e de trabalhar energeticamente e incessantemente. Ele não fofoca, mas tem que se dedicar exclusivamente suas palavras aos ensinamentos médicos. Só então ele evitará erros.

Sempre que um grande médico trata doenças, ele tem que estar mentalmente calmo e sua disposição estar firme. Ele não deve dar lugar a pedidos e desejos, mas deve desenvolver primeiramente uma atitude de compaixão. Ele deve empenhar-se firmemente à vontade e o esforço para salvar todos os seres vivos.

Se alguém busca ajuda por conta de uma doença, ou se encontra em uma outra dificuldade, um grande médico não deve prestar atenção ao status, riqueza ou a idade; nem deve questionar se determinada pessoa é atraente ou não, se é um inimigo ou um amigo, se ele é chinês ou estrangeiro, ou, finalmente, se ele é ignorante ou estudado. Ele deve atender a todos de forma igual, deve sempre agir como se ele estivesse pensando em si mesmo. Ele deve se livrar de desejos e ignorar todas as conseqüências; ele não deve refletir sobre sua própria sorte ou azar e, assim, preservar a vida e ter compaixão. Ele deveria olhar para aqueles acometidos de pesar como se ele próprio tivesse sido atingido, e ele deve simpatizar com eles no fundo de seu coração. Nem passagens perigosas de montanha, nem a hora do dia, nem condições de tempo, nem fome, nem sede ou fadiga devem impedi-lo de ajudar de todo o coração. Quem age dessa maneira é um grande médico para os vivos. Quem praticar atos contrários a essas demandas é um grande ladrão para aqueles que ainda têm os seus espíritos!

Desde muito tempo, as pessoas famosas frequentemente utilizam certas criaturas viventes para o tratamento de doenças, para assim ajudar os outros em situações de necessidade. Para ter certeza, é dito: "Pouca estima pela besta e grande estima pelo homem", mas quando o amor pela vida é abordado, homens e animais são iguais. Se o gado é maltratado, não se pode esperar nada dele; objeto e sentimentos sofrem igualmente. Quão mais aplicado é este homem!

Qualquer um que destrua a vida para salvar a vida coloca-a em uma distância ainda maior. Esta é a minha boa razão para o fato de que não sugiro o uso de qualquer criatura viva como medicamento na presente coleção de prescrições.

Isso não diz respeito às moscas varejeiras e sanguessugas. Elas já morreram quando chegaram ao mercado, e por isso é permitido usá-las. Quanto aos ovos da galinha, temos que dizer o seguinte: antes que seu conteúdo seja chocado, eles podem ser usados em casos muito urgentes. Caso contrário, não se deve sobrecarregar-se com isso. Evitar a sua utilização é um sinal de grande sabedoria, mas isso nunca será alcançado.

Quem sofre de coisas abomináveis, tais como úlceras ou diarreia, será olhado com desprezo pelas pessoas. No entanto, mesmo nesses casos, ao meu ver, uma atitude de compaixão, de solidariedade e de cuidado deve se desenvolver; de maneira nenhuma deve surgir uma atitude de rejeição.

Portanto, um grande médico deve possuir uma mente clara, a fim de olhar para si mesmo; ele deve possuir uma aparência digna, nem luminosa, nem sombria. É o seu dever de reduzir as doenças e diagnosticar os sofrimentos, e para este fim deve examinar atentamente os sinais externos e os sintomas aparentes no pulso. Ele tem que incluir todos os detalhes, e não deve esquecer de nada. Na decisão sobre o tratamento posterior com acupuntura ou com medicamentos, nada deve ocorrer que seja contrário à regulação. Diz o ditado: "Em caso de doença, deve-se ajudar rapidamente", mas não deixa de ser indispensável inteirar-se plenamente com a situação particular de modo a que não subsistam quaisquer dúvidas. É importante que o exame seja realizado com perseverança. Sempre que a vida de alguém está em jogo, não se deve agir precipitadamente, nem invocar sua própria superioridade e capacidade, e muito menos manter sua própria reputação em mente. Isto não corresponderá às exigências da humanidade!

Ao visitar os doentes, independentemente da beleza das sedas e tecidos encherem os olhos, o médico não tem permissão para olhar para eles, nem para a esquerda ou para a direita. Quando os sons dos instrumentos de cordas e instrumentos de bambu encherem os ouvidos, ele não deve evocar a impressão de que ele se agrada. Onde a comida deliciosa é oferecida em sucessão impressionante, ele comerá como se não sentisse nenhum sabor. Finalmente onde licores são deixados próximos um do outro, ele os olhará como se não existissem. Essas atitudes têm sua origem no pressuposto de que se um único convidado não está contente, toda a festa não pode ser feliz.

De acordo com a reputação da medicina, não é permitido ser falante e fazer discursos provocativos, para tirar sarro dos outros e elevar a voz, decidir sobre o certo e o errado, e discutir sobre outras pessoas e seus negócios. Finalmente, é impróprio enfatizar a reputação, desmerecer o resto dos médicos, e louvar as próprias virtudes. De fato, na vida real, alguém que tenha acidentalmente curado uma doença, então passa a caminhar com sua cabeça erguida, mostra arrogância, e anuncia que ninguém no mundo inteiro poderia comparar-se a ele. Neste contexto, todos os médicos são, evidentemente incuráveis!

Lao Zi disse: Quando a conduta dos homens visivelmente revela a virtude, os próprios humanos irão recompensá-lo. Se, no entanto, os homens cometem virtudes escondidas, os espíritos irão recompensá-los. Quando a conduta dos homens visivelmente revela erros, o próprio homem dará os castigos. Se, no entanto, os homens cometem seus delitos secretamente, os espíritos darão os castigos. Ao comparar estas alternativas e os respectivos prêmios que serão entregues no tempo depois desta vida e ainda durante esta vida, como alguém poderia tomar uma decisão errada?

Conseqüentemente, os médicos não devem confiar em sua própria excelência, não deveriam lutar com todo seu coração pelos bens materiais. Pelo contrário, eles devem desenvolver uma atitude de boa vontade. Se eles se movem no caminho certo, escondidos dos olhos de seus contemporâneos, eles receberão uma grande felicidade como uma recompensa sem pedir por ela. A riqueza dos outros não deve ser a razão para prescrever drogas preciosas e caras, e assim tornar o acesso à ajuda mais difícil e ressaltar seus méritos e capacidades. Tal conduta deve ser considerada como contrária ao ensino da magnanimidade. O objetivo é ajudar. Portanto, eu entro em todos os problemas com tantos detalhes aqui. Quem já estuda medicina não deve considerar esses problemas insignificantes!



A citação seguinte é derivada da seção do livro de Sun que foi dedicada aos transtornos das mulheres (havia um total de três capítulos sobre este assunto, todos apresentados no início de seu livro). Segundo Charlotte Furth (4), "quase todos os escritores importantes sobre o tema [dos transtornos femininos] citaram alguns ou todas as afirmações de Sun a respeito do corpo feminino." Segue a tradução de Furth:

Diz-se que a razão pela qual há receitas separadas para mulheres é porque elas engravidam, dão à luz, e sofrem de danos no útero. É por isso que distúrbios das mulheres são dez vezes mais difíceis de curar do que os dos homens. O Clássico [Neijing] diz: "mulheres são um local de encontro de influências yin e acúmulo de umidade." A partir dos quatorze anos de idade em diante, seu yin qi ascende e uma centena de pensamentos passam pela sua cabeça, danificando os seus sistemas de órgãos e arruinando sua beleza exterior. Seu fluxo de mensal é mantido no interior, agora cedo, já em atraso, a estagnação e congestão de sangue, e interrompe a função das vias centrais. As lesões decorrentes disto não podem ser postas em palavras. Os órgãos internos estão ora frios, ora quentes, ora repletos, ora esgotados. O sangue ruim que estava contido agora vaza, e os meridianos são usados e tornam-se vazios. Às vezes a dieta sem controle provoca danos, as vezes possuem relações [sexuais] antes das feridas provenientes do prurido vaginal se curem. Às vezes, como elas se aliviam em particular, o vento entra por baixo, causando as doze doenças crônicas. É por conta de tudo isso que as mulheres têm receitas diferentes. Se uma doença é devido ao qi das quatro estações do ano, ou devido as divisões do dia e da noite, ou ao desequilíbrio de frio e calor, ou de excesso ou esgotamento, não é diferente da dos homens, só os medicamentos mais potentes devem ser evitados se ficarem doentes quando grávidas. Para diversos transtornos que são os mesmos em homens e mulheres, deve-se consultar os principais capítulos deste trabalho. No entanto, os anseios e desejos femininos são mais intensos do que os de seus maridos, e eles são mais freqüentemente estimuladas a ficar doente. Acrescente-se que nas mulheres a inveja e desagrado, compaixão e amor, angústia e tristeza, apegos e aversões são especialmente teimosos e profundos. Elas não conseguem controlar estas emoções e por isso as raízes das suas doenças são profundas, e sua cura é difícil.

A seguir, um trecho do texto taoísta de Sun, *Cunshen Lianqi Ming (Visualization of Spirit and Refinement of Qi)*, traduzido por Kohn (15):

O corpo é a habitação do espírito [shen] e do qi. Enquanto shen e qi permanecerem, o corpo será saudável e forte. Assim que o espírito e o qi se dissipam, o corpo morre. Por isso, se deseja preservar-se, primeiro acalme seu espírito e seu qi. Entenda: qi é a mãe do espírito; o espírito é o filho do qi. Apenas quando qi e espírito estão juntos, poderá viver por muito tempo e não morrer.

Se, então, deseja acalmar o espírito, primeiro refine o qi primordial. Quando este qi refinado residir no interior do corpo, o espírito estará calmo e o qi será como um oceano. Com o mar de qi cheio, prestes a transbordar, a mente [coração] será calma e o espírito estará estável. Quando esta estabilidade não é perturbada, corpo e mente se unirão tranquilamente. A tranquilidade então melhora a concentração, e o corpo continuará a existir por anos, eterno.

Permaneça constantemente junto a profunda fonte do Tao, e naturalmente se tornará sábio. Então o qi permeará o espírito e todas as projeções mentais; o espírito permeará toda a visão e o destino. Com o destino estabelecido e o corpo preservado, poderá uní-los com sua verdadeira natureza interior. Então alcançará uma idade igual a do sol e da lua. Seu Tao será perfeito.

Esta seção introdutória segue a descrição típica taoísta de cultivar o qi, a fim de acalmar o espírito, e na tranquilidade ganhar longevidade. Ele é seguido de instruções para meditação (foco persistente da mente, especialmente no campo de cinábrio, *dantian*, logo abaixo do umbigo). Cinco fases da mente são descritas por Sun, começando com a mente agitada, e depois evoluir para graus maiores de tranquilidade. Tendo atingido a tranquilidade, então há sete fases do corpo que se pode passar. Estas começam com a cura de doenças, seguida pela recuperação da juventude, a extensão do tempo de vida, refinar a forma física para um corpo radiante, aperfeiçoando-o até um espírito puro, a unificação do espírito com o mundo, e, finalmente, vai além de todos os seres e residir no reino divino. Quanto à forma como estes refinamentos do corpo estão a ser realizado, nada é dito, mas o médico é avisado de forma diligente estudo do Tao e seguir os ensinamentos transmitidos oralmente, que nunca são escritos.

As próximas citações são da sessão do livro de Sun a respeito dos problemas oculares, apresentado por Kovacs e Unschuld (7):

Todas as pessoas maiores de 45 possuem a sensação de gradual diminuição na acuidade visual. Após os 60, a visão gradualmente clareia novamente. Padrões terapêuticos principalmente para antes dos 50 recomendam o uso da 'decoção para drenar o fígado' [*Xiegan Tang*]. Após os 50, não se deve mais drenar o fígado. Se uma enfermidade se encontra nos olhos, pode-se aplicar medicamentos como "pó com shidan" [*Shidan San*]. No caso de não haver enfermidade, este pó não deve ser aplicado de forma descuidada; ao invés disso, deve-se simplesmente tonificar o fígado. Se a visão de alguém se torna obscurecida ou cega por conta do vento-calor no fígado, deve-se utilizar moxa nos pontos de transporte do fígado e tomar dezenas de doses de decoções, pílulas ou pós que eliminam vento. Isto deverá trazer alívio.

As causas patogênicas para os problemas oculares listados por Sun Simiao são:

O consumo dos cinco temperos em estado cru	Copiar livros por muitos anos
Bebidas e alimentos quentes	Esculpir
Comer alimentos quentes a base de trigo	Jogar xadrez sem parar
Beber vinho sem parar	Ficar próximo a fumaça da lareira por muito tempo
Atividade sexual incessante	Chorar excessivamente
Forçar os olhos olhando para muito longe	Sangramento excessivo após a cabeça ser acupunturada
Olhar constantemente para o sol ou para a lua	Cavalgar e caçar rápido demais
Olhar para o fogo das estrelas durante a noite	Afrontar o vento e o frio
Ler textos pequenos durante a noite	Perseguir animais selvagens contra o vento
Ler sob o luar	Não descansar durante o dia ou a noite

Em termos atuais, resumindo estas causas, temos: tensão ocular devido ao uso excessivo dos olhos, especialmente na luz fraca; super-exposição à claridade (podemos lembrar de quão brilhante a lua e as estrelas aparentam ser quando o céu está completamente escuro de noite); exposição à fumaça ou vento; consumo de alimentos quentes e condimentados; e fraco estilo de vida (incluindo fumar, beber, atividade sexual excessiva, e falta de descanso).

A próxima sessão foi retirada de um volume escrito por Sun a respeito de dietética, traduzido por Paul Unschuld (8):

Zhang Zhongjing disse: Para o corpo humano permanecer saudável e equilibrado, não é necessário se preocupar com mais nada além de sua nutrição. De forma alguma, medicamentos devem ser consumidos de forma descuidada. A potência dos medicamentos é singular, e há ocasiões em que são úteis. Porém, podem levar ao desequilíbrio do qi nos órgãos *zang*, e, conseqüentemente, uma agressão pode ser facilmente adquirida de fontes externas. Seres vivos sempre dependeram de alimentos para manter sua vida. Porém, ao mesmo tempo, não estão cientes de que até os alimentos possuem seus aspectos positivos e negativos. A comida está presente diariamente na vida das pessoas, mas sabe-se pouco a respeito dela. Fogo e água estão bem próximos um do outro porém difíceis de se compreender! Tenho pesar por isso e, portanto – quando tive um tempo sobrando por conta dos meus outros escritos – compilei um tratado sobre dietética enfatizando os benefícios e malefícios que podem resultar dos cinco sabores, para poder informar nossos jovens... Agora, aqueles que praticam medicina devem, primeiramente, reconhecer a origem da doença; devem conhecer quais violações causaram o sofrimento. Então devem tratá-las por meios dietéticos. Se a dietética não puder curar a enfermidade, aí sim deve-se aplicar medicamentos. A natureza do medicamento é violenta, assim como a dos soldados imperiais. Por serem tão selvagens, como pode-se utilizá-los tão descuidadamente? Se são empregados de forma imprópria, danos e destruição resultarão em todos os lugares. Similarmente, calamidades serão as conseqüências caso medicamentos sejam empregados em doenças sem o devido cuidado.

A linguagem alarmante a respeito do uso das ervas pode parecer estranha, visto o amplo número de plantas e fórmulas descritas neste livro. No entanto, caso se examine tais fórmulas (especialmente aquelas que não são empregadas hoje em dia), fica evidente a tentativa de se empregar ervas de algum tipo de natureza extrema: muito frias, muito quentes, plantas purgativas, plantas sudoríficas, etc. Portanto, focava-se em ter medicamentos altamente eficientes que devem ser dados com grande cuidado, e normalmente utilizados em situações de emergência ou quando a dietética falhou.

As figuras a seguir foram retiradas dos livros de Paul Unschuld (8,16). Mais comumente, Sun Simiao é retratado com um tigre sob si, presentando o yin, e um dragão acima, representando o yang. Suas habilidades taoístas são ilustradas por este comando das forças yin e yang.



**Figura 1:** Estátua de Madeira de Sun Simiao como Deus da Medicina, sentado sobre um tigre e sustentando um dragão sobre si.



**Figura 2:** Pintura do Séc. IX de Sun Simiao (a esquerda) em um diálogo. Ele senta sobre um tigre e segura um dragão em sua mão esquerda.



**Figura 4:** Ilustração da Dinastia Qing de Sun Simiao (ao centro) demonstrando seu completo controle sobre o tigre e o dragão.