



# A Essência da Teoria do Yin Yang no Huangdi Neijing 黃帝內經

Su Wen Capítulo 5 – Yin Yang Ying Xiang Da Lun

黃帝內經素問 卷第二，陰陽應象大論篇第五

Su Wen Capítulo 4 – Jin Gui Zhen Yan Lun

黃帝內經素問 卷第一，金匱真言論篇第四

Su Wen Capítulo 6 – Yin Yang Li He Lun

黃帝內經素問 卷第二，陰陽離合論篇第六

Tradução do texto em Chinês :

**Luis Fernando Bernardi Junqueira**

Pesquisa e organização

Ephraim Ferreira Medeiros

Baseada nas obras

内经讲义 ISBN: 9787532302178

内经选读 (上海中医药大学) ISBN 9787547800812

Projeto

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

## Su Wen Capítulo 5 – Yin Yang Ying Xiang Da Lun

黃帝內經素問 卷第二，陰陽應象大論篇第五

黃帝曰：陰陽者，天地之道也，萬物之綱紀，變化之父母，生殺之本始，神明之府也，治病必求於本。故積陽爲天，積陰爲地。陰靜陽躁，陽生陰長，陽殺陰藏。陽化氣，陰成形。寒極生熱，熱極生寒。寒氣生濁，熱氣生清。清氣在下，則生飧泄；濁氣在上，則生脹。此陰陽反作，病之逆從也。

Huang Di disse: “Quanto ao yin e yang, eles são o caminho do Céu e da Terra, os princípios fundamentais que governam a infinidade de seres, genitores de todas as mudanças e transformações, base e início da geração da vida e morte, o palácio do Brilho dos Espíritos. Para tratar doenças, é preciso buscar pela base. Assim, o acúmulo de yang é o Céu. O acúmulo de yin é a Terra. Yin é tranquilidade, yang é agitação. Yang dá vida, yin estimula o crescimento. Yang mata, yin armazena. Yang transforma qi, yin completa a aparência física. Frio extremo gera calor, calor extremo gera frio. Qi frio gera turbidez; qi quente gera clareza. Quando qi límpido está nas regiões inferiores do corpo, isso gera fluxo de alimentos não digeridos. Quando qi turvo está nas regiões superiores do corpo, isso gera inchaço. Estes são exemplos de atividades de Yin e Yang contrárias a seus padrões normais, e de doenças que se opõem padrões de conformidade.

故清陽爲天，濁陰爲地；地氣上爲雲，天氣下爲雨；雨出地氣，雲出天氣。故清陽出上竅，濁陰出下竅；清陽發腠理，濁陰走五藏；清陽實四支，濁陰歸六府。

O fato é que yang claro é o Céu; yin turvo é a Terra. Qi da Terra sobe e se transforma em nuvens; qi do Céu desce e se torna chuva. A chuva é originária do qi da Terra. As nuvens são originárias do qi do Céu. Assim, yang claro sai através dos orifícios superiores; yin turvo sai através dos orifícios inferiores. Yang claro aparece entre a pele; yin turvo se move para os cinco órgãos-*zang*. Yang claro reabastece os quatro membros; yin turvo se transforma nos seis órgãos-*fu*.

水爲陰，火爲陽。陽爲氣，陰爲味。味歸形，形歸氣，氣歸精，精歸化；精食氣，形食味，化生精，氣生形。味傷形，氣傷精；精化爲氣，氣傷於味。陰味出下竅，陽氣出上竅。味

厚者爲陰，薄爲陰之陽；氣厚者爲陽，薄爲陽之陰。味厚則泄，薄則通；氣薄則發泄，厚則發熱。

Água é yin; fogo é yang. Yang é qi; yin é sabor. Sabor se volta para a aparência física. A aparência física gera qi. Qi se transforma em *jing*. *Jing* se transforma em transformação. *Jing* é produzido por qi. A aparência física é alimentada pelo sabor. Transformações geram *jing*. Qi gera aparência física. Sabor prejudica a aparência física. Qi prejudica *jing*. *Jing* se transforma em qi. Qi é prejudicado pelo sabor. Sabor é yin e sai através dos orifícios inferiores. Qi é yang e sai através dos orifícios superiores. Aquilo que possui sabor intenso é yin; aquilo que possui sabor fraco é yang de yin. O que é de qi forte é yang; o que é de qi fraco é yin de yang. Quando sabor é intenso ocorre flutuação; quando é fraco ocorre penetração. Quando o qi é fraco este produz flutuação; quando é forte este produz calor.

壯火之氣衰，少火之氣壯；壯火食氣，氣食少火；壯火散氣，少火生氣。氣味辛甘發散爲陽，酸苦涌泄爲陰。

Qi de fogo intenso enfraquece; qi de fogo pequeno fortalece. Fogo intenso alimenta qi. Qi se alimenta de um pequeno fogo. Fogo intenso dispersa qi. Um pequeno fogo gera qi. Qi e sabor: picante e doce são causam fusão e dispersão, e assim são yang; azedo e amargo causam erupção e saída, e assim são yin.

陰勝則陽病，陽勝則陰病。陽勝則熱，陰勝則寒。重寒則熱，重熱則寒。寒傷形，熱傷氣，氣傷痛，形傷腫。故先痛而後腫者，氣傷形也；先腫而後痛者，形傷氣也。風勝則動，熱勝則腫，燥勝則幹，寒勝則浮，濕勝則濡瀉。

Quando yin domina, então yang adoece. Quando yang domina, então yin adoece. Quando yang domina, isto gera calor. Quando yin domina, isso gera frio. Frio em dobro causa calor; calor em dobro causa frio. O frio danifica a aparência física; o calor prejudica qi. Qi danificado causa dor, enquanto aparência física danificada provoca inchaço. Portanto, quando há primeiro dor e depois inchaço, qi danificou a aparência física. Quando há primeiro inchaço e depois dor, a aparência física prejudicou qi. Quando o vento domina, então há movimento; quando o calor domina, então há inchaço. Quando a secura domina, então há aridez; quando o frio domina, então há inchaço na superfície. Quando a umidade domina, então há um fluxo vazio.

天有四時五行，以生長收藏，以生寒暑燥濕風。人有五藏化五氣，以生喜怒悲憂恐。故喜怒傷氣，寒暑傷形。暴怒傷陰，暴喜傷陽。厥氣上行，滿脈去形。喜怒不節，寒暑過度，生乃不固。故重陰必陽，重陽必陰。故曰：冬傷於寒，春必溫病；春傷於風，夏生飧泄；夏傷於暑，秋必痲瘡；秋傷於濕，冬生咳嗽。

O Céu tem as Quatro Estações e os Cinco Movimentos. É através do primeiro que o Céu causa geração, crescimento, coleta e armazenamento. É através do último que ele gera frio, verão, secura, umidade e vento. O ser humano possui os cinco órgãos-*zang*; eles transformam os cinco qi, e assim geram alegria, raiva, tristeza, ansiedade e medo. O fato é que a alegria e a ira prejudicam qi. O frio e calor-de-verão prejudicam a aparência física. A raiva violenta prejudica yin. A alegria violenta prejudica yang. Qi se move para cima, preenchendo os canais e deixando a aparência física. Se a alegria e a raiva se tornarem desenfreadas, se o frio e calor-de-verão excederem o curso normal, a vida perde sua base. Desta forma, o duplo yin deve se tornar yang; o duplo yang deve se tornar yin. Por isso é dito: se alguém for prejudicado no inverno por frio, este irá sofrer uma doença relacionada à calor durante a primavera. Se for prejudicado na primavera pelo vento, este desenvolverá um problema de fluxo de alimentos durante o verão. Se for prejudicado no verão pelo calor-de-verão, este sofrerá das doenças *jie* e *nue* durante o outono. Se for prejudicado no outono pela umidade, este irá desenvolver tosse no inverno.

帝曰：余聞上古聖人，論理人形，列別藏府，端絡經脈，會通六合，各從其經；氣穴所發，各有處名；溪谷屬骨，皆有所起；分部逆從，各有條理；四時陰陽，盡有經紀；外內之應，皆有表裏。其信然乎？

Huang Di disse: “Ouvi dizer que os sábios da alta antiguidade ao discutir e estruturar a aparência física dos seres humanos arranjaram e classificaram os órgãos em *zang* e *fu*, rastream e conectaram os meridianos e canais, e os combinaram para montar as seis uniões. Em cada caso, eles seguiram as respectivas condutas. Os buracos de qi de onde o qi sai, todos possuem localizações e nomes. Os barrancos, os vales e as articulações, todos têm um lugar de onde emergem. As divisões e as seções, a oposição e a conformidade, todas têm suas estruturas regulares. As quatro estações, yin e yang, todos têm seus arranjos normais. As correspondências entre dentro e fora, todas possuem exterior e interior. Isso é verdade?”

岐伯對曰：東方生風，風生木，木生酸，酸生肝，肝生筋，筋生心，肝主目。其在天為玄，在人為道，在地為化。化生五味，道生智，玄生神。神在天為風，在地為木，在體為筋，在藏為肝，在色為蒼，在音為角，在聲為呼，在變動為握，在竅為目，在味為酸，在志為怒。怒傷肝，悲勝怒；風傷筋，燥勝風；酸傷筋，辛勝酸。

Qi Bo respondeu: “O Oeste gera vento; o vento gera madeira; a madeira gera o sabor ácido; o sabor ácido gera *gan*; *gan* gera os nervos; os tendões geram *xin*; *gan* controla os olhos. No Céu é escuridão, no ser humano é o Caminho, na Terra é transformação. A transformação gera os cinco sabores; o Caminho gera sabedoria. A escuridão gera o Espírito. No Céu, o Espírito é vento; na Terra é madeira; no corpo humano são os tendões. Entre os órgãos-*zang* é *gan*; entre as cores é esverdeado; entre os tons é *jue*; entre as vozes é gritante; entre os movimentos indica “agarração”; entre os orifícios são os olhos; entre os sabores é ácido; entre os estados de espírito é a raiva. Se a raiva causar danos isso prejudicará *gan*; tristeza domina a raiva. Se o vento causar danos isso prejudicará os nervos; a seca domina o vento. Se o sabor ácido causar danos isso prejudicará os tendões; o sabor picante domina azedo.

南方生熱，熱生火，火生苦，苦生心，心生血，血生脾，心主舌。其在天爲熱，在地爲火，在體爲脈，在藏爲心，在色爲赤，在音爲徵，在聲爲笑，在變動爲憂，在竅爲舌，在味爲苦，在志爲喜。喜傷心，恐勝喜；熱傷氣，寒勝熱；苦傷氣，鹹勝苦。

O Sul gera calor; o calor gera fogo; o fogo gera o sabor amargo; o sabor amargo gera *xin*; *xin* gera o sangue; o sangue gera *pi*; *xin* governa a língua. No Céu é calor; na Terra é fogo; no corpo humano são os canais. Entre os órgãos-*zang* é *xin*; entre as cores é vermelho; entre os tons é *zhi*; entre as vozes é a risada; entre os movimentos é a ansiedade; entre os orifícios é a língua; entre os sabores é o amargo; entre os estados mentais é a alegria. Se a alegria causar danos, isso prejudicará *xin*; o medo domina a alegria. Se o calor causar danos, isso prejudicará *qi*. O frio domina o calor. Se o sabor amargo causar danos, isso prejudicará *qi*; o sabor salgado domina o amargo.

中央生濕，濕生土，土生甘，甘生脾，脾生肉，肉生肺，脾主口。其在天爲濕，在地爲土，在體爲肉，在藏爲脾，在色爲黃，在音爲宮，在聲爲歌，在變動爲啾，在竅爲口，在味爲甘，在志爲思。思傷脾，怒勝思；濕傷肉，風勝濕；甘傷肉，酸勝甘。

O Centro gera umidade; a umidade gera a terra; a terra gera o sabor doce; o sabor doce gera *pi*; *pi* gera a carne; a carne gera *fei*; *pi* controla a boca. No Céu é umidade; na Terra é terra; no corpo humano é carne. Entre os órgãos-*zang* é *pi*; entre as cores é amarelo; entre os tons é *gong*; entre as vozes é o canto; entre os movimentos é um soluço; entre os orifícios é a boca; entre os sabores é o doce; entre os estados mentais é o pensativo. Se a reflexão causar danos, isso prejudicará *pi*. A

raiva domina a reflexão. Se a umidade causar danos, isso prejudicará a carne. O vento domina a umidade. Se o sabor doce causar danos, isso prejudicará a carne; o sabor ácido domina o doce.

西方生燥，燥生金，金生辛，辛生肺，肺生皮毛，皮毛生腎，肺主鼻。其在天爲燥，在地爲金，在體爲皮毛，在藏爲肺，在色爲白，在音爲商，在聲爲哭，在變動爲咳，在竅爲鼻，在味爲辛，在志爲憂。憂傷肺，喜勝憂；熱傷皮毛，寒勝熱；辛傷皮毛，苦勝辛。

O Leste gera *secura*; a *secura* gera metal; o metal gera o sabor picante; o sabor picante gera *fei*; *fei* gera a pele e os cabelos do corpo; a pele e o cabelo do corpo geram *shen*; *fei* controla o nariz. No Céu é a *secura*; na Terra é metal; no corpo humano é pele, pêlos e cabelos. Entre os órgãos-*zang* é *fei*; entre as cores é branco; entre os tons é *shang*; entre as vozes é o choro; entre os movimentos é a tosse; entre os orifícios é o nariz; entre os sabores é o picante; entre os estados mentais é a ansiedade. Se a ansiedade causar danos, isso prejudicará *fei*; a alegria domina a ansiedade. Se o calor causar danos, isso prejudicará a pele e pêlos do corpo. O frio domina o calor. Se o sabor picante provocar danos, isso prejudicará a pele e os pêlos do corpo; o sabor amargo domina o picante.

北方生寒，寒生水，水生鹹，鹹生腎，腎生骨髓，髓生肝，腎主耳。其在天爲寒，在地爲水，在體爲骨，在藏爲腎，在色爲黑，在音爲羽，在聲爲呻，在變動爲栗，在竅爲耳，在味爲鹹，在志爲恐。恐傷腎，思勝恐；寒傷血，燥勝寒；鹹傷血，甘勝鹹。

O Norte gera frio; o frio gera água; a água gera o sabor salgado; o sabor salgado gera *shen*; *shen* gera os ossos e medula; medula gera *gan*; *shen* governa as orelhas. No Céu é frio; na Terra é água; no corpo humano são os ossos. Entre os órgãos-*zang* é *shen*; entre as cores é preto; entre os tons é *yu*; entre as vozes é o gemido; entre os movimentos é o tremor; entre os orifícios é a orelha; entre os sabores é o salgado; entre os estados mentais é medo. Se o medo causar danos, isso prejudicará *shen*; a reflexão domina o medo. Se o frio causar danos, isso prejudicará o sangue; a *secura* domina o frio. Se o sabor salgado causar danos, isso prejudicará o sangue; o sabor doce domina o salgado.

故曰：天地者，萬物之上下也；陰陽者，血氣之男女也；左右者，陰陽之道路也；水火者，陰陽之征兆也；陰陽者，萬物之能始也。故曰：陰在內，陽之守也；陽在外，陰之使也。

Desta forma, é dito: quanto ao Céu e à Terra, estes são o acima e o abaixo da miríade de seres. Quanto ao yin e yang, estes são o masculino e feminino do sangue e qi. Quanto à esquerda e à

direita, estes são os caminhos de yin e yang. Quanto à água e ao fogo, estes são os sinais de yin e yang. Quanto ao yin e yang, eles são o começo da miríade de seres. Assim, diz-se: “yin está no interior, é o guardião de yang; yang está no exterior, é o empregado de yin.”

帝曰：法陰陽奈何？岐伯曰：陽勝則身熱，腠理閉，喘粗爲之俯仰，汗不出而熱，齒幹以煩冤，腹滿死，能冬不能夏。陰勝則身寒汗出，身常清，數栗而寒，寒則厥，厥則腹滿死。能夏不能冬。此陰陽更勝之變，病之形能也。

Huang Di diz: “De que forma yin e yang podem ser considerados princípios naturais?” Qi Bo responde: “Quando yang domina, o corpo é quente e as estruturas da pele se fecham. O ofegante faz curvas para baixo e para cima. Não há suor mas há calor. Os dentes estão secos e a pessoa experimenta vexações e queixas. Se houver um sentimento de plenitude no abdômen, isto indica uma morte iminente. Isso pode ser suportado no inverno, mas não no verão. Quando yin domina, o corpo está frio e há suor. O corpo está permanentemente frio. Há arrepios frequentes e a pessoa sente frio. Em caso de frio, isso resulta em qi recuado. Quando ocorrer recuo de qi, haverá um sentimento de plenitude no abdômen, e isso indica uma morte iminente. Isso pode ser suportado no verão, mas não no inverno. Estas são as mudanças na dominação alternada das manifestações de doença yin e yang.”

帝曰：調此二者奈何？岐伯曰：能知七損八益，則二者可調，不知用此，則早衰之節也。年四十而陰氣自半也，起居衰矣；年五十，體重，耳目不聰明矣；年六十，陰痿，氣大衰，九竅不利，下虛上實，涕泣俱出矣。故曰：知之則強，不知則老，故同出而名異耳。智者察同，愚者察異，愚者不足，智者有余，有余則耳目聰明，身體輕強，老者復壯，壯者益治。是以聖人爲無爲之事，樂恬憺之能，從欲快志於虛無之守，故壽命無窮，與天地終，此聖人之治身也。

Huang Di diz: “Como estes dois estão harmonizados?” Qi Bo responde: “Se alguém sabe dos sete danos e oito benefícios, então os dois poderão ser harmonizados. Se não souber empregar estes princípios, o período de enfraquecimento chegará cedo. Aos quarenta anos, o yin qi diminuirá para metade comparando com sua quantidade original e as atividades diárias se enfraquecerão. Aos cinquenta anos, o corpo se sente pesado, as orelhas e os olhos já não são claros. Aos sessenta anos, yin atinge um estado de flacidez e paralisia; qi é enfraquecido significativamente e os nove orifícios não são tão claros. Abaixo está o esgotamento; acima está a repleção. O nariz escorre e lágrimas flutuam. Por isso é dito: Aquele que souber destes princípios permanecerá forte. Aquele que não

conhecer estes princípios se tornará velho. Portanto, a origem é idêntica, mas os nomes são diferentes. Aqueles que sabem investigam o mesmo; aqueles que são ignorantes investigam o diferente. Os ignorantes não têm o suficiente; aqueles que sabem possuem em abundância. Se houver excedente, então as orelhas e os olhos são claros. O corpo é leve e os membros são fortes. Aqueles que são velhos se tornam fortes novamente; aqueles que são fortes podem ser tratados com ainda melhores resultados. Assim, os sábios agiam com base em na ideia de não-ação. Eles desfrutavam de sua capacidade de serem pacíficos e tranquilos. Eles seguiam seus desejos e suas mentes permaneciam satisfeitas, enquanto mantinham o vazio absoluto. Por isso, suas vidas não possuem limite e eles existirão até o fim do Céu e da Terra. Isto é resultado da forma como os sábios ordenavam seus corpos.

天不足西北，故西北方陰也，而人右耳目不如左明也。地不滿東南，故東南方陽也，而人左手足不如右強也。帝曰：何以然？岐伯曰：東方陽也，陽者，其精並於上，並於上則上明而下虛，故使耳目聰明而手足不便也；西方陰也，陰者，其精並於下，並於下則下盛而上虛，故其耳目不聰明而手足便也。故俱感於邪，其在上則右甚，在下則左甚，此天地陰陽所不能全也，故邪居之。

O Céu não está suficientemente presente no Noroeste. Por isso, o Noroeste é yin, e as orelhas e os olhos direitos do ser humano não são tão claros quanto os esquerdos. A Terra está incompleta no Sudeste. Por isso, o Sudeste é yang, e as mãos e os pés esquerdos do ser humano não são tão fortes como os direitos. Huang Di pergunta: “Qual o motivo disso?”. Qi Bo responde: “O Oriente é yang. Quanto ao yang, seu *jing* se coleta acima. Quando este se coleta acima, então o acima é brilhante e há um esgotamento abaixo. Assim, isso torna as orelhas e olhos claros, enquanto as mãos e os pés não se movem confortavelmente. O Ocidente é yin. Quanto ao yin, seu *jing* se coleta abaixo. Quando ele se coleta abaixo, então há abundância abaixo e existe uma depleção acima. Por isso, as orelhas e os olhos não são tão claros, enquanto as mãos e os pés se movem confortavelmente. Assim, sempre que alguém for influenciado pelo maligno, se isso ocorrer acima, então o problema será no lado direito. Se isso acontecer abaixo, então o problema será no lado esquerdo. Estes são locais onde yin e yang do Céu e da Terra não podem ser completos. Portanto, o maligno reside lá.

故天有精，地有形，天有八紀，地有五裏，故能為萬物之父母。清陽上天，濁陰歸地，是故天地之動靜，神明為之綱紀，故能以生長收藏，終而復始。惟賢人上配天以養頭，下象地以養足，中傍人事以養五藏。天氣通於肺，地氣通於膻，風氣通於肝，雷氣通於心，谷氣通於脾，雨氣通於腎。六經為川，腸胃為海，九竅為水注之氣。以天地為之陰陽，陽之



汗，以天地之雨名之；陽之氣，以天地之疾風名之。暴氣象雷，逆氣象陽。故治不法天之紀，不用地之理，則災害至矣。

O fato é que o Céu tem *jing*; a Terra tem a aparência física. O Céu tem os oito arranjos; a Terra tem as cinco estruturas. Portanto, o Céu e a Terra são o pai e mãe da infinidade de seres. Yang claro sobe para o Céu; yin turvo retorna à Terra. Por meio do movimento e repouso do Céu e da Terra, o Brilho dos Espíritos estabelecem seus princípios fundamentais. Assim, eles são capazes de passar por geração, crescimento, coleta e armazenamento, e quando o fim chega eles começam novamente. Apenas os homens exemplares correspondem ao Céu acima para nutrir a cabeça, seguem a imagem da Terra abaixo para nutrir os pés, lado a lado com os negócios humanos no meio para nutrir os cinco órgãos-*zang*. Qi do Céu se comunica com *fei*; qi da Terra se comunica com a garganta; qi do vento se comunica com *gan*; qi do trovão se comunica com *xin*; qi dos vales se comunica com *pi*; qi da chuva se comunica com *shen*. Os seis canais são correntes; os intestinos e estômago são o mar. Os nove orifícios são onde o qi flui como água. Céu e Terra são considerados yin e yang: o suor de yang, é assim que a chuva do Céu e Terra são chamados; qi de yang, é assim que se chamam o vento rápido do Céu e da Terra. Qi violento se assemelha ao trovão. Qi que se move em contrário ao seu curso regular se parece com yang. Portanto, se o tratamento não tomar os arranjos do Céu como princípio e não empregar as estruturas da Terra, então catástrofes e grandes danos irão ocorrer.

故邪風之至，疾如風雨，故善治者治皮毛，其次治肌膚，其次治筋脈，其次治六府，其次治五藏。治五藏者，半死半生也。故天之邪氣，感則害人五藏；水谷之寒熱，感則害於六府；地之濕氣，感則害皮肉筋脈。

O fato é que a chegada do vento maligno é rápida como vento e chuva. Desta forma, aqueles que são especialistas em tratamento tratam uma doença enquanto ela estiver dentro da pele e dos pêlos. Em seguida, vem aqueles que tratam uma doença quando esta se encontra nos músculos e na camada mais interna da pele. Em seguida, vem aqueles que tratam uma doença quando esta se encontra nos tendões e canais. Em seguida, vem aqueles que tratam uma doença quando esta se encontra nos seis órgãos-*fu*. A seguir vem aqueles que tratam uma doença quando esta se encontra nos cinco órgãos-*zang*. Quando os cinco órgãos-*zang* forem tratados, as chances de morte e sobrevivência já estarão pela metade. O fato é que, se a pessoa for influenciada pelo qi maligno do Céu, isso prejudicará seus cinco órgãos-*zang*. Se alguém é influenciado pelo frio ou calor de água

e grãos, isso prejudicará os seis órgãos-*fu*. Se alguém for influenciado pela umidade da Terra, isso prejudicará a pele, carne, tendões e canais.

故善用針者，從陰引陽，從陽引陰；以右治左，以左治右；以我知彼，以表知裏。以觀過與不及之理，見微得過，用之不殆。

Assim, aqueles que sabem bem como usar as agulhas, por meio de yin eles guiam yang, e por meio de yang eles guiam yin. Usam a direita para tratar a esquerda, e a esquerda para tratar a direita. Por isso, eles sabem que do exterior se pode conhecer o interior. Ao observar as estruturas de excesso e inadequação, eles vêem o minúsculo e percebem o excesso. Quando aplicam as agulhas, falhas não ocorrerão.

善診者，察色按脈，先別陰陽；審清濁而知部分；視喘息、聽音聲而知所苦；觀權衡規矩而知病所主；按尺寸、觀浮沈滑澀而知病所生。以治無過，以診則不失矣！

Aqueles que sabem bem como diagnosticar, inspecionam a cor e pressionam os canais. Primeiro eles distinguem yin e yang. Eles investigam o que é claro e turvo e conhecem bem as partes do corpo. Eles observam a inspiração e expiração da pessoa, ouvem os tons e as vozes e sabem do que se trata. Eles observam o peso e as medidas, o círculo e o quadrado, e assim sabem qual qi governa qual doença. Eles pressionam Chi e Cun, observam se o movimento nos canais está na superfície ou profundezas, se são suaves ou ásperos, e sabem o local onde a doença surgiu. O fato de que seu tratamento não possui erros é porque durante seu diagnóstico eles não perderam o essencial!

故曰：病之始起也，可刺而已；其盛，可待衰而已。故因其輕而揚之，因其重而減之，因其衰而彰之。形不足者，溫之以氣；精不足者，補之以味。其高者，因而越之；其下者，引而竭之；中滿者，瀉之於內；其有邪者，瀆形以爲汗；其在皮者，汗而發之；其慄悍者，按而收之；其實者，散而瀉之。審其陰陽，以別柔剛。陽病治陰，陰病治陽，定其血氣，各守其鄉，血實宜決之，氣虛宜掣引之。

Assim, diz-se: quando uma doença começa a surgir, pode-se perfurar e a doença acaba. Quando esta crescer, é preciso esperar até enfraquecer para que quanto perfurada, ela desvaneça. Assim, depois de se tornar fraca, disperse-a. Quando se tornar pesada, elimine-a. Depois de se tornar fraca, deixe-a brilhar novamente. Quando a aparência física for insuficiente, aqueça-a com qi. Quando

*jing* for insuficiente, fortaleça-a com sabor. Quando estiver no alto, trate e dispersa-a. Quando estiver abaixo, puxe e elimine-a. Em caso de plenitude central, drene-a para dentro. Quando houver um mal, mergulhe a aparência física para induzir transpiração. Quando o mal estiver na pele, cause transpiração e mande-a embora. Quando o mal for feroz, pressione e colete-o. Aqueles que estão repletos, disperse e drene-os. Investigue sua associação em yin e yang para distinguir entre as terapias leves e intensas. Em caso de doenças yang, trate yin. Em caso de doenças yin, trate yang. Estabilize sangue e qi para que cada um se mantenha em seu lugar original. Quando o sangue estiver repleto, será preciso liberá-lo. Quando o qi estiver esgotado, será preciso puxá-lo.

#### Su Wen Capítulo 4 – Jin Gui Zhen Yan Lun

#### 黃帝內經素問 卷第一，金匱真言論篇第四

黃帝問曰：天有八風，經有五風，何謂。歧伯對曰：八風發邪，以爲經風，觸五藏，邪氣發病。所謂得四時之勝者，春勝長夏，長夏勝冬，冬勝夏，夏勝秋，秋勝春，所謂四時之勝也。東風生於春，病在肝，俞在頸項；南風生於夏，病在心，俞在胸脇；西風生於秋，病在肺，俞在肩背；北風生於冬，病在腎，俞在腰股；中央爲土，病在脾；俞在脊。故春氣者病在頭，夏氣者病在藏，秋氣者病在肩背，冬氣者病在四支。故春善病鼯衄，仲夏善病胸脇，長夏善病洞泄寒中，秋善病風瘧，冬善病痺厥。故冬不按蹻，春不鼯衄，春不病頸項，仲夏不病胸脇，長夏不病洞泄寒中，秋不病風瘧，冬不病痺厥殮泄，而汗出也。夫精者身之本也，故藏於精者春不病溫。夏暑汗不出者，秋成風瘧。此平人脈法也。

Huang Di pergunta: “O Céu tem oito ventos. Os canais têm cinco ventos. O que isso significa?” Qi Bo respondeu: “Os oito ventos produzem o qi maligno. Este se torna os cinco ventos nos canais. Eles são os cinco órgãos-*zang*. O qi maligno produz doenças. Quanto ao chamado ‘para compreender as dominações entre as quatro estações’, a primavera domina o final do verão, o final do verão domina o inverno, o inverno domina o verão, o verão domina o outono, e o outono domina a primavera. Estas são as chamadas ‘dominações entre as quatro estações’. O vento do leste é gerado na primavera e causa doença em *gan*. Os pontos estão no pescoço. O vento sul é gerado no verão e causa doença em *xin*. Os pontos estão no peito e flancos. O vento ocidental é gerado no outono e causa doença em *fei*. Os pontos estão nos ombros e nas costas. O vento norte é gerado no inverno e causa doença em *shen*. Os pontos estão na parte inferior das costas e nas coxas. O centro é a terra. As doenças estão em *pi*. Os pontos estão na coluna vertebral. Assim, quanto ao qi da primavera, este causa doenças na cabeça. Quanto ao qi do verão, este causa doenças nos órgãos-*zang*. Quanto ao qi do outono, este causa doenças nos ombros e costas. Quanto ao qi do inverno,

este causa doenças nos quatro membros. Assim, é comum ser acometido por hemorragia nasal durante a primavera. No segundo mês de verão, um tende a ter doenças no peito e flancos. No final do verão, a pessoa tende a ser cometida por diarreia com vazio e o centro frio. No outono, a pessoa tende a ser cometida por doença *nue* causada pelo vento. No inverno, um tende a sofrer bloqueio e qi recuado. Por isso, se no inverno não forem realizadas massagens, na primavera não haverá hemorragia nasal. Se na primavera não houver doença no pescoço, então no segundo mês do verão não haverá doença no peito e flancos, no final do verão não haverá doença como diarreia e centro frio, no outono não haverá doença como *nue* causada por vento, e no inverno não haverá doenças como bloqueio, qi recuado, refluxo de alimentos e sudorese. *Jing* é a base do corpo. Portanto, se houver armazenamento de *jing*, não haverá doença de calor na primavera. Se no verão a pessoa não suar, isso gerará doença *nue* causada por vento no outono. Esta é a lei de examinação dos canais em uma pessoa normal.

故曰：陰中有陰，陽中有陽。平旦至日中，天之陽，陽中之陽也；日中至黃昏，天之陽，陽中之陰也；合夜至雞鳴，天之陰，陰中之陰也；雞鳴至平旦，天之陰，陰中之陽也。故人亦應之。夫言人之陰陽，則外爲陽，內爲陰。言人身之陰陽，則背爲陽，腹爲陰。言人身之藏府中陰陽，則藏者爲陰，府者爲陽。肝心脾肺腎五藏，皆爲陰。膽胃大腸小腸膀胱三焦六府，皆爲陽。所以欲知陰中之陰，陽中之陽者何也。爲冬病在陰，夏病在陽，春病在陰，秋病在陽，皆視其所在，爲施針石也。故背爲陽，陽中之陽，心也；背爲陽，陽中之陰，肺也；腹爲陰，陰中之陰，腎也；腹爲陰，陰中之陽，肝也；腹爲陰，陰中之至陰，脾也。此皆陰陽表裏內外雌雄相輸應也，故以應天之陰陽也。

Assim, é dito: Em yin é yin; em yang é yang. Do amanhecer ao meio dia, este é o yang do Céu; é o yang no yang. Do meio-dia ao anoitecer, este é o yang do Céu; é o yin no yang. Desde o início da noite até o canto das galinhas, este é o yin do Céu; é o yin no yin. Do canto dos galos ao amanhecer, este é o yin do Céu; é o yang no yin. O fato é que o ser humano também corresponde a isso. Agora, falando sobre yin e yang do ser humano, o exterior é yang, o interior é yin. Falando sobre yin e yang do corpo humano, a parte de trás é yang, o abdômen é yin. Falando sobre o yin e yang entre os órgãos-*zang* e órgãos-*fu* do corpo humano, os órgãos-*zang* são yin e os órgãos-*fu* são yang. *Gan, xin, pi, fei* e *shen*, todos esses órgãos-*zang* são yin. *Dan, wei, dachang, xiaochang, panguang* e *sanjiao*, todos esses seis órgãos-*fu* são yang. Por que alguém quer saber sobre yin em yin e yang em yang? Isso ocorre porque no inverno as doenças estão nas partes yin. No verão, as doenças estão nas partes yang. Na primavera, as doenças estão nas partes yin. No outono, as doenças estão nas partes yang. Seja como for, é preciso procurar sua localização para aplicar

agulhas e pedras adequadamente. Assim, as costas sendo yang, o yang no yang é *xin*. A parte traseira sendo yang, o yin no yang é *fei*. O abdômen sendo yin, o yin no yin é *shen*. O abdômen sendo yin, o yang no yin é *gan*. O abdômen sendo yin, o yin extremo no yin é *pi*. Todas estas são correspondências no transporte de qi entre as regiões yin e yang, exterior e interior, dentro e fora, feminino e masculino. Assim, através destes, há correspondência entre yin e yang do Céu.

### Su Wen Capítulo 6 – Yin Yang Li He Lun

#### 黃帝內經素問 卷第二，陰陽離合論篇第六

黃帝問曰：余聞天爲陽，地爲陰，日爲陽，月爲陰，大小月三百六十日成一歲，人亦應之。今三陰三陽，不應陰陽，其故何也。岐伯對曰：陰陽者，數之可十，推之可百，數之可千，推之可萬，萬之大不可勝數，然其要一也。天覆地載，萬物方生，未出地者，命曰陰處，名曰陰中之陰；則出地者，命曰陰中之陽。陽予之正，陰爲之主。故生因春，長因夏，收因秋，藏因冬，失常則天地四塞。陰陽之變，其在人者，亦數之可數。

Huang Di pergunta: “Ouvi dizer: o Céu é yang, a Terra é yin. O sol é yang, a lua é yin. Meses mais longos e curtos, os dias constituem um ano, e o ser humano também corresponde a isso. Agora, os três yin e os três yang do ser humano não correspondem ao yin e yang do Céu. Qual é a razão para isso?” Qi Bo responde: “Quanto ao yin e yang correspondentes ao ser humano, conte suas associações e você pode chegar à dez. Expanda estas um pouco mais e você pode chegar à cem. Conte estas e você pode alcançar mil. Amplie-as e você pode atingir dez mil. As associações superiores a dez mil são incontáveis, e ainda assim seu princípio é o Um. O Céu cobre a infinidade de seres, enquanto a Terra carrega-os. Quando a miríade de seres acaba de ganhar vida, antes de emergirem da Terra, isso é chamado ‘localização de yin’, ou yin no yin. Quando eles emergem da Terra, isso se chama yang no yin. Yang qi fornece a infinidade de seres com qi apropriado, enquanto yin qi os governa. Por isso, eles nascem na primavera, crescem durante o verão, são recolhidos no outono, e são armazenados durante o inverno. Se a sua regularidade for perdida, os quatro qi sazonais do Céu e da Terra estarão obstruídos. As mudanças de yin e yang, na medida em que ocorrem no ser humano, também podem ser quantificadas ao serem colocadas em números.