



**All Disease Comes From the Heart:
The Pivotal Role of the Emotions
in Classical Chinese Medicine**

Todas as Doenças Vem do Coração
O Papel Central das Emoções na Medicina Chinesa Clássica

**Pelo médico Coreano do século 16 Hur Jun (Em Chinês: Xu Jun)
da obra *Dongyi baojian* (Reflexões Preciosas de um Médico Oriental)**

Do original em inglês de

Heiner Fruehauf

<http://www.classicalchinesemedicine.org>

Versão em Português:

Paulo Henrique Pereira Gonçalves

Supervisão e Revisão :

Ephraim Ferreira Medeiros

www.medicinachinesaclassica.org

A maioria dos clínicos modernos, perceberam que a maioria de seus pacientes sofrem do complexo de sintomas geralmente referido como “stress”. Stress emocional, no entanto, é normalmente considerado como um fator misto, mais do que um fator “causativo” em fisiopatologia. Esta denominação é contrária aos princípios da medicina clássica chinesa, a qual originalmente refere-se aos desequilíbrios emocionais como uma aflição espiritual de importância primária. Enquanto a filosofia chinesa antiga considerava a sensibilidade emocional como nosso maior recurso no processo de completar o destino humano, também é referido aos temperamentos humanos como nossa maior desvantagem devido ao seu vasto potencial patogênico.

Enquanto a medicina ocidental teria encontrado a teoria psicossomática no séc. XX, a sutil e não-qualificável natureza das emoções continua a ser vista como um fator nebuloso pelos provedores da ciência materialista. O resultado é que médicos modernos normalmente ignoram ou simplesmente medicam sintomas de stress, depressão, ou ansiedade. Esta tendência afetara como a medicina chinesa institucionalizada enxerga o tópico a respeito das emoções hoje em dia. Enquanto a marca contemporânea da medicina chinesa, exportada pela República Popular da China sob o nome comercial de “MTC”, desconhece que o tratamento de sintomas não-localizados e não-estruturais pertencem ao seu domínio terapêutico, os livros de teoria sobre MTC carecem tanto de uma abordagem coerente quanto profunda a respeito da natureza e a dinâmica dos sentimentos humanos.

Através da revisão de fontes antigas relevantes, este ensaio pretende salientar a atenção a respeito da complexidade original e a importância que a medicina clássica chinesa concede ao tema das emoções. Escritos a mais de 2000 anos atrás, diversos textos citados abaixo nos lembram que a maioria das enfermidades das pessoas que

vivem nas cidades são causadas por stress emocional. Este é um conselho clínico pertinente, que mais do que nunca se aplica às realidades da prática contemporânea da medicina chinesa.

A Relação do Corpo e o Espírito

“Eu acredito que existam duas metodologias diferentes de aprendizado: uma é orientada pelo tempo, e a outra é orientada pelo espaço.”¹ Assim começa uma análise das diferenças entre a medicina chinesa e a ciência moderna feita pelo filósofo contemporâneo Liu Changlin. Ele continua, descrevendo como a medicina chinesa é uma “terapia temporal”, baseada na ciência antiga a respeito das dinâmicas energéticas, enquanto a medicina ocidental se trata de uma terapia “espacial”, enraizada na ciência moderna da análise material. De fato, a principal distinção entre médicos modernos e antigos se trata de como eles visualizavam a natureza e relação da matéria, energia e consciência. O que veio primeiro, o ovo ou a galinha? Todas as medicinas enraizadas no materialismo científico, assim como o materialismo Marxista respondem ressoantemente a favor da matéria. **Não se trata de um acidente que o termo chinês utilizado atualmente para medicina psicossomática seja *xingShen bingxue*, literalmente “a ciência de como (primariamente) a forma física e (secundariamente) espírito se relacionam no processo de formação da doença.** Uma cartilha de MTC de 1991 a respeito da ligação corpo-mente elabora: “Na relação entre matéria (*xing*) e espírito (*Shen*), a matéria toma o papel de liderança, enquanto o fenômeno da mente e as emoções são secundários a isso; primeiro há a matéria, então há a consciência; a consciência nasce da matéria.”² A respeito deste paradigma, o filósofo Xunzi é normalmente referido como pioneiro do “pensamento materialista progressista”, enquanto a maioria dos textos Budistas e Taoistas a respeito do tema

“matéria” são identificados como “reflexões idealistas, resultantes das condições retrógradas do passado feudal da China.” 3

Em contraste a essa posição, os clássicos explicativos da medicina chinesa estabelecem que são as forças invisíveis do *Shen* (espírito) e *qi* (força funcional) que governam a matéria. “Os Céus vêm primeiro,” diz o Lingshu, “a terra em segundo.”³ Ou nas palavras mais elaboradas de Liu Zhou, um filósofo do séc. VI: “Se o espírito encontra-se em paz, o Coração está em harmonia; quando o Coração está em harmonia,, o corpo está pleno; se o espírito se torna irritado, o Coração oscila, e quando o Coração oscila, o espírito é prejudicado; se alguém busca curar o corpo físico, então será necessário que se regule o espírito antes.” 5 Seguindo a premissa de um dos princípios mais fundamentais da medicina chinesa, a teoria do Jing – Qi – Shen (o precursor chinês da teoria contemporânea sobre corpo-mente-espírito), o diagnóstico médico chinês foca principalmente em determinar as condições do *qi* e *Shen*, enquanto a terapia médica chinesa empenha-se em tratar o *qi* e o *Shen*. Isto inclui situações onde a meta principal é causar mudanças no corpo físico. O conceito central da medicina chinesa sobre Shen encontrado nos textos chineses mais antigos poderia ser resumidamente conceituado como “aquilo que é sutil e invisível, e ainda assim comanda a tudo.”

Um dos tópicos elaborados em todos os principais clássicos de medicina – O Clássico de Medicina do Imperador Amarelo (Neijing), o Clássico das Dificuldades (Nanjing) e o Tratado sobre as Desordens Causadas pelo Frio e Síndromes Mistas (Shanghan zabing lun) – é o conceito do médico superior (shanggong). De acordo com todas essas fontes, é a característica definitiva de um curandeiro que se sobressai ser capaz de diagnosticar e tratar doenças ao nível do Shen. O Neijing declara em uma linha exemplar: “O médico superior faz de sua prerrogativa tratar uma doença quando ela ainda não se manifestou estruturalmente, e se previne de estar na posição de precisar tratar desordens que já tenham progredido

para o reino físico.” 6 Em contraste, “os médicos de nível inferior encontram-se recuperando o que já se manifestou na forma física, e tratando o que já se encontra arruinado.” 7 Os médicos de alto-nível percebem o que praticantes medianos não podem ver:

O corpo físico – sim, você precisa trabalhar com ele quando seus olhos não podem perceber, perguntando onde se localiza o desconforto e apalpando os canais... *Shen*, por outro lado, sim *Shen* – para se diagnosticar nesse nível você não precisa se concentrar no que o paciente lhe diz. Seus olhos enxergam o invisível, seu Coração está aberto, e seu senso intuitivo toma a dianteira e se mantém centrado. De repente, então, a verdade sutil irá se revelar para você, sendo incapaz de colocar sua experiência em palavras, vendo enquanto todos os demais não vêem; como se a noite se tornasse clara apenas para você, enquanto todos os demais permanecem na escuridão, como a mão invisível do vento movendo as nuvens. É por isso que é chamado de *Shen*, *Misterioso*. 8

Um doutor exemplar, portanto, “segue os princípios dos tempos antigos, experimenta sua mágica no presente, mantém seu olho interior no sutil e misterioso, e permanece conectado ao reino do ilimitado – O que a maioria não vê é o que o excelente médico valoriza; ... é por isso que o médico superior atua com os “brotos invisíveis” ao lidar com o *qi*, enquanto os médicos inferiores focam-se no reino daquilo que já é manifesto, portanto contribuindo para o declínio do corpo.”⁹ As prioridades dos praticantes da Medicina Clássica Chinesa são então resumidos como a seguir: “Um, tratar o espírito; dois, saber como nutrir o corpo físico; três, conhecer a verdadeira transmissão da medicina herbal; quatro, trabalhar com os tipos de agulha maiores e menores; e cinco, saber como diagnosticar o estado do *qi* e sangue nos órgãos zang e fu.”¹⁰

Entre Céu e Terra: O Destino Humano e o Coração

Em 1174, o o médico e sábio da Dinastia Song, Chen Yan, recapitulou três causas gerais para doenças (*sanYin*) que ainda servem de modelo para a patogenia médica chinesa:

A primeira categoria se chama causas internas, referindo-se às sete emoções (*qiqing*) que emergem do interior dos órgãos e então se refletem como “patologia estrutural” nas partes externas do corpo; a próxima se chama causas externas, referindo-se às seis influências climáticas externas (*liuYin*) que invadem os canais e colaterais pelo lado de fora, e devido ao trajeto, chegam a se instalar nos órgãos; a última chama-se causas nem internas, nem externas, referindo-se aos danos causados à energia vital pelo fato de se comer demais ou de menos, ou por mordidas de tigres, lobos e insetos venenosos, assim como acidentes envolvendo armas, afogamento e coisas do tipo.¹¹

Enquanto o trabalho de Chen geralmente é creditado como introdução da “teoria das três causas”, a caracterização de patologia emocional versus não-emocional é tão velha quanto a noção própria noção de doença segundo a visão chinesa. Começando com os mais antigos textos médicos, dois caracteres chineses são geralmente usados para descrever o conceito de doença, a saber, *ji* e *bing*. Um antigo dicionário define *ji* como “uma enfermidade aguda que surge quando o *qi* exterior agride a pessoa.”¹² Em contraste, o termo mais comum, *bing*, é descrito como “uma enfermidade mais severa e complexa.”¹³ que “é agregada ao *qi* correto dentro do corpo de uma pessoa.”¹⁴ Em um sentido mais literal, *bing* significa “angústia do Coração .” Consiste da combinação do radical de doença (originalmente um pictograma de uma pessoa acamada) e o tronco celeste *bing*, o qual se associa a fase do elemento fogo e ao órgão do Coração . Juntos, o caracter completo significa a situação onde alguém se torna fisicamente doente devido a causas mentais, emocionais ou espirituais.¹⁵



Versão dos Ossos Oraculares do carácter *ji*:
Uma pessoa alvejada por uma flecha de fora

Apesar deste claro retrato do papel principal do Shen e sua participação no processo de formação da doença, a MTC contemporânea banira o papel das emoções dos arquivos históricos da medicina chinesa, junto com diversos outros aspectos da medicina clássica chinesa que não se entrelaçam com a ideologia da ciência materialista Marxista. Consequentemente, muitos praticantes modernos da medicina chinesa tendem a prestar mais atenção a vírus e bactérias do que ao stress emocional como causador de doenças.

Em contraste a esse recente desenvolvimento, todos os médicos notáveis do passado concordavam que apenas animais e sábios iluminados eram capazes de escapar da influência das emoções, enquanto seres humanos normais são suscetíveis ao seu potencial patogênico. O médico do séc. XVIII Xu Dachun uma vez comentou: “O tratamento dos humanos deveria ser diferente daquele para os animais, pois as enfermidades dos animais são raramente causadas por fatores emocionais, mas sim por problemas relacionados ao vento, frio e alimentos.”¹⁶ Como se acrescentasse ao comentário, Miu Xiyong em 1625 chamou a atenção para: “Em tempos muito antigos, as doenças nos humanos era principalmente causada pelos seis padrões de excessos climáticos do que pelas sete emoções. Hoje, a situação é bem diferente – as sete influências emocionais são severas e os cinco desejos fluíam profundamente.”¹⁷

Sentimentos e emoções, portanto, encontram-se no âmago da condição humana – definidas por fontes chinesas antigas como a condição [ou compromisso] por se receber um Coração, um Coração que mantém o ser humano suspenso na batalha dinâmica entre os demônios terrenos do corpo animal e os espíritos virtuosos de seu/sua natureza divina. O *Shuowen jiezi*, o mais antigo dicionário da China, define o Coração como “o Coração humano; o órgão da terra.”¹⁸ Como acréscimo a distinção das complexidades do espírito humano em relação a outros seres vivos, essa notável constatação do séc. II faz referência a um fato pouco conhecido: **nos estágios iniciais da medicina chinesa, o Coração era alternadamente classificado como o órgão da terra, e não o órgão do fogo como é exclusivamente descrito hoje em dia.** Pela perspectiva da cosmologia chinesa, parece apropriado que o Coração – o “recipiente vazio” e portador do Shen – tenha sido primeiramente associado à Terra. Similar à história da criação que aparece no Antigo Testamento, assim como em outras tradições antigas, a mitologia chinesa alega que os humanos foram primeiramente feitos de barro: “As pessoas dizem que quando o Céu e a Terra foram abertos e separados, a humanidade ainda não existia. Nu Gua (o princípio criador) teria moldado terra amarela e então feito os seres humanos.”¹⁹

A condição humana, portanto, é metaforicamente descrita como o estado onde se possui um Coração de terra, o qual, quando se encontra saudável, se torna capaz de conter o fogo do espírito, incluindo as emoções e suas ramificações potencialmente problemáticas.

Outro denominador comum que relaciona o Coração à fase do elemento terra e o destino evolutivo da humanidade é o número cinco. Diversos textos antigos, incluindo o *Neijing*, relatam ou fazem referência à teoria de que todas as formas de vida estão divididas em cinco categorias: as criaturas com escamas, significando o elemento água e o número 1 (representação: dragão); as criaturas com asas, significando o elemento fogo e o número 2 (representação: fênix); as

criaturas com pêlos, significando o elemento madeira e o número três (representação: unicórnio); as criaturas com couraças, representando o elemento metal e o número 4 (representação: tartaruga); as criaturas nuas, significando o elemento terra e o número 5 (representação: seres humanos ou, em algumas fontes, o sábio).²⁰

Por uma perspectiva mais antiga, humanos são um tanto quanto ligados ao ritmo de cinco. O *Guanzi*, um texto atribuído ao filósofo Guan Zhong que vivera durante o séc. VII A.C., observa que “o ser humano completa sua forma física após cinco meses lunares e nasce após dez.”²¹ Cinco representa a união do primeiro número Yang (3) e o primeiro número Yin (2), e é descrito por diversas tradições antigas como o número do maior sentimento – amor. Cinco, como o Yang se unindo e se movendo dentro do Yin, é portanto a versão numérica da terra contendo o fogo, ou o espírito movendo-se dentro do corpo. Esta talvez seja a razão principal do porque a teoria médica chinesa se utiliza do sistema dos cinco elementos como os primeiros meios de se diagnosticar o ser humano.

O sistema mais conveniente para se avaliar o fluxo da “humanidade”: o fluxo do espírito divino dentro da matéria do corpo animal. O número cinco está intrinsecamente associado às cinco fases, e portanto ao movimento propriamente dito, harmonizando o movimento de ascensão da terra com o movimento de descida dos céus. O Coração humano, apropriadamente associado ao quinto mês do ciclo lunar, é primariamente terra e secundariamente fogo. A principal parte de se ser humano relaciona-se com a natureza dessa terra: um denso torrão de areia com memórias bestiais, e ainda assim com uma missão atada com os céus que encontra-se paralela à evolução da postura humana. Enquanto a maioria dos animais caminha em quatro patas, manifestando seu destino terreno, os humanos caminham eretos com sua cabeça apontada aos céus, cumprindo um destino que inclui a descoberta do céu contido na terra. Por essa razão, cinco é considerado tanto o número da humanidade como o

número da evolução. Para os criadores da medicina chinesa, **ser humano significava ser dotado de um Coração e o potencial resultante de sentir, se conectar e ritualisticamente celebrar as dimensões maiores, tomadas como a fonte de toda a vida.** A natureza reativa e em constante movimento do Coração humano, no entanto, requer que neste processo, a inconstância do fogo seja contida pela estabilidade da terra. Caso contrário, o espírito irá se tornar sem chão, abrindo assim as portas para que as sete emoções liberem seus efeitos consumidores.

Natureza Celestial e Emoções Terrenas

Enquanto o número cinco do Coração reflete a essência da terra – terra com uma missão celestial – A natureza anti-ética do raciocínio Taoísta determina que é utilizado primeiramente para expresser as qualidades do Yang e do Céu. Como tal, designa os cinco movimentos planetários no céu (*wuyun*), assim como a disposição celeste do ser humano: “A forma como o ser humano ressoa com o Caminho dos Céus é a seguinte: dentro dele, existem cinco órgãos zang que respondem aos cinco sons, às cinco cores, aos cinco sabores e as cinco direções.”²²

Ao elaborar este sistema de correspondência celeste pelo poder do cinco, fontes médicas antigas mais adiante descreveram humanidade como sendo dotado de cinco sentimentos (*wuzhi*) e cinco naturezas (*wuxing*).

Os cinco sentimentos são os seguintes: vigor (*nu*), associado ao órgão da madeira, fígado; êxtase (*xi*), associado ao órgão do fogo, Coração ; contemplação (*si*) associada ao órgão da terra, baço; nostalgia (*bei*) associada ao órgão do metal, pulmão; e respeito (*kong*), associado ao órgão da água, rim. Todos eles fazem parte do movimento fisiológico do Coração humano, visto que “vigor faz com que o qi ascenda, êxtase faz com que o qi se abra, nostalgia faz com que o qi se dissipe, pavor faz com que o qi descendam... e a contemplação faz com que o qi congele.”²³

Como todo atributo universal associado ao número cinco, é importante ressaltar que todos os cinco sentimentos são de forma inerente, positivos, contribuindo para o processo de ascensão no caminho evolutivo humano. É dito que causam desequilíbrios apenas quando saem de seu curso natural por questões egoístas que irão de forma subsequente leva-los a um estado de excesso, deficiência ou estagnação. Xu Dachun comenta: “se os cinco sentimentos são favorecidos além de suas medidas, então patologias do fogo se desenvolvem e causam enfermidades.”²⁴ Neste caso, o vigor se torna raiva, êxtase se torna histeria, contemplação se torna preocupação, nostalgia se torna tristeza, e respeito se torna medo. Como toda criação simbólica antiga, o espírito da composição de caracteres chineses garante que ambos aspectos de interpretação, o lado esclarecedor do Yang, assim como o lado obscuro do Yin, estejam contidos nos nomes originais dos cinco sentimentos.

As cinco manifestações humanas da natureza divina (*wuxing*) são normalmente discutidas em textos escritos durante o período de formação do Neijing, incluindo *Mestre Xun (Xunzi)*, *Jóias Preciosas das Primaveras e Outonos (Chunqiu Fanlu)*, *Os Registros de Rituais de Daí, o Ancião (Da Daí Liji)*, e *Debates Compreensíveis no Salão do Tigre Branco (Baihu Tongyi)*, ainda que existisse na época uma ausência de livros mais modernos de medicina chinesa. Estes são ainda chamados de *wuchang*, as cinco constâncias, e representam: compaixão (*ren*) associada ao fígado; retidão (*li*) associada ao Coração ; integridade (*xin*) associada ao baço; abnegação (*yi*) associada ao pulmão; e sabedoria (*zhi*) associada ao rim.²⁵

É uma das características do conceito das antigas teorias dos sistemas chineses que as funções cíclicas no céu, na terra e no homem são descritos em termos de doze. A mais de 2000 anos atrás, pensadores da Dinastia Han finalizaram um modelo holográfico do universo no qual doze principais casas celestiais no céu ressoavam com doze estados feudais da China, os quais por sua

vez correspondiam a doze redes de órgãos funcionais no corpo humano. O sistema de doze, o qual é encontrado na grande maioria das tradições antigas do mundo, foi precedido na China por um sistema de onze, “pareando” o número cinco Yang com o número Yin seis. O Céu, por essa razão, era a arena do *wuyun liuqi* (os cinco movimentos planetários e as seis influências climáticas), enquanto os seres humanos eram o terreno do *wuzang liufu* (as funções dos cinco zang e seis fu). Note que o termo *wuzang liufu* continua sendo o principal termo chinês para o sistema de órgãos hoje em dia, embora o pericárdio tenha tecnicamente tomado seu lugar como o sexto zang no ciclo de doze da medicina chinesa, revisado desde os tempos do Neijing. Esta situação se deve provavelmente à tarefa oficial de “gerar os estados de êxtase e felicidade”, definindo-o como o mais emocional da rede de órgãos e por isso ligando-o ao reino terreno do seis ao invés da atmosfera celeste do cinco.²⁶

Outro item que utilizou para caracterizar neste abrangente sistema de correspondência cinco-seis foi a organização *liuqing wuxing* da receptividade humana, interligando os cinco aspectos celestiais da natureza humana (*wuxing*) com as seis emoções terrenas (*liuqing*).

As cinco naturezas e as seis emoções são ditas como criadoras do “clima” do microcosmo, assim como os cinco movimentos planetários e seis influências climáticas geram as condições dinâmicas do macrocosmo.²⁷ Como Xunzi aponta, as cinco naturezas são presentes dos Céus, enquanto as seis emoções são funções secundárias associadas a elas: Aquilo com o que o ser humano nasce é chamado de sua natureza;... o amor, ódio, gostos, desgostos, tristeza e ânsia por prazer que brotam dessa natureza básica, são chamadas de emoções.²⁸

Dentro do clima das emoções humanas, além disso, as cinco naturezas são descritas como a constância celeste que está em constante perigo de tornar-se corrompida pelo mais imprevisível fator das seis emoções, os quais a maioria das vezes são

nomeados como amor (*hao*), ódio (*wu*), excitação (*xi*), raiva (*nu*), tristeza (*ai*), e prazer (*le*). O número seis, afinal, é o rótulo do espaço tridimensional, associado ao reino sedutor da terra, do corpo e de si mesmo.²⁹

Como uma antiga fonte taoísta constata: “Tudo que contém mais das cinco naturezas é como o Yang e portanto compassivo, enquanto tudo que contém mais das seis emoções é como o Yin e, portanto, egoísta.”³⁰

As seis emoções, portanto, são geralmente descritas como um fator que traz o desequilíbrio ao potencial celeste da humanidade e o atira ao caos. “Deve-se proteger as cinco naturezas celestes e eliminar as seis emoções,” um antigo comentador de Laozi afirma, em uma elaboração posterior: “Quando humanos livram a si mesmos das emoções e desejos, moderam as tentações sensuais do mundo material, e purificam as funções dos cinco órgãos zang, então a luz do espírito irá preenchê-los.”³¹ Esta constatação ecoa por uma gama de textos budistas, ilustrando o fluídico intercâmbio entre as duas tradições, e tipicamente se utiliza de linguagens como a seguinte: “As seis emoções devem ser reprimidas, assim como alguém se protege de cães, cervos, peixes, cobras, macacos e pássaros.”³² Completando este argumento, a fonte do séc. I, Debates Compreensivos no Salão do Tigre Branco, enuncia as origens etimológicas dos caracteres para natureza e emoção: “Emoção (*qing* 情) é aquilo que se deve manter em silêncio (*jing* 靜), enquanto natureza (*xing* 性) é aquilo que deve se manter ativo e revelado (Sheng 生).”³³ Note que esta caracterização geral também se relaciona aos seis fu do corpo, os quais em seu estado fisiológico deveriam se encontrar vazios, mas tendem para o estado patológico de excesso.

Diretamente associado às seis emoções está o *liuyu*, os seis catalisadores do desejo: os olhos, os ouvidos, o nariz, a língua, o corpo e a mente. Os Anais do Mestre Lü (Lüshi chunqiu), compilado durante o séc. III A.C., primeiro menciona a relação entre as emoções e os desejos:

Os Céus criaram o ser humano e o dotaram de cobiça e desejo. Desejo é

associado à emoção, e emoção é associada à moderação. O sábio cultiva a moderação emocional de forma que possa controlar seus desejos, e nunca permitir que as emoções determinem suas ações em vida. O desejo dos ouvidos são os cinco sons, o desejo dos olhos são as cinco cores, o desejo da boca são os cinco sabores, isso é emoção.³⁴

História das Cinco, Seis e Sete Emoções

Fonte	Wuqing (Cinco Emoções)	Liuqing (Seis Emoções)	Qiqing (Sete Emoções)
Liji (séc. III A.C.)			Excitação (xi), raiva (nu), tristeza (ai), pânico (ju), afeição (ai), ódio (wu), desejo (yu)
Xunzi (Séc. III A.C.)		Amor (hao), ódio (wu), excitação (xi), raiva (nu), tristeza (ai), prazer (le)	
Hanshu(séc. I)		Parcialidade (shan), ódio (wu), excitação (xi), raiva (nu), tristeza (ai), prazer (le)	
Baihu tongyi (séc. I)		Excitação (xi), raiva (nu), amor (hao), ódio (wu), prazer (le), tristeza (ai)	
Escrituras Budistas Chinesas (séc.III~VI)	Não especificadas (associadas às cinco raízes: olhos, ouvidos, nariz, língua, corpo)	Não especificadas (associadas às seis raízes: olhos, ouvidos, nariz, língua, corpo, e mente)	
Hai lu suishi (séc. XII)	Excitação (xi), raiva (nu), tristeza (ai), prazer (le), culpa (yuan)		

Zhizi yulu (Os ensinamentos do filósofo Neo-Confucionista Zhu Xi, 1130-1200)			Excitação (xi), raiva (nu), melancolia (you), pânico (ju), afeição (ai), ódio (wu), desejo (yu)
Principais Textos Médicos sobre a versão atual das sete emoções: SanYin jiyi bingzheng fanglun (1174), Shiyi dexiao fang (1176), JiShen g fang (1253), Puji fang (1406), Binhu maixue (1564), Zhengzhi zhunShen g (1602), Jingyue quanshu (1636), Yizong jinjian (1742)			Excitação (xi), raiva (nu), melancolia (you), preocupação (si), pesar (bei), temor (jing), medo (kong)

Não foi antes do séc. XII, iniciando com Análise e Fórmulas para Enfermidades Similares Geradas pelas Três Causas (SanYin jiyi bingzheng fanglun) de Chen Yan que o conceito amplamente utilizado de seis emoções/desejos se tornou as sete emoções, as quais representam a terminologia aceita para patologias emocionais na medicina chinesa hoje em dia. Este desenvolvimento foi possivelmente inspirado pelos influentes ensinamentos do filósofo neo-confucionista Zhu Xi, que por sua vez parece ter baseado seu conceito de sete emoções em uma antiga menção a respeito do termo qiqing no Registro dos Rituais (*Liji*).

Deve-se lembrar que outras formas de categorizar as emoções também existiram, como as cinco emoções (*wuqing*), um termo constantemente mencionado em textos budistas antigos. Qualquer que seja o sistema numérico usado, todas as classificações chinesas tradicionais para o temperamento humano têm, em comum, o fato de que eles descrevem as emoções como a principal causa para doenças.³⁵

O Poder dos Rituais e do Sistema de Terapia Emocional do Mestre Confucionista Wang Fengyi (1864-1937)

”A diferença entre se estar no commando e perder o commando sobre as emoções é a raiz da vida e da morte, e o ponto de partida de viver e morrer.”³⁶
Portanto, os Anais do Mestre Lu resumem a

sabedoria convencional chinesa a respeito do dilema dos sentimentos humanos, frisando que a maestria sobre as emoções é um requerimento para se manter a saúde e a longevidade. A mesma fonte também revela o atualmente bem conhecido fato de que o desequilíbrio emocional inicia a estagnação da energia, uma causa potencial para a fleuma, estagnação de sangue e outros precursores de patologias estruturais. Para se resolver o desconforto agudo causado pelo stress emocional e a depressão, atuais praticantes da medicina chinesa normalmente prescrevem fitoterápicos como Xiaoyao San, o famoso “pó para dispersar emoções estagnadas e recuperar o lazer e o bem-estar” do séc. XI. **No entanto, vários médicos do passado acreditavam que a camada mais profunda dos danos emocionais não podia ser tratado com ervas, mas precisavam ser eliminadas afetando diretamente o espírito.** Xu Dachun, por exemplo, descreve como aplicar o ciclo de controle dos cinco elementos para tratar enfermidades originadas pelo excesso de emoções:

Se os cinco sentimentos estiverem muito alterados, esta condição não poderá ser tratada com plantas, mas deverá ser afetada pelo ciclo de controle. A tristeza controla a raiva, use-a para tocar uma pessoa raivosa com contos de miséria e abatimentos; o excitação controla a tristeza, use-o para fazer vibrar uma pessoa triste, inundando-a com ondas de sarcasmo e linguagem degradante; o medo pode

controlar a excitação, use-o para intimidar uma pessoa maníaca com ameaças de morte e desastres iminentes; a raiva pode controlar a preocupação, use-a para incitar uma pessoa deprimida com linguagem baixa e ofensiva; a preocupação pode controlar o medo, use-a para abordar uma pessoa em pânico por meio de notícias deprimentes de perdas em potencial.³⁷

Embora esta abordagem de “tratar fogo com fogo” também seja apresentada nas histórias de casos clínicos de outros médicos, ela não representa de forma alguma uma forma de cura para desequilíbrios emocionais aceita de modo amplo. Mais tipicamente, algumas fontes religiosas optam por uma completa “eliminação” e “rejeição” das emoções, enquanto a maioria dos textos prescrevem uma abordagem mais moderada, defendendo o equilíbrio de sentimentos mais fortes por meio de sua canalização através de formas mais apropriadas. A palavra chave usada nesse contexto é *jie* (harmonizar, moderar, criar ritmo). Grande parte dos textos relevantes define moderação como uma qualidade distinta dos sábios, os quais sozinhos são capazes de usar as emoções de forma apropriada, para alcançar uma profunda conexão sem serem desviados e eventualmente sucumbirem à doença. Para a pessoa comum, a melhor maneira de se moderar o espírito agitado é por meio da instituição de rituais, como o famoso historiador do séc. I, Ban Gu, explica na passagem a seguir:

Os seres humanos contêm tanto as influências Yin quanto Yang do Céu e da terra, e consequentemente manifestam emoções de parcialidade, ódio, excitação, raiva, tristeza, e prazer; por conta disso é que nos deparamos com a natureza dividida da humanidade, a qual é tão difícil de moderar. Os sábios solitários são capazes de moderar este aspecto da condição humana, e por conta disso criaram rituais e músicas guiadas pelo exemplo do Céu e da terra, usando-os para permanecer conectados com a luz do espírito que a tudo governa,

estabelecendo as leis do comportamento humano, corrigindo a relação entre a natureza humana e as emoções, e então alcançando a moderação em toda a miríade de questões da vida. Para os sentimentos entre homem e mulher, e a sensação de ciúmes, criaram o ritual do matrimônio; para a interação social entre membros mais velhos e mais jovens da comunidade, criaram os rituais dos banquetes de celebração; para o sentimento de pesar pela morte e perda de entes queridos, criaram o ritual da manhã sacrificial; para o desejo de venerar um líder, criaram o ritual da audiência. Um ritual de luto possui lamentos e passos ritualísticos, enquanto a música possui um certo formato para danças e canções – suficiente para aquecer os sentimentos de retidão, e prevenir os passos errados daqueles que são desonestos. Se o ritual do matrimônio é abandonado, então o Tao do marido e da mulher se tornará deficiente, e consequentemente os pecados da decadência e abstinência sexual irão crescer; se o ritual dos banquetes de celebração são abandonados, então a devida ordem entre as gerações mais velhas e mais novas irá se perder, e os crimes de disputas e bajulações irão florescer; se o ritual de luto e sepultamento for abandonado, então a gratidão que devemos à nossa própria carne e sangue se torna fraca, e muitos dos mortos irão se esquecer dos vivos; se o ritual da audiência for abandonado, então a posição de governante e servo se tornará confusa, e então guerra e desordem irão gradualmente surgir.³⁸

De acordo com o sistema de cinco naturezas/virtudes introduzido em uma sessão anterior deste artigo, *li* (retidão, conexão sagrada, ritual) é a função mais diretamente associada ao Coração. Como estudioso de medicina chinesa, foi de grande interesse para mim, revelar esta ligação explícita entre a cura emocional e a ritualística chinesa antiga, um conceito normalmente tido como um assunto antiquado dos antropologistas e historiadores religiosos*. Isto posteriormente fortaleceu a convicção primeiramente comunicada a mim pela

Comment: O texto original dizia “a topic usually thought of as the musty turf”, que ao pé da letra seria algo como “um tópico normalmente visto como o relevo embolorado”, por falta de uma tradução coerente, supus que se tratava de um assunto já muito batido.

maioria de meus mentores chineses de que uma pesquisa significativa sobre os conceitos fundamentais da medicina oriental requer uma imersão no ambiente textual dos períodos do Neijing e Pré-Neijing. De uma perspectiva clínica, o conceito de retidão, ritual, e emoções moderadas são popularmente reconhecidos hoje tanto quanto vestir o vestido da tia-avó Bertha em uma noite de sábado pela cidade. Fora então uma experiência iluminadora para mim encontrar um grupo de terapeutas do norte da China que ainda usam os ensinamentos confucionistas de virtude, rituais e relações sociais como sua ferramenta primária de tratamento. Sua abordagem de cura é radical, especialmente quando se leva em consideração o fato de que estão praticando no território da República Popular da China – seu trabalho é aparentemente desprovido de fármacos, ervas ou agulhas, mas sim fazendo o uso exclusivo de métodos não-materiais como conto de histórias e afirmações ritualísticas. Repetindo alguma das fontes antigas introduzidas anteriormente, estes praticantes acreditam que a maioria das doenças se origina do obscurecimento dos brilhantes aspectos da natureza humana por meio dos véus das emoções impróprias.

As origens desta modalidade de cura – ainda amplamente praticada nas províncias do Norte de Liaoning, Jilin, e Heilongjiang – estão enraizadas nos ensinamentos de Wang Fengyi, um mestre Confucionista e carismático curandeiro emocional que fora extremamente influenciador nesta parte da China durante o início do séc. XX. A biografia de Wang relata que ele cresceu como um pobre e iletrado camponês, e tornou-se iluminado a respeito da natureza das emoções humanas e suas conseqüências causadoras de enfermidades enquanto cumpria a tradicional vigia de três anos sobre o túmulo de seu pai.³⁹

Ele observou que todas as emoções surgem de interações sociais, especialmente dentro do núcleo das relações da comunidade, e sua família. Dirigido por um sentido urgente de missão para ajudar a salvar sua comunidade da maldição no meio da miséria e pobreza

da guerra civil, ele começou a viajar pelos vilarejos, espalhando uma versão neo-confucionista da espiritualidade do dia-a-dia, concentrando-se em relações familiares mais apropriadas. Suas apresentações orais, algumas preservadas na forma de extratos de leituras re-impressas, foram lendárias em sua época, atraindo uma ampla audiência das áreas rurais. É dito que muitos participantes foram vistos chorando, desmaiando ou vomitando quando levados a um estado de reconhecimento e aflição pela transmissão do mestre.

Além disso, Wang Fengyi contribuiu grandemente para o movimento evolucionário de estender a educação para as mulheres chinesas. Colaborou em estabelecer e manter setecentas escolas para garotas, desde que considerava ser uma falha da doutrina confucionista tradicional que mulheres não tivessem direito à educação. Sua filosofia de auto-responsabilidade via os papéis das mulheres (mães, esposas, noras) como o elemento central para a saúde de cada membro da família, assim como do país como um todo. Ele sentia, mais ainda, que mulheres eram a melhor forma de exemplificar a essência de sua filosofia social, a saber, a virtude de ter compaixão para com os outros enquanto reserva a severidade para si mesmo. Neste sentido, Wang se destacava como um grande transmissor dos ensinamentos de Confúcio, Dong Zhongshu e Zhu Xi. Muitos de seus ensinamentos, assim como aqueles de seus alunos, soavam extremamente parecidas com a seguinte passagem de Dong Zhongshu no séc. II A.C.:

“O que os Anais estão nos ensinando a regular é a forma de lidar consigo mesmo e como lidar com os outros. Como lidar consigo mesmo e como lidar com os outros é exemplificado pelas virtudes da compaixão e abnegação. Com compaixão, fazemos com que os outros se sintam bem, enquanto com a abnegação, tornamos a nós mesmos corretos; é por isso que compaixão está associada aos outros e abnegação com nós mesmos. ... Compaixão é manifestada amando os outros, não amando a nós mesmos; abnegação é manifestada

corrigindo a nós mesmos, e não corrigindo ao outro.”⁴⁰

Da perspectiva da medicina chinesa, é o sistema de associação dos cinco elementos que se tornou a parte mais importante do legado de Wang. Este sistema contém as relações familiares dos cinco elementos com os cinco órgãos, as cinco cores, os cinco odores, etc., mas os sintetiza com os antigos ensinamentos sobre as virtudes humanas, assim como com seus próprios insights e experiências como terapeuta. Assim como antes, normalmente é pedido que os pacientes relatem suas histórias e então são diagnosticados com

uma específica “violação” de uma virtude causada por um dos cinco venenos emocionais, especificamente a raiva (madeira), ódio (fogo), culpa (terra), julgamento (metal) ou desprezo (água). Enquanto o próprio Wang era conhecido como um excepcional médico e clarividente e alguns de seus estudantes mantiveram esse dom, para os portadores de uma mente mais fechada, ele deixou para trás detalhadas descrições de como problemas em diferentes partes do corpo podem estar relacionadas a emoções e membros familiares específicos.

O Sistema de Associação dos Cinco Elementos de Wang Fengyi

5 Elementos	Madeira	Fogo	Terra	Metal	Água
5 Órgãos Zang	Fígado	Coração	Baço	Pulmão	Rim
5 Fontes	Natureza Original <i>Yuanxing</i> 元性	Espírito Original <i>YuanShen</i> 元神	Vitalidade Original <i>Yuanqi</i> 元氣	Afetividade Original <i>Yuanqing</i> 元情	Essência Original <i>Yuanjing</i> 元精
5 Virtudes	Compaixão <i>Ren</i> 仁	Retidão <i>Li</i> 禮	Integridade <i>Xin</i> 信	Abnegação <i>Yi</i> 巽	Sabedoria <i>Zhi</i> 智
5 Qualidades Positivas	Senso de Direção e Estratégia <i>Zhuyi</i> 主意	Compreensão da Conexão Sagrada <i>Mingli</i> 明禮	Lealdade e Confiança <i>Xinshi</i> 信實	Radiância do Som e Luz <i>Xiangliang</i> 響亮	Leve e Harmonioso <i>Rouhe</i> 柔和
5 Poderes	Retenção <i>Rong</i> 容	Respeito <i>Jing</i> 敬	Compromisso <i>Zhi</i> 執	Discernimento <i>Bie</i> 別	Consciência <i>Lin</i> 臨
5 Venenos Emocionais	Raiva <i>Nu</i> 怒	Ódio <i>Hen</i> 恨	Culpa <i>Yuan</i> 怨	Julgamento <i>Não</i> 惱	Desprezo <i>Fan</i> 賤
5 Taboos	Matar	Comportamento Sexual Impróprio	Mentir	Roubar	Beber
5 Papéis Familiares	Criança mais velha	Pai	Ancestrais	Criança mais Nova	Mãe

5 Papéis Sociais	Trabalhadores	Líderes	Fazendeiros	Estudiosos	Negociantes
5 Religiões	Cristianismo	Confucionismo	Taoísmo	Islamismo	Budismo
5 Traços Faciais	Longa	Pontiaguda	Quadrada	Arredondada	Em prumo (plumb)
5 Instrumentos de Discurso	Dentes	Língua	Nariz	Lábios	Garganta
5 Expressões Vocais	Abrupta	Alta	Equilibrada	Esvaindo (drawn out)	Baixa

O processo de cura do sistema de Wang envolve o tecer de uma narrativa pelo terapeuta, variando de poucas palavras até maratonas de uma noite inteira contando histórias que são capazes de “mudar o Coração do paciente.” O material das histórias é normalmente retirado do tesouro encontrado na história moral chinesa, mas mais tipicamente envolvem o ambiente diário do paciente: histórias de Mestre Wang curando alguém como ele, ou o vívido relato de cura de alguém de um vilarejo próximo, ou, melhor ainda, alguém presente na sala ou na praça da vila que oferece um testemunho de partir o Coração e encher os olhos de lágrima a respeito de seu próprio processo de cura. Este método é chamado de *xingli jiangbing*, literalmente “tratar a doença apelando à natureza superior da pessoa”. Considera-se que o efeito curativo se inicia quando o paciente é movido a tomar conhecimento de seu próprio envolvimento emocional no processo de formação da doença, e resulta na transformação de sua culpa com relação aos outros em uma reforma de si mesmo. Neste ponto, no qual narradores habilidosos algumas vezes são capazes de causar em minutos enquanto outros podem precisar de dias ou até mesmo semanas, o paciente tipicamente começa a vomitar, ou exibir outros sinais de limpeza corporal como chorar, transpirar, ou ter diarreia. Um dos curandeiros que visitei me contou que de fato, “cirrose hepática pode ser eliminada em uma semana, enquanto alguns tipos de câncer levam três semanas ou mais até que

materiais parecidos com alcatrão parem de ser expelidos”.

Transcrições de tais sessões de cura pode parecer normalmente superficiais, especialmente para alguém que tenha sido criado em um outro ambiente cultural, mas tanto curadores quanto pacientes insistem que é a transmissão do próprio narrador – alcançada por meio de um estilo de vida de conduta virtuosa, sem compromisso – que é necessária para se ter uma poderosa resposta. Através de olhares modernos, a natureza de tais sessões de cura podem parecer similares ao fenômeno de *qigong baogao* (Conferência de transmissão de Qigong), a qual era muito comum na China antes da sanção oficial sobre os praticantes de Falun Gong. Em virtude da sua atitude humilde e sua conduta radicalmente altruísta, no entanto, os “praticantes da narrativa” das planícies da Manchúria tendem a passar uma imagem diferente que a dos mestres de Qigong empresarial da Década de 1990. Como por exemplo um curandeiro errante que vi em um vilarejo próximo à fronteira com a Rússia, sua casa foi convertida em um hospício temporário onde pacientes terminais viajavam de longe e permaneciam de graça, se alimentavam de graça, e recebiam tratamento de graça – dia após dia nos últimos vinte e cinco anos, algumas vezes chegando de 20-40 pacientes por dia. Antes de receber a permissão de seu mentor para começar a praticar a narrativa terapêutica, ele gastou vinte anos se preparando para esse trabalho, livrando a si mesmo de seus problemas emocionais.

No último verão, tive o privilégio de passar uma semana com curandeiros da linhagem de Wang Fengyi, e pude testemunhar diretamente o intenso processo de narrativa e de limpeza corporal. Embora seja de longe um período curto para verificar muitas das conquistas miraculosas que tal método de tratamento é dito ter alcançado durante o último século, incluindo a cura total da diabetes, anemia falciforme, doenças cardíacas congênitas, e vários tipos de câncer, é minha distinta impressão como profissional médico de que testemunhei algo extremamente profundo, existindo atualmente e em uma escala relativamente ampla.

Como estudante da teoria fundamental da medicina clássica chinesa, além disso, fico admirado com a forma completa com a qual o antigo sistema de patologia e terapia emocional sobreviveu por esta linhagem, e o quão relevante ainda é nos dias de hoje.

Concluindo, sinto que a antiga teoria chinesa a respeito das emoções oferece outro exemplo da profundidade das antigas teorias médicas. O próprio Confúcio uma vez enfatizou, “Aquele que, ao reanimar o Velho, absorve conhecimento do Novo, serve para ser um professor.”⁴¹ Wang Fengyi e seus estudantes demonstraram que não importa quão antiquado ou desatualizado um conceito antigo possa parecer, o verdadeiro conhecimento clássico desconhece o tempo e possui capacidade de ser ferozmente relevante ainda hoje. Espero que este ensaio possa servir como um passo inicial no clareamento de algumas confusões acerca da teoria das emoções na medicina chinesa, assim como inspirar alguns insights clínicos relevantes.

Notas Finais

1 Ver Liu Changlin, "Fazhan zhongyixue de guanjian"

(How to Develop the Core Essence of Chinese Medicine), em Zheyen kan zhongyi (Chinese Medicine Seen Through Philosophers' Eye) (Beijing: Beijing Kexue Jishu Chubanshe, 2005), pp.28-34; Tradução em inglês por Heiner Fruehauf disponível em www.classicalchinesemedicine.org.

2 Ver Dong Lianrong et. al., ed., Zhongyi xingShen bing xue (Body-Mind Relationships in Chinese Medicine) (Beijing: Guangming Ribao Chubanshe, 1991), p.3

3 Ibid., p.1

4 Ver capítulo 78 do Lingshu, na edição de Guo Xiechun, Huangdi neijing lingshu (O Clássico de Medicina do Imperador Amarelo: O Eixo Espiritual) (Tianjin: Tianjin Kexue Jishu Chubanshe,), p.514

5 Ver capítulo 1 de Liuzi (Mestre Liu), em Baizi quanshu (A Complete Collection of Works by the One Hundred Masters), 8 vols. (Shanghai: Zhejiang Renmin Chubanshe, 1991), vol. 6, p.1.

6 Ver capítulo 2 do Suwen, na edição de Nanjing Zhongyi Xueyuan, Huangdi neijing suwen yishi (An Annotated Text With Translation of the Yellow Emperor's Classic of Medicine: Plain Questions) (Shanghai: Shanghai Kexue Jishu Chubanshe, 1991), p. 16; veja uma versão similar desta citação no cap. 55 do Lingshu, em Huangdi neijing lingshu, p.379.

7 Ver cap. 26 do Suwen, em Huangdi neijing suwen yishi, p.204

8
Ibid., p.206

9 Ver cap. 73 do Lingshu, in Huangdi neijing lingshu, p.473

10 Ver cap. 25 do Suwen, em Huangdi neijing suwen yishi, p.198

11 Ver a introdução de Siku quanshu para SanYin jiyi bingzheng fanglun (Analysis and Formulas for Same Diseases Generated by Three Causes) de Chen Yan; em Yan Shiyun, ed., Zhongguo yiji tongkao (A Comprehensive Analysis of Chinese Medical Books), 4 vols. (Shanghai: Shanghai Zhongyi Xueyuan Chubanshe, 1992), vol.2, p.2239

12 Ver Shiming (An Explication of Terms), citado em Zhang Liwei et.al, ed., Kangxi zidian tongjie (A Comprehensive Explanation of the Kangxi Dictionary), 3 vols. (Changchun: Shidai Wenyi Chubanshe, 1997), vol.2, p.1392

13 Ver Xu Shen , e Tang Kejing, comentarista, Shuowen jiezi jinshi (A Modern Annotated Version of Elucidating Lines and Explaining Complex Characters), 2 vols. (Changsha: Qiuli Shushe, 2002), vol.1, p.1016

14 Ver Shiming, citado em Kangxi zidian tongjie, vol.2, p.1393

15 Ver também a interpretação de Liu Lihong's do character bing, em Liu Lihong, Sikao zhongyi (Contemplating Chinese Medicine) (Guilin: Guangxi Shifan Daxue Chubanshe, 2003), pp.151-53

16 Ver Xu Dachun, "Shouyi lun" (A Discussion of Veterinarian Medicine, em seu Yixue yuanliu lun (A Treatise on the Source Traditions of Medicine), no vol. 2 Da edição Siku quanshu edition, sem número de páginas

17 Ver Miu Xiyong, "Yaoxing zhuzhi canhu zhigui" (A Reference Guide to the Nature and Therapeutic Effect of Herbs) em seu Shen Nong bencao jing shu (An Annotated Version of Shen Nong's Materia Medica), vol.1 da edição Siku quanshu, sem número de página

18 Ver Shuowen jiezi jinshi, vol.2, p.1438

19 Ver o texto da dinastia Han Fengsu tongyi (Explanations of Social Customs), traduzido no Chinese Mythology: An Introduction, de Anne Birrel, (Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1993), p.35

20 Ver, por exemplo, o Da Dai liji (the Elder Dai's Record of Ritual); no Neijing suwen, este conceito é referido nos capítulos 67 e 70.

21 Ver capítulo 39 do Guanzi (Master Guan), em Baizi quanshu, vol.3, sem número de páginas

22 Ver capítulo 11 do Ling Shu, em Huangdi neijing lingshu, p.137

23 Ver capítulo 39 do Neijing Suwen, em Huangdi neijing suwen yishi, p.283

24Ver Xu Dachun, "Wai nei jun xiang pian" (On External, Internal, Imperial, and Ministerial [Fire]), em seu Chishui xuanzhu (Mysterious Pearls from Chishui), vol. 1 da edição Siku quanshu, sem número de páginas

25 Lonny Jarrett é o único estudante contemporâneo de medicina chinesa que tenha discutido extensivamente o fenômeno de wuxing (traduzido como as cinco virtudes) em um trabalho fundamental sobre medicina chinesa; ver see Lonny S. Jarrett, Nourishing Destiny: The Inner Tradition of Chinese Medicine (Stockbridge: Spirit Path Press, 1998).

26 Ver capítulo 8 do Neijing suwen, em Huangdi neijing suwen yishi, p.70. Embora estivesse além da estrutura deste ensaio descrever a psico-patologia do pericárdio em detalhe, deve-se atentar para o fato de que tal órgão

de fato se manifesta como a fonte primária de alterações emocionais no contexto da prática clínica moderna.

27 Ver, por exemplo, a seguinte descrição do filósofo Dong Zhongshu durante o séc. II A.C.: "O Qi do Yin e Yang existe no reino do céu, mas também estende sua dinâmica ao interior do ser humano: nos humanos, se manifesta como amor e ódio, gostar e desgostar, enquanto no Céu se apresenta como quente e frio, frio e calor;" no cap. 79 do Chunqiu fanlu (Heavy Dew of the Spring and Autumn Annals), in vol. 17 da edição Siku quanshu, sem número de páginas

28 Ver cap. 22 de Xunzi (Master Xun), em Baizi quanshu, vol.1, sem número de páginas

29 As seis emoções foram literalmente associadas às seis dimensões do espaço. Como é constatado no Baihu tongyi (Comprehensive Discussions in the White Tiger Hall) de Ban Gu: "Éxtase está ao Oeste, raiva ao Leste, amor ao Norte, ódio ao Sul, tristeza está abaixo, e prazer está acima;" cap. 30 do Baihu tongyi, em Baizi quanshu, vol. 6, sem número de páginas

30 Ver cap. 6 do Taiping jing (The Classic of Heavenly Peace), in Shanghai Shudian, comp., Daozang (Repository of Daoist Works), 36 vols. (Shanghai: Shanghai Chubanshe, 1994), vol.24, p.344; a mesma idéia é referida no cap. 30 do Baihu tongyi

31 Comentários frequentemente feitos aos cap. 12 e 5 do Daode jing pelo estudioso taoísta do sec. II com o pseudônimo de Heshang Gong

32 Ver Ding Fubao, ed., Foxue da cidian (The Great Dictionary of Buddhist Studies) (Beijing: Wenwu Chubanshe, 1984), p.326

33 Ver cap. 30 do Baihu tongyi, em Baizi quanshu, vol.6, sem número de página

34 Ver a sessão intitulada "Qingyu" (As Emoções e os Desejos) (The Emotions and the Desires) no cap. Dois do Lushi chungiu (Annals of Master Lu), em Baizi quanshu, vol.5, sem número de páginas

35A única fonte visível da Dinastia Han que defende as emoções como algo que "não é propriamente pecaminoso" é o trabalho do séc. II Shen jian (Extended Reflections) por Xun Yue; ver Chi-yun Ch'en, Hsun Yueh and the Mind of Late Han China: A Translation of the Shen - chien (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1980).

36 Ver cap. 2 do Lushi chungiu, in Baizi quanshu, vol.5, sem número de páginas

37 Ver Xu Dachun, "Wai nei jun xiang pian," em Chishui xuanzhu, vol. 1 da edição Siku quanshu, sem número de páginas

38 Ver Hanshu (History of the [Former] Han), comentado em Xun Rui, Qian Han Ji (A Record of the Former Han), vol. 5 da edição Siku quanshu, sem número de páginas

39 Ver Wang Fengyi nianpu yu yulu (A Biographic Table of Event's in Wang Fengyi's Life and Record of His Oral Teachings) (sem editora, 2000). Perceba que a maior partada as publicações sobre os ensinamentos de Wang Fengyi são reproduzidos e distribuídos por círculos Budistas ou Confucionistas fechados e geralmente são para venda pública

40 Ver chapter 8 do Chunqiu fanlu, edição Siku quanshu, sem número de páginas.

41 Ver Arthur Waley, tr., Confucius: The Analects (London: Everyman's Library, 2000), p.82