

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO – PUC-SP

**PROGRAMA DE ESTUDOS PÓS-GRADUADOS EM COMUNICAÇÃO E
SEMIÓTICA**

PAULA TELLES DE MENEZES FARO

Por uma epistemologia do sensível

- leituras da prática chinesa *tàijí quán* em contraposição aos discursos orientalistas
do taichi chuan

SÃO PAULO

2022

PAULA TELLES DE MENEZES FARO

Por uma epistemologia do sensível

- leituras da prática chinesa *tàijí quán* em contraposição aos discursos orientalistas
do taichi chuan

Tese apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de DOUTOR em Comunicação e Semiótica, área de concentração: Signo e significação nos processos comunicacionais, sob orientação da Prof. Dra. Christine Greiner.

São Paulo

2022

Banca Examinadora

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.

This study was financed in part by the Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Finance Code 001.

para Arlindo Machado

Agradecimentos

A Christine Greiner, minha desorientadora, por abrir esse campo de pesquisa e estudos do corpo no Brasil, oferecendo possibilidades do pensar coletivo, com tantos outros que não deixam o corpo e o pensamento se enclausurarem. Por seu entusiasmo, generosidade e abertura em nos deixar ser e aprender.

A todos os participantes do grupo de pesquisa Centro de Estudos Orientais. Considero que esta tese foi elaborada em grupo, nesse pensar juntos, a partir das nossas discussões e trocas vitais para esse processo.

A Marco Souza e Guilherme Luz pelas colaborações e considerações na Banca de Qualificação, que permitiram uma reelaboração e aprofundamento de muitas questões que surgiram e cresceram com este trabalho.

À matilha: Bruna, Pequena, Nutella e Baunilha. Pela confiança e apoio incondicional. Por permitirem a experiência de sentir e estar no mundo de outras formas e pontos de vida.

Às Telles de Menezes: Marcia (minha mãe), Patrícia (minha irmã) e Monica (minha madrinha), pelo amor, confiança e apoio. A minha mãe e meu pai, José Salvador Faro, por criarem as causas e condições de vida que me permitiram chegar até aqui. Sem vocês nada seria possível.

A todos com quem pude compartilhar do *tàijí quán*, sem eles a prática e o aprendizado não encontrariam interlocução. Especialmente àqueles que participaram dos estudos dos cursos *Tàijí quán: uma história as margens* e dos textos clássicos, o espaço onde muitas das ideias que estão aqui encontraram reverberação e sentido.

A Liu Chih Ming e Edgar Cantelli por abrirem os caminhos da Medicina Chinesa.

A Yang Jun laoshi, por tentar fazer diferente nas idas e vindas entre orienteocidente. E a todos com quem pude e posso aprender *tàijí quán*.

NOTA

O *hànyǔ pīnyīn* (汉语拼音) tornou-se a norma internacional da grafia oficial da língua chinesa para transcrever os caracteres do mandarim, e é usado como uma ferramenta para o aprendizado de chineses e estrangeiros. No decorrer da tese, os termos e nomes chineses serão mantidos em *pīnyīn*, como a forma escrita “*tàijí quán*”, por ser a romanização que mais se aproxima da pronúncia dos caracteres 太极拳 e o método de transliteração formal do mandarim. Os acentos, sinais gráficos, também serão mantidos para indicar o tom da parte fonética dos caracteres. O *pīnyīn* aparece em itálico e, ao seu lado, entre parênteses, o caractere correspondente no mandarim simplificado. O caractere será mostrado na primeira vez em que os termos ou nomes aparecerem ao longo do texto.

O uso de caracteres chineses modernos da República Popular da China se deve ao meu contato com essa forma de escrita em meus estudos do mandarim no Instituto Confúcio de São Paulo. Além disso, a escola Yáng (杨) de *tàijí quán* (太极拳), vertente à qual estou vinculada, é proveniente e se estabeleceu na China continental, na cidade de Tàiyuán (太原), na Província de Shǎnxī (山西), ao norte da China, onde o uso dos caracteres simplificados e o *pīnyīn* são a forma recorrente.

Vale a pena lembrar que existem inúmeras escolas de *tàijí quán* que levam o nome Yáng ou foram influenciadas por esse estilo de *tàijí quán*. E, assim como não existe um único *tàijí quán*, também não existe uma única escola Yáng de *tàijí quán*. O *tàijí quán* que pratico e ensino segue o método de estudo e prática que vem se transformando e se recriando desde Yáng Chéngfǔ (杨澄甫), passando por Yáng Zhènduó (杨振鐸) e Yáng Jūn (杨军), a partir do originador do estilo, Yáng Lùchán (楊露禪).

RESUMO

Esta tese propõe uma nova leitura da prática corporal chinesa *tàijí quán*, conhecida fora da Ásia como taichi chuan. Partindo de pistas históricas que remontam a um surgimento incerto e a um passado fortemente vinculado a relações de poder e projetos políticos, investigamos como se constroem – e como é possível contestar – os discursos hegemônicos a respeito da prática. São eles: o discurso da saúde holística; o da arte marcial, relacionado a um tradicionalismo de linhagens supostamente originadoras da técnica; e o da espiritualidade, que adere a um mercado místico global (ARJANA, 2020). Altamente impregnados por orientalismos (SAID, 2018), esses discursos aprisionam o *tàijí quán* em uma perspectiva identitária e capitalista que o distancia da experiência singular do praticante. Ao questionar essas narrativas, buscamos entender a concepção corporal que norteia esta prática, apresentando uma perspectiva pouco estudada de como os chineses veem e sentem o corpo por meio de imagens. A ideia é analisar como tais imagens, metáforas e textos poéticos são operadores de uma outra forma de conhecer e experienciar o corpo e a vida a partir de uma epistemologia do sensível. A fundamentação teórica parte da Teoria Corpomídia (KATZ; GREINER, 2006) e de estudos acerca do orientalismo e da medicina chinesa, entre outros tópicos relativos à tese, reunindo autores como Said (2018), Arjana (2020), Wile (1996), Shahar (2011), Kuryiama (1999) e Yuasa (1997). Além da pesquisa bibliográfica, partimos de uma experiência empírica de mais de uma década com o treinamento e ensino do *tàijí quán*. A hipótese principal é que, ao longo do tempo, o *tàijí quán* constituiu-se como um método prático que reorganiza concepções de corpo, de mundo (natureza) e de vida, construindo uma epistemologia da experiência sensível. Como tal, tem acionado uma aproximação de saberes para além das dicotomias Ocidente/Oriente, corpo/mente, teoria/prática e natureza/cultura.

Palavras-chave: *tàijí quán*; taichi chuan, orientalismo; corpomídia; China.

ABSTRACT

This thesis proposes a new reading of the Chinese body practice *tàijí quán* known outside of Asia as *taichi chuan*. Starting from a few historical clues that go back to an uncertain emergence and to a past strongly related to relations of power and political projects, we investigate how hegemonic discourses about the practice are constructed – and how it is possible to challenge it. They are: the holistic health discourse; the martial art, related to a tradition of lineages that promptly originated the technique; and that of spirituality, which adheres to a global mystical market (ARJANA, 2020). Highly impregnated by orientalism (SAID, 2018), these discourses imprison *tàijí quán* in an identity and capitalist perspective that distances it from the practitioner's unique experience. By questioning these narratives, we seek to understand the conception of the body that guides this practice, presenting a perspective with very few studies of how the Chinese see and feel the body through images. The idea is to analyze how such images, metaphors and poetic texts operates another way of knowing and experiencing the body and life from a sensitive epistemology. The theoretical framework is based on the Bodymedia Theory (KATZ; GREINER, 2006) and studies on orientalism and Chinese medicine, among other topics related to this thesis, bringing together authors such as Said (2018), Arjana (2020), Wile (1996), Shahar (2011), Kuriyama (1999) and Yuasa (1997). In addition to the bibliographic research, we take off from an empirical experience of more than a decade training and teaching *tàijí quán*. The main hypothesis is that, over time, *tàijí quán* constituted itself as a practical method that reorganizes the conceptions of body, world (nature) and life, building a sensitive epistemology of experience. As such, it has triggered an approach to knowledge beyond the dichotomies West/East, body/mind, theory/practice and nature/culture.

Keywords: *tàijí quán*; *taichi chuan*, orientalism; bodymedia; China.

SUMÁRIO

Introdução.....	12
1 Pistas históricas, leituras hegemônicas.....	17
1.1 Pistas históricas.....	19
1.2 Leituras hegemônicas.....	31
2 O corpo no <i>tàijí quán</i>.....	41
2.1 Concepção de corpo na China.....	42
2.2 O <i>qì</i> (气) e a imaginação dos ventos.....	51
2.3 Treinamentos corporais.....	57
2.4 Diásporas cognitivas e corposmídia.....	61
3 Imagens internas e pensamento sensível.....	65
3.1 <i>Xiàng</i> : o pensamento por imagens.....	66
3.2 <i>Lǐ</i> (理), <i>qì</i> e <i>shénmíng</i> (神明).....	73
3.3 Os textos clássicos.....	77
Considerações finais.....	80
REFERÊNCIAS.....	83
Anexos.....	88

Introdução

Esta pesquisa começou a ser concebida em 2015, quando, após mais de dez anos de trajetória como praticante e professora de *tàijí quán* (太极拳), a experiência do treinamento me levou a compreender que aquilo que estava sendo dito sobre a prática, especialmente sua definição do ponto de vista terapêutico, da arte marcial, e do mercado místico, eram apenas recortes e não faziam jus àquilo que eu vivenciava. Afinal, o treinamento corporal, seguindo a metodologia da escola Yáng¹ (杨) de *tàijí quán*, permitia uma aproximação com aquilo que estava escrito nos textos clássicos do *tàijí quán*² a partir da experiência de um outro estado corporal. Percebi, assim, que esse conhecimento era construído a partir da experiência e seria necessário uma outra linguagem para comunicá-lo.

Comecei a ensinar o *tàijí quán* Yáng em 2007 e, até 2018, dediquei-me integralmente ao ensino, principalmente em cursos de formação de professores, mas também no curso de pós-graduação *lato sensu* em práticas corporais da medicina chinesa na Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo. Dedicava-me tanto ao ensino das técnicas quanto da medicina chinesa e da história das práticas corporais chinesas, que incluía um aspecto filosófico, por meio do qual procurava entender os conceitos e o próprio treinamento como operadores de um modo de pensar.

No decorrer dos anos, procurei entender os caminhos possíveis para traduzir a prática para o contexto em que estava inserida, em uma escola e centro de cultura oriental em São Paulo. A partir da minha experiência como praticante, procurava comunicar e aproximar o entendimento da prática da experiência singular de cada um, tendo como referência o método de ensino e treinamento da escola Yáng de *tàijí quán* como transmitido pelo professor Yáng Jūn³ (杨军) em seus seminários e a minha compreensão prática dos textos clássicos do *tàijí*

¹ Yáng (杨) é o nome que se dá à escola ou estilo de *tàijí quán*. Trata-se do sobrenome do fundador do estilo, Yáng Lùchán (楊露禪). As escolas de *tàijí quán* recebem o seu nome a partir do sobrenome do fundador de cada um dos cinco estilos clássicos de *tàijí quán*: Chén (陈), Yáng (杨), Wǔ (武), Wǔ Hǎo (武/郝) e Sūn (孫).

² Os clássicos do *tàijí quán* são uma série de textos escritos por diferentes autores, alguns anônimos e desconhecidos, outros atribuídos a figuras mitológicas ou a figuras importantes no processo de desenvolvimento do *tàijí quán*, em diferentes períodos da história da China. Eles são considerados o corpo literário da prática e, assim como outros clássicos da literatura e da filosofia chinesa, foram escritos na forma de poemas, fórmulas mnemônicas, canções ou ensaios que discorrem sobre diversos aspectos da experiência do treinamento do *tàijí quán*, como a filosofia, princípios e diretrizes para a prática, orientações e aspectos da cultura, pensamento e história chinesa.

³ Yáng Jūn (杨军老师) é o atual diretor da Associação Internacional de *Tàijí quán* do estilo Yáng e responsável pela transmissão do corpo de conhecimento da escola. Ele é descendente direto do fundador do estilo e foi treinado por seu avô Yáng Zhènduó (杨振鐸). Em 1999, mudou-se para Seattle,

quán. Assim, essa pesquisa não procura se ater a uma pedagogia já sistematizada, mas fundamenta-se na minha experiência empírica, principalmente no processo de ensinar *tàijí quán* no contexto acima mencionado.

Além da experiência pedagógica, dediquei-me a um treinamento intensivo, passando muitas vezes até oito horas por dia praticando. Quando não estava treinando, ensinava também por longas horas, uma vez que os cursos que ministrava eram aos finais de semana ou em um sistema imersivo, em que passava até quinze dias dedicando-me a dar aulas de seis a oito horas por dia.

Desde 2008, comecei a frequentar os seminários do professor Yáng Jūn no Brasil. Em 2009, ele passou a oferecer, além dos seminários abertos para todos, um seminário dedicado aos professores do estilo. Nos eventos, Yáng Jūn começou a desenhar, compilar e organizar o método de estudo e treinamento da escola Yáng. As minhas anotações dos seminários e reflexões acerca do método foram se tornando a base para o meu treinamento e um guia para aquilo que ensinava, em conjunto com o estudo dos textos clássicos do *tàijí quán*. Em 2018, estive três meses em Seattle, local de residência de Yáng Jūn, e pude me aprofundar tanto nas técnicas de *tàijí quán* em duplas, conhecido como *tuī shǒu* (推手), assim como na forma longa de *tàijí quán* da escola Yáng (“103 movimentos” ou “forma tradicional”). O professor Yáng Jūn indicou um de seus discípulos, Eric Madsen, para orientar o meu treinamento no *tuī shǒu*, enquanto o trabalho da forma tradicional foi corrigido e refinado com a professora Fang Hong, aluna de Yang Zhènduó e companheira de Yáng Jūn. Durante esse período, pude sanar várias dúvidas que tinha acerca do método. Mas um dos pontos principais foi a constatação de que esse método derivava da experiência de treinamento do professor, em conjunto com seus estudos dos textos clássicos do *tàijí*, somados as orientações de seu avô, Yang Zhènduó.

Apesar dos inúmeros atravessamentos que me acometeram no transcorrer desse processo – muitos dos quais foram ocasionados pela pandemia de covid-19 – dediquei-me ao levantamento bibliográfico a partir da perspectiva da Teoria Corpomidia, que não só transformou por completo a ideia inicial do projeto, como também a minha percepção e experiência da prática e ensino do *tàijí quán*. Concluo, portanto, que esta tese se constituiu a partir de uma aliança inseparável entre os estudos teóricos, a prática e a pedagogia.

É importante ressaltar ainda que, apesar de manter uma perspectiva crítica, não invalido os discursos habituais e sua forma de construir certo conhecimento e criar alteridade.

nos Estados Unidos, onde fundou sua escola e a referida associação. Em 2009, seu avô o nomeou detentor da linhagem de *tàijí quán* Yáng. Em 2015, tornei-me discípulo de Yáng Jūn em uma cerimônia oficial na China. Essa relação entre professor e discípulos tem sido construída de forma bastante diferente daquela conhecida pela tradição chinesa, principalmente nos países do Ocidente.

Sei que muitos praticantes entram em contato com esse universo pela via da arte marcial e isso não impossibilita um vínculo genuíno com a prática. Da mesma forma, a via da saúde e da espiritualidade podem trazer benefícios aos praticantes e não cabe a esta tese questioná-los. O que proponho é um olhar atento para as limitações que tais discursos podem suscitar na experiência de cada corpo, cuja singularidade é intrínseca e inextricável. Tendo aprendido e desenvolvido minha prática e meu ensino em uma escola tradicional – regida pelo discurso da arte marcial, da espiritualidade e da saúde – vivi os efeitos desses limites no meu corpo e no meu conhecimento, além de ter presenciado prejuízos reais na saúde, na autonomia crítica e na experiência corporal dos praticantes.

O conhecimento do *tàijí quán* enquanto arte do corpo e de toda a filosofia que o embasa tem muito a perder com essas limitações, e é por isso que explico algumas preocupações e alternativas nesta tese. O objetivo é repensar o *tàijí quán* e encontrar outras formas de compreendê-lo que não aquelas instauradas pelos discursos hegemônicos.

Tais discursos aparecem majoritariamente quando fazemos um levantamento do estado da arte relacionado ao nosso objeto. Em uma busca no catálogo de dissertações e teses da CAPES com a palavra-chave “taichi chuan”, como é comumente usada na escrita da língua portuguesa, apareceram 5.799 resultados, sendo 3.746 dissertações de mestrado e 1.348 teses de doutorado. Na grande área das Ciências da Saúde, houve 3.679 publicações em comparação às 170 publicações na área das Ciências Sociais Aplicadas. O enfoque na saúde tornou-se tão importante que, na Faculdade de Medicina da Universidade de Harvard (WAYNE, 2016), nos Estados Unidos, há um departamento para estudar e pesquisar os benefícios trazidos pelo *tàijí*, integrando a medicina oriental e ocidental. Hoje, tanto hospitais quanto universidades implementam a prática com intuito de promover seu aspecto medicinal. Em São Paulo, pesquisas foram desenvolvidas no Hospital das Clínicas e no Hospital Albert Einstein. Na França, o diretor de pesquisa do Centro de Pesquisa Científica Nacional, Daniel E. Shulz, desenvolveu um amplo trabalho sobre os benefícios do *tàijí quán* para o cérebro. E, nos Estados Unidos, já foram realizados dois grandes simpósios promovendo um intercâmbio entre os representantes do *tàijí quán* e pesquisadores ocidentais.

No Brasil, a bibliografia encontrada sobre o assunto demonstra que muito se tem falado sobre a relação entre o *tàijí quán* e a saúde: “Tai Chi Chuan: Estilo Yang Tradicional” (WAI, 2014); “Tai Chi Chuan: Arte Marcial, Técnica de Longa Vida” (DESPEUX, 1981); “Tai Chi Chuan: A Alquimia do Movimento”, (CHERNG, 2010); “Cultivando a Vida, benefícios da prática regular do Taiji Quan e do Qi Gong”, (CANALONGA, 2011) e o “Guia de Tai Chi da Faculdade de Medicina de Harvard” (WAYNE, 2016). Existem, ainda, pesquisas que relacionam a prática ao daoísmo, feitas na área da Educação e da Antropologia. A primeira é a tese de doutorado de Albert Roger Hemis, “Tàijí quán, intercultura e educação”, e a segunda a tese de José

Bizerril, “O retorno à raiz: uma linhagem taoísta no Brasil” — ambas discorrem, a partir de diferentes perspectivas, sobre a implementação do Taichi Pai Lin no Brasil e, especificamente, em São Paulo. Na área das Ciências da Religião e da História, ainda contamos com as pesquisas de Rodrigo Wolff Apolloni, com uma série de artigos publicados sobre o *tàijí quán* e, mais recentemente, o livro eletrônico “Punhos, espadas e livros – as artes marciais no contexto da primeira república chinesa (1912 – 1949)”, e de Guilherme Amaral Luz, professor da Universidade Federal de Uberlândia e coordenador do EDUCAM (Laboratório Caminhos Marciais, Humanidades e Educação Integral). Nas áreas da Filosofia, dos Estudos Culturais, das Ciências Sociais Aplicadas ou das Artes, esse treinamento corporal tem sido pouco aprofundado no Brasil.

Apesar de essa bibliografia e da investigação na área da saúde serem relevantes para compreender o objeto deste estudo, não podemos deixar de pensar no *tàijí quán* como um treinamento corporal com um corpo de conhecimento estruturado, que se atualiza no mundo contemporâneo, configurando-se como um outro modo de comunicação. A Teoria Corpomídia (KATZ, GREINER, 2005) será a fundamentação teórica para a análise do *tàijí quán* e seus desdobramentos cognitivos e políticos. Ampliar o olhar sobre a prática é especialmente importante em um momento em que a China ocupa lugar de destaque na geopolítica mundial e que crescem os fluxos migratórios entre Brasil e China. Isto nos permitirá entender como a filosofia e a cultura chinesa se comunicam e são transmitidas através de um treinamento corporal. Trata-se de uma questão epistemológica e de comunicação.

A fim de trabalhar essa perspectiva, esta tese foi dividida em três capítulos. O primeiro, denominado *Pistas históricas, leituras hegemônicas*, busca reconstruir a história difusa por trás da prática, contextualizando seus textos clássicos, recuperando concepções da filosofia chinesa e analisando como se dá, nas trocas com o Ocidente, a tradução da prática segundo leituras hegemônicas. Com isso, objetivo apresentar uma outra leitura de seu surgimento e desenvolvimento, apontando pistas a partir de seu contexto histórico, social e político. No segundo capítulo, intitulado *O corpo no tàijí quán*, apresentaremos a concepção de corpo na China, explorando a forma como os chineses veem e sentem o corpo por meio de imagens, partindo de premissas que diferem daquelas ocidentais de um corpo anatômico. Compreender essa concepção de corpo é fundamental para nos aprofundarmos no entendimento do *tàijí quán*. Já no terceiro capítulo, *Imagens internas e pensamento sensível*, iremos nos aprofundar na forma como as imagens poéticas nos ajudam a acessar uma concepção de corpo-experiência, por meio de alguns exemplos dos textos clássicos do *tàijí quán*.

Algumas perguntas ilustram ao leitor os questionamentos a que estamos nos propondo: quando pensamos sobre *tàijí quán*, quais referências evocamos? A quais imagens nos remetemos? O que significa *tàijí quán*? É uma arte marcial? Um esporte de competição?

Uma ginástica? Uma dança? Um exercício terapêutico? Por que sempre vemos imagens de pessoas praticando *tàijí quán* na natureza, em parques ou praças, ao ar livre? Qual a relação do *tàijí* com a natureza? Qual a sua relação com o *Dào* ou com as antigas filosofias chinesas? E com a Medicina Chinesa? Afinal, do que trata o *tàijí quán*?

Ao longo dessa pesquisa, trabalhamos a hipótese de que o *tàijí quán*, através das transformações que sofreu ao longo do tempo, se constitui como um pensamento e um método prático que reorganiza as concepções de corpo, de mundo (natureza) e da vida. Permite, assim, uma aproximação de saberes que vão além das dicotomias Ocidente/Oriente, corpo/mente, teoria/prática e natureza/cultura.

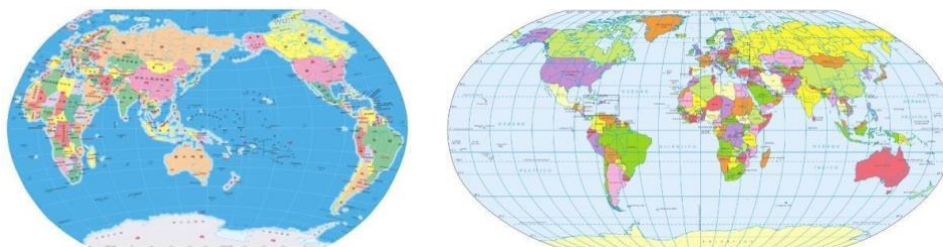
Capítulo 1

1 Pistas históricas, leituras hegemônicas

A imagem que geralmente fazemos de uma pessoa praticando *tàijí quán* é aquela em que vemos um espaço aberto, com uma natureza exuberante, muitas árvores, talvez um chão com grama. Geralmente, é um grupo de pessoas uniformizadas, seja usando a tradicional roupa chinesa para a prática das artes marciais ou a camiseta de alguma escola, todos iguais e de sapatilhas Fēiyuè (飞跃)⁴. Esse local pode ser um parque, se nossa referência for mais contemporânea. Se nos remeter a uma possível origem do *tàijí quán* na antiguidade chinesa, ela será de montanhas com alguma construção característica de mosteiros, como os da montanha Wǔdāng (武当) ou do Templo Shàolín (少林). Nesse caso, a pessoa que está no meio da paisagem praticando terá um coque ou a cabeça raspada e roupas de monge. O vento bate e vemos a roupa esvoaçante. Geralmente, essa pessoa, que ocupa a posição de mestre ou professor, é um homem. No Ocidente, quando observamos um grande grupo de pessoas praticando no parque, elas estão organizadas em filas, a imagem é de silêncio, ou talvez alguma música chinesa esteja tocando ao fundo.

Que tal se, antes de começarmos a buscar definições, procurássemos partir de outro ponto de vista para olhar para esse treinamento, preparando nosso corpo para uma outra concepção de corpo, outra experiência, deslocando e desterritorializando nossos saberes? Nos mapas abaixo, vemos duas perspectivas geográficas diferentes. Trata-se do mesmo globo terrestre, mas o primeiro é usado na China e o segundo é aquele que conhecemos no Brasil. No primeiro, há um deslocamento de perspectiva com relação ao que estamos acostumados a ver, a China está no centro do mapa e a Europa e os Estados Unidos nas periferias. Será que não seria necessário investigarmos o treinamento conhecido como *tàijí quán* com outro corpo diferente daquele que estamos acostumados a conhecer?

Figura 1 – Mapas-múndi com o Oriente no centro e com o Ocidente no centro, respectivamente.



Fonte: reprodução/Google.

⁴ Marca de tênis de praticantes de Gōngfū (功夫) ou kung fu, também usada pelos monges de Shàolín.

Ainda que a China venha ganhando relevância a nível internacional e esteja mais próxima do imaginário brasileiro, o contato que se tem com o país é majoritariamente permeado por estereótipos e preconceitos. Em seu texto sobre a sinologia no Brasil, o professor André Bueno nos conta que "a ausência de uma tradição em estudos chineses no país acabou criando expedientes e estratégias para lidar com a civilização chinesa, com objetivos bastante específicos nos campos político, econômico e cultural" (BUENO, 2020).

As leituras do *tàijí quán* geralmente são feitas a partir da sua relação com a medicina ocidental ou a medicina chinesa, a religião/espiritualidade e o esporte/arte marcial. Desde sua entrada no Ocidente, o treinamento chinês se vincula com bastante ênfase à área médica, ao ser interpretado como uma prática terapêutica, voltada ao bem-estar e à saúde, assim como acontece com a acupuntura e a medicina chinesa, usadas muitas vezes como complementares à medicina alopática e explicadas a partir da ciência ocidental, sem adentrar em seu corpo de conhecimento próprio. Mais do que nos aproximar de uma verdade sobre o *tàijí quán*, esses enunciados o descontextualizam, tentando definir uma prática que tem origem incerta, e nos afastam da experiência.

Considerando o *tàijí quán* como um modo de conhecer o corpo, a natureza e a relação corpo, mente e ambiente, podemos aprender muito além da reprodução de movimentos. O pensamento *tàijí quán* nos permite experimentar o fluxo, já que estamos corporificados na experiência cotidiana da vida que é fluida, não há nada fora ou transcendente, há movimento. A prática corporal embasada nessa perspectiva, em que o movimento se transforma em pensamento, nos permite acessar outras possibilidades de leitura do *tàijí quán*.

1.1 Pistas históricas

Para questionarmos os discursos hegemônicos a respeito da prática e nos aproximarmos dessa outra concepção de corpo, é preciso compreender o processo histórico no qual o *tàijí quán* está inserido, bem como os objetivos políticos que acompanharam as diferentes abordagens a respeito das artes do corpo na China. Olhar para as artes marciais chinesas enquanto respostas sociais a diferentes regimes políticos é fundamental para entender não só esses contextos, mas também as transformações que as próprias práticas sofreram ao longo do tempo. Compreendendo essa conjuntura, ao lado das principais versões a respeito do surgimento do *tàijí quán*, poderemos analisar com mais profundidade, nos próximos capítulos, o que dizem os textos considerados clássicos relacionados à prática, que

são registros da experiência de praticantes que vieram antes do período de sistematização e normatização das artes marciais chinesas.

A história das artes marciais chinesas, e principalmente do *tàijí quán*, sempre foi controversa, pois se baseia em diferentes mitos de origem, e, a partir do século XIX, é envolvida na política com o nacionalismo e com a construção de uma identidade nacional chinesa. Em seu texto "The history, politics and identity of chinese martial arts", Lu Zhouxiang (2021) conta que as artes marciais chinesas foram vinculadas a movimentos de resistência ao imperialismo estrangeiro e tiveram um papel importante na formação de uma consciência nacional, contribuindo para a modernização na China. De acordo com Douglas Wile (1996), autor do livro *Lost Tai-chi - Classics from the late Ch'ing Dynasty* e professor de língua e literatura chinesa na Faculdade de Brooklyn, faltam documentos confiáveis, sejam eles escritos de professores ou de teóricos, que poderiam apresentar mais evidências com relação à origem do *tàijí quán*. Existem duas versões principais, uma relacionada ao daoísmo e outra vinculada às artes marciais, ambas mitológicas, uma vez que são construções narrativas com valor simbólico, independentemente de terem ocorrido ou não⁵. No primeiro caso, faz-se uma conexão do *tàijí quán* com o daoísmo por meio da figura de Zhāng Sānfēng (張三丰), que teria tido contato com o Mosteiro Shàolín e aprendido seu estilo de luta, mas que depois se retirou na Montanha Wǔdāng, local do marco de origem; e, no segundo, conecta-se a prática à vila da família Chén. Vejamos essas versões e as pistas que nos trazem.

Como nos explicam Barbara Davis (2004), Meir Shahar (2011) e Douglas Wile (1996), existe uma tentativa de legitimação em atribuir a autoria de criações, descobertas, invenções e textos antigos a figuras ilustres e sábios, como é o caso da relação do *tàijí quán* com Zhāng Sānfēng. A figura misteriosa do personagem, que teria vivido entre as dinastias Sòng (宋) e Míng (明), embora não existam registros de sua existência durante esses períodos, está associada à Montanha Wǔdāng e ao daoísmo. As referências bibliográficas que fazem alusão ao mito, como um dos poucos livros a respeito da técnica publicado no Brasil, *Tai-Chi-Chuan - Arte marcial técnica de longa vida*, de Catherine Despeux (1995), comumente contam a história de que Zhāng Sānfēng, retirado na Montanha Wǔdāng, teria criado o *tàijí quán* a partir da observação da luta entre um pássaro e uma serpente. Sānfēng aparece também em registros ligados à Escola Interna de artes marciais, conhecida como Nèi Jiā (内家), que, segundo Wile (1996), estaria nas obras de Huang Zongxi e Huang Baijia, "Epitáfio para Wang Zhengnan" e "Método de pugilismo da escola interna", reaparecendo novamente no século

⁵ Essa ideia de mito foi trabalhada em aula on-line pelo professor da UFU Guilherme Amaral Luz. Disponível em: <https://www.youtube.com/playlist?list=PLPz51nAXfyoOaPFD_HpnTr0y4rugls33z>. Acesso em: 28 fev. 2022.

XX como originador do *tàijí quán* nas primeiras publicações a respeito da arte. De acordo com Meir Shahr (2011), autor do livro *O Mosteiro de Shaolin – história, religião e as artes marciais chinesas*, o Sānfēng histórico, pelos registros encontrados em suas pesquisas, não teria qualquer vínculo com as artes marciais. Ainda assim, sua suposta relação com o *tàijí quán* colaborou para que a técnica corporal fosse identificada como uma prática marcial daoísta.

A conexão das artes marciais com o daoísmo, segundo Wile (2008), tem relação com a ideologia política, a identidade cultural chinesa e interesses comerciais do país. Podemos dizer que é a partir desse tripé que surgem também os discursos hegemônicos sobre o *tàijí*, definindo-o como arte marcial, prática terapêutica ou prática mística. Ainda na explicação de Wile (2008), a relação entre daoísmo e o *tàijí quán* também faz parte de uma tentativa de assimilação das artes marciais por uma elite cultural. Historicamente, essas práticas eram associadas a pessoas marginalizadas, como bandidos, rebeldes, ambulantes e cantores de ópera de rua. O exército, explica o autor, não fazia uso de artes marciais. Portanto, o movimento de aproximá-las do daoísmo visa relacioná-las também a atividades consideradas mais refinadas, como a caligrafia, a poesia, a medicina e as estratégias militares. Zhāng Sānfēng é fruto, portanto, de uma prática discursiva, resultado de um esforço para estabelecer um vínculo entre daoísmo e o *tàijí quán*.

Estabelecer essa origem a partir do personagem permite, ao mesmo tempo, tratar a prática como resultado de uma linhagem⁶, transmitida de mestre para discípulo, e, com isso, atribuir a ela legitimidade política na China. Como explica Wile (2008), o mito pode atuar como “uma prática discursiva que situa as montanhas Wǔdāng, Zhāng Sānfēng, a Escola Interna, Lǎozǐ (老子), o Yì jīng (易经) e o *tàijí quán* em uma narrativa única” (WILE, 2008, p. 11, tradução nossa). A Escola Interna pode ser entendida como gênero de artes marciais com princípios comuns e essencialmente chinesa, identificada com os valores da Dinastia Míng. Essa narrativa foi especialmente utilizada na transição da Dinastia Míng (1368 - 1644) para a Dinastia Qīng (清) (1644 - 1912), quando, diante de um ambiente de censura, um movimento de resistência àqueles que assumiam o poder, pertencentes à etnia Manchu e budistas, procurou recriar a história da prática em conexão com o daoísmo, considerado tipicamente chinês e, portanto, em oposição aos dominadores. Havia ainda uma contraposição implícita

⁶ Consideramos a “linhagem” enquanto elemento discursivo, e muitas vezes significante vazio, utilizado pelas definições hegemônicas de que tratamos. Ponderamos, entretanto, que, do ponto de vista social e antropológico, o tema é complexo e mereceria uma abordagem mais detalhada que foge do escopo desta tese. Ressaltaremos apenas, como lembrou Guilherme Luz em comentário na Banca de Qualificação, que a ideia de linhagem é também uma forma de representação da transmissão e esta, por sua vez, representa socialmente um legado educacional entre mestre e discípulo. Isso não implica necessariamente em linearidade ou imutabilidade dos conhecimentos transmitidos.

entre daoísmo e confucionismo, sendo o primeiro considerado fruto de um *ethos* pacífico enquanto o segundo, de um autoritário. Lembrar Sānfēng e seus grandes feitos, que teriam ocorrido na dinastia Míng, era também atribuir virtude àquele império anterior.

Shahar aponta, ainda, outros motivos pelos quais o personagem foi associado à prática, como sua relação com o culto à divindade marcial conhecida como "Guerreiro Sombrio" ou "Deus da Guerra", que teria alcançado a imortalidade nas montanhas Wǔdāng ao se dedicar às práticas daoístas, tornando-se um protetor durante o mandato do imperador Yǒnglè (永乐) (1402-1424) da dinastia Míng (WILE, 2008). O "Guerreiro Sombrio" teria sido ainda responsável pelo sucesso de inúmeras guerras contra as invasões nômades, tendo ligação com os imperadores Míng (SHAHAR, 2011, p. 264). A relação entre Sānfēng e o "Deus da Guerra" foi estabelecida por Huang Zongxi quando este descreve um sonho que o primeiro teve com o segundo, no qual teria aprendido as técnicas de combate (SHAHAR, 2011). O vínculo entre a espiritualidade daoísta e as artes marciais aparece também na influência da cosmologia chinesa e seu vocabulário, assim como na concepção fisiológica energética do corpo permeada pela linguagem da imortalidade daoísta (SHAHAR, 2011). O que nos interessa destacar aqui é que tanto Shahar quanto Douglas Wile evidenciam a relação desse vínculo de Zhāng Sānfēng com o *tàijí quán* com um posicionamento político, principalmente pela associação deste, que foi considerado um santo daoísta, com um movimento espiritual contra a invasão estrangeira (SHAHAR, 2011, p. 263-264).

Com relação à segunda versão a respeito da origem da prática, que seria sua suposta origem histórica, trata-se da vinculação com Chén Wángtíng (陈王庭) e a vila conhecida como Chénjiāgōu (陈家沟). A partir do período da Primeira República da China (1912), quando houve um movimento de modernização, inclusive de um ponto de vista do que era moderno no Ocidente, a versão mitológica de origem da prática ligada a Sānfēng já não era aceita como anteriormente. A referência à origem do *tàijí quán* na aldeia da família Chén e a figura de Chén Wángtíng foi uma narrativa construída a partir da pesquisa de Tang Hao (1857-1959), que foi à vila nos anos 1930 investigar a respeito da origem da técnica. No local, ele resgatou documentos do período Qīng que sugeriam que “os fundamentos da mundialmente renomada técnica remontavam ao século XVII” (SHAHAR, 2011, p. 195). Esses documentos traziam a história de uma prática realizada na aldeia Chén por Chén Wángtíng (que viveu de cerca de 1580 a cerca de 1660), sendo um deles um poema escrito pelo próprio Wángtíng, que “descrevia sua invenção de uma técnica de quán” (*ibidem*), ou seja, uma técnica de “punho”, de luta.

Olhando para a perspectiva das posturas e formas do *tàijí*, a partir dos nomes usados para descrevê-las, pode-se chegar a outra figura histórica, o general da dinastia Míng, Qī

Jiguāng (齐继光) (1528-1587), autor do texto "Clássico do pugilismo". Nesse texto, conta Wile, são citadas 29 posturas que aparecem no estilo Chén, evidenciando uma suposta relação com Chén Wángtíng e Chénjiāgōu (WILE, 1996). Apesar disso, Shahar (2011) esclarece que não há menção ao termo *tàijí quán* nos escritos da Família Chén, assim como também não há referência ao termo no texto considerado fundador da teoria sobre a técnica, posteriormente intitulado "*Tàijí quán Lùn*" e atribuído a Wáng Zōngyuè (王宗岳). A partir das referências de Qī Jiguāng, seu texto "Clássico do Pugilismo" e sua suposta relação com Chén Wángtíng, que era um militar da dinastia Míng, se estabelece essa relação do *tàijí quán* com a arte marcial. Aqui é importante fazermos um desvio para investigar o que se entende por arte marcial.

O termo arte marcial é uma tradução do termo Wǔshù (武术). Como explica Guilherme Amaral Luz, em sua tese de professor titular, "o que veio a ser chamado de Wǔshù muito mais tarde não se confunde com exercícios militares em campo de batalha." (LUZ, 2020). "Wǔ" teria o significado de marcial, mas nada tem a ver com o deus marte que parte da mitologia greco-romana. Já "shù" poderia ser traduzido como técnica, habilidade, método. O termo Wǔshù surge do nome que foi atribuído ao conjunto de artes marciais chinesas durante a Primeira República da China (1912 - 1949): Zhōngguó (中国) wǔshù. A partir dos anos 1920, como explica Lu Zhouxiang (2021), o governo nacionalista oficialmente começou a promover as artes marciais por meio da fundação de academias e instituições estabelecidas em grandes cidades, como Shànghǎi (上海), e com a publicação de livros e manuais. Nessa época, na qual se iniciou a ocidentalização da China, como explica Guilherme Amaral Luz, as práticas "tornam-se base da 'educação física nacional'. Inicialmente, integram programas estatais de edificação física, cívica e moral do povo chinês, a partir da ideologia do Partido Nacionalista" (LUZ, 2020). Mas a designação das artes marciais como Wǔshù veio posteriormente, com a concepção esportiva que é enfatizada a partir de 1949, quando se instaura a República Popular da China.

Naquele momento, as práticas serviam aos objetivos de autofortalecimento do país e de consolidação do nacionalismo, e deviam seguir as diretrizes da política de esportes do Partido Comunista Chinês, estando vinculadas a um sistema esportivo controlado pelo estado, que lançou uma campanha nacional para promovê-lo. Além da reafirmação de uma identidade, o partido objetivava, explica Lu Zhouxiang (2021), tornar os cidadãos chineses fortes e saudáveis para a construção de uma nova China. Como esclarece Apolloni (2018), a esportivização das práticas também implica um deslocamento de seus sentidos originais:

A chegada dos comunistas ao poder e a fundação da República Popular da China implicaram transformações no olhar “oficial” sobre a arte marcial tradicional: em muitos casos ela perdeu seu caráter privado, mágico ou subversivo, e ganhou contornos mais próximos do valorizado pelo pensamento socialista - uma arte de cunho desportivo ou voltada à saúde e, principalmente, à construção do “novo homem chinês” (APOLLONI, 2018, p. 212).

Monteiro (2014) esclarece ainda que, com a padronização dos movimentos das práticas marciais visando um padrão nacional único, cria-se um sistema atlético e competitivo, adaptado do que era feito na União Soviética e na Alemanha Oriental. O esporte passa a ser, assim, uma demonstração de superioridade nacional, política e ideológica. Com isso, estabelece-se, em 1956, a forma oficial do *tàijí quán*: a rotina de 24 movimentos.

Com o período da Revolução Cultural (1966 a 1976) e o movimento de censura a tudo que não seguisse o estabelecido pelo governo, explica Zhouxiang (2021), as práticas passaram a ser consideradas representativas do feudalismo e do elitismo, perdendo sua relevância. Posteriormente, com a abertura da China ao Ocidente no final dos anos 1970, as práticas passaram a ser promovidas como esporte de competição. O Wǔshù ganha especial relevância e passa a ser usado como instrumento de intercâmbio cultural entre a China e os países estrangeiros, servindo aos objetivos de modernização (ZHOUXIANG, 2021).

Na segunda metade do século XX, lembra Zhouxiang (2021), houve também um rápido desenvolvimento dos filmes de kung fu, seguindo o movimento que acontecia desde os anos 1970 de resgatar os valores da cultura tradicional, transformando-os em uma identidade chinesa moderna. Com a produção de filmes em Hong Kong, começa a se formar uma nova imaginação cultural que revitaliza a China. A ideia das películas era tanto preservar valores tradicionais, quanto enfatizar o sentido de uma identidade nacional. Esses filmes contribuíram em grande medida para a revitalização das artes marciais chinesas.

Voltando ao contexto de surgimento do *tàijí quán*, diante da complexa e controversa história, Wile (1996) esclarece que existe uma tendência de apresentar o *tàijí quán* sob um fundo histórico e político vazio, remetendo-nos a uma China milenar e antiga, imutável. Como explica Wú Wénhàn (吴文翰), em passagem trazida por Wile (1996), as condições históricas, políticas e econômicas relacionadas ao *tàijí quán* sempre foram ignoradas por praticantes, que concentraram seus estudos apenas nas técnicas e em um pequeno número de estilos e escolas. Ou ainda, como nos conta o autor, quando estudiosos da técnica a analisam, a ênfase pode recair sobre um determinado aspecto dependendo do que é observado, sejam as posturas e formas, as teorias ou a filosofia — cada linha de pensamento levará a uma origem e história.

Shahar, em seu estudo sobre o mosteiro Shàolín, aponta que a fundação moderna das artes marciais chinesas, que tem o *tàijí quán* como um dos principais representantes, se deu no período da dinastia Míng (1368 - 1644) tardia e Qīng (1644 - 1912) inicial, unindo as técnicas de combate de mãos livres do período Míng com as práticas de autocultivo permeada pelo contexto daoísta.

As referências teóricas sobre o *tàijí quán*, os textos clássicos, de acordo com Wile, surgem apenas com Wǔ Yǔxiāng (武禹襄) e Lǐ Yiyu no século XIX, que fazem menção ao manuscrito atribuído a Wáng Zōngyuè, encontrado em Wǔyáng (吴阳), na província de Hénán (河南). Wáng Zōngyuè, assim como Zhāng Sānfēng, é também uma figura misteriosa, já que sua historicidade é baseada em algumas hipóteses. Para Rodrigo Wolff Apolloni (2015), Wáng Zōngyuè teria vivido entre os séculos XIII e XV e, de acordo com alguns estudiosos, teria sido aluno de Zhāng Sānfēng. Para o autor, "independente de a obra ser original ou uma falsificação, o fato é que, desde seu aparecimento, em 1812 em um depósito de sal, ela se tornou uma referência" (APOLLONI, 2015, p. 12).

Como explica Wile, alguns acreditam que Zōngyuè teria sido aluno em Chénjiāgōu e outros sugerem que ele levou a arte para lá, sendo antes desconhecida no local. Durante o período de Máo Zédōng (毛泽东), a primeira versão da história foi reconhecida oficialmente e, apesar de existirem outras versões, é a que prevalece, principalmente entre os praticantes do estilo Chén (WILE, 1996). A relação de Wáng Zōngyuè com o surgimento e desenvolvimento do *tàijí quán* está atrelada ao texto que é atribuído a ele, o "Tàijí quán Lùn" (太极拳论), que, como explica Shahar, traz a relação com a cosmologia chinesa através da referência à criação cósmica contida na primeira frase do texto: "Tàijí nasce de Wuji, e é a mãe de Yin Yang".

Reunindo essas pistas históricas, de acordo com as teses de Shahar (2011), Wile (1996) e Davis (2004), o *tàijí quán* e referências a esse termo começaram a surgir no final do século XIX durante a queda da Dinastia Qīng e o início da República na China. Segundo Wú Wénhàn (2007), pesquisador da história e teoria do *tàijí*, naquele contexto histórico, dois nomes considerados fundadores de dois estilos importantes da prática, Yáng Lùchán e Wǔ Yǔxiāng, se encontram na antiga cidade de Guǎngfǔ (广府) em Héběi (河北), local de residência de ambos. Wǔ teria se tornado aluno de Lùchán e, a partir daí, os dois tornaram-se próximos e começaram a colocar em prática o texto de Wáng Zōngyuè, que havia sido encontrado pelo irmão de Wǔ, Wǔ Chéngqīng (吴承青). Ambos começaram a estudar as teorias que estavam contidas no "Tàijí quán Lùn", unindo-as às práticas locais, às técnicas de treinamento que já conheciam e com o que haviam aprendido de Chén Chángxīng (陈长兴) e

Chén Qīngpíng (陈清平), ambos representantes do estilo Chén. Yáng Lùchán foi para Běijīng (北京), após ser apresentado à guarda imperial da cidade proibida pelo irmão de Wu Yǔxiāng, passando a ensinar o *tàijí quán* na capital. Wǔ Wenhan (2007) esclarece que, nessa época, não havia um termo para designar a técnica corporal: a família Chén se referia à sua prática como “punho longo” e em Guǎngfǔ era chamada de “punho de algodão” ou “punho pegajoso”. Antes de Yáng Lùchán ir para Běijīng, não se conhecia o nome *tàijí quán*.

É importante lembrar que os nomes “punho longo”, “punho suave” ou “punho de algodão” dizem respeito a diferentes abordagens do *tàijí quán* antes de a prática ser reconhecida com o nome que acabou definindo-a. Esses termos referem-se a características que o treinamento adquiriu ao longo do tempo, descrevem qualidades de movimento, estados corporais, expressões da forma como o corpo é trabalhado pelo *tàijí quán*. Diferente do que se reconhecia como arte marcial, os movimentos passam a ser suaves, lentos, contínuos, fluidos e circulares, sem interrupções e uso de força. Esse processo de transformação a partir da suavização da técnica é uma das características principais que diferenciam o *tàijí quán* de outras práticas marciais. Segundo Apolloni (2018), é possível questionar a relação entre essa mudança de qualidade dos movimentos e estados corporais como um processo de adaptação da técnica que decorre da adesão da elite chinesa. Especialmente ligado à figura de Yáng Lùchán, o movimento faz parte também da abertura da prática a um público maior. Pouco se fala, entretanto, a respeito dessas mudanças de um ponto de vista do corpo em si e do treinamento — perspectiva que buscaremos aprofundar no segundo capítulo.

Com relação ao contexto de surgimento da prática, ainda de acordo com Wile (1996) e Shahar (2011), o surgimento do *tàijí quán* ao fim da dinastia Qīng é acompanhado por um conturbado momento histórico e social, marcado pela Guerra do Ópio, a invasão britânica e francesa, a rebelião de Taiping e um império em declínio, com características marcantes de um *status* semicolonial. Na China daquele período, diferente da imagem do monge no topo da montanha, imerso em uma paisagem ancestral e bucólica, as ferrovias, telégrafos, escolas missionárias, rifles carregados pelo exército chinês, rebeldes e rebeliões faziam parte do cenário (WILE, p.3, 1996). Como nos esclarece Wile: "Os irmãos Wǔ e Yáng Lùchán eram da mesma geração de Marx e Darwin e os irmãos Li contemporâneos de Einstein, Freud e Gandhi" (WILE, 1996, p.3). Ainda sobre o momento histórico, Wile afirma que as tropas britânicas e francesas provavelmente haviam invadido a capital e o imperador Manchu havia fugido quando Yáng Lùchán estava em Běijīng.

No capítulo intitulado *Ginástica*, em seu livro *O Mosteiro de Shaolin*, Shahar também afirma que a referência aos fundadores dessa arte e aos escritos que remetem à prática datam desse período (final do século XVIII e início do XIX), marcado por um grande movimento que

envolvia a classe de literatos, comerciantes e oficiais do governo, interessados em resgatar a cultura e identidade chinesa, assim como promover as práticas de autocultivo. Trata-se de um movimento conhecido como autofortalecimento, ou seja, fortalecimento da identidade chinesa perante as ameaças tanto do Ocidente quanto de outras etnias, como os Manchu. Tanto Wile quanto Shahrar afirmam que o *tàijí quán* surge como uma resposta cultural a um contexto político e social de uma China envolvida em lutas anti-imperialistas.

Como explica Wile (2008), embora não exista uma referência direta ao daoísmo enquanto filosofia oficial do *tàijí quán*, como vimos anteriormente, nos textos clássicos da prática existem referências a ideias e conceitos que fazem parte da Escola de Pensamento do Dào (Dàojiā 道家), como é o caso, por exemplo, da suavidade, característica diferencial da prática. A suavidade, muito representada pela metáfora da água, assim como a referência a uma outra concepção de corpo, está presente nos textos clássicos, que têm sua fundamentação em uma fisiologia interior, pautada na ideia de *qì* (氣). Esses conceitos serão analisados com mais detalhamento nos capítulos seguintes, mas, por ora, é importante reiterar que tal abordagem tem relação com um posicionamento político, como já explicado anteriormente ao tratar do processo de reafirmação nacionalista. Além disso, os escritos sobre o *tàijí quán* dos anos 1920 e 1930 traziam a ideia da dureza na suavidade como princípio político de evitar o confronto e de apaziguamento, presente no final do Império e início da Primeira República. A identidade chinesa que se almejava à época buscava uma diferenciação do estereótipo dos “homens doentes da Ásia” (WILE, 2008).

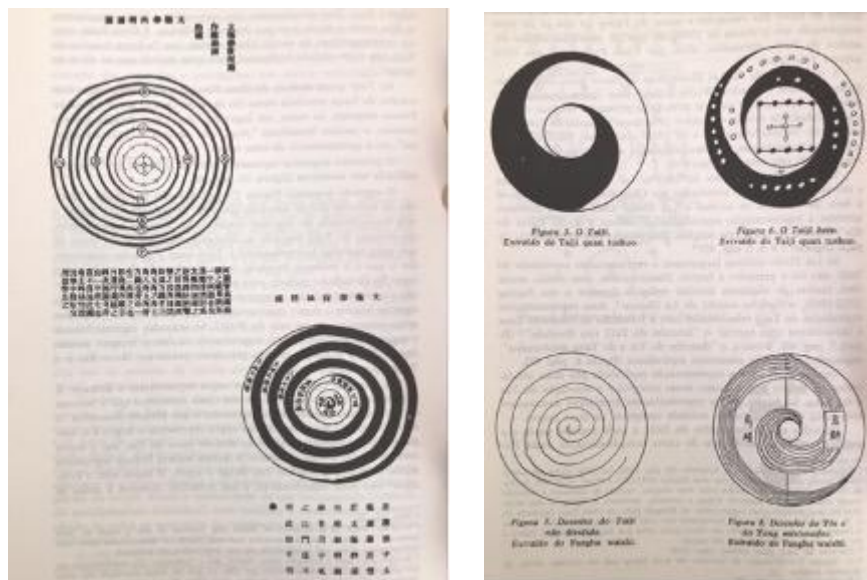
A forma mais usada para explicar o nome *tàijí quán* refere-se ao significado dos dois primeiros caracteres *tàijí* (太极), e que são comumente traduzidos como “a suprema cumeieira”, mas que, na verdade, nos remetem a um conceito filosófico que tem sua origem no Yijīng, o *Livro das mutações*, e também na teoria do *yīnyáng* (阴阳). O terceiro caractere que compõe o nome é *quán* (拳), que na tradução direta significa punho, mas, como explica Yáng Jūn⁷, pode se referir também a sequência, forma, sistema, ou nos remeter à ideia de autocultivo.

De acordo com o artigo "Transdualism, toward a materio-discursive embodiment" (2018), de Zairong Xiang, *yīnyáng* pode ser definido como uma cosmologia contextual, dependendo da posição do sol em relação a uma localização geográfica. Etimologicamente, *yīnyáng* se refere ao movimento do sol com relação a uma montanha, o lado *yīn*, a sombra,

⁷ Em aula on-line disponível em: <<https://youtu.be/2ZzhYk7BluU>>. Acesso em 28 fev. 2022.

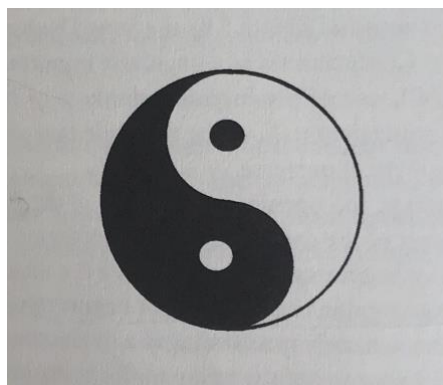
está onde não bate sol, e o lado *yáng*, iluminado, é onde o sol está batendo, dependendo assim do movimento do sol para a mudança de *yīn* para *yáng* ou de *yáng* para *yīn*. As duas propensões estão, ao mesmo tempo, em um processo de constante mudança. Essa relação nos aproxima de ideias como movimento, transformação e fluxo. Existem algumas imagens (Figura 2) que representam *yīnyáng* e nas quais seu aspecto relacional evidencia-se, diferentemente daquela que é mais popular (Figura 3), na qual fica explícita a separação, a dualidade e aquilo que está estático. O autor explica que, diferentemente da abordagem orientalista de uma noção de *yīnyáng* imutável, o conceito tem uma longa história de mudanças. Para Zairong, que propõe uma leitura decolonial desse conceito, é preciso atentar-se ao seu aspecto relacional, que mostra o desaparecimento das diferenças e, ao mesmo tempo, mantém seu aspecto de diferenciação. *Yīn* se transforma em *yáng* e vice-versa, mas *yīnyáng* não é estático, estável, ou uma entidade ontológica e fechada, mas sim duas propensões que se transformam e transitam uma na outra (XIANG, 2018). Mais do que definir esse conceito a partir de sua história dentro da filosofia chinesa e estabelecer sua relação com o nome *tàijí quán*, o que defendemos nesta pesquisa é a importância da ideia de fluxo para a compreensão do treinamento.

Figura 2 - Diferentes representações do símbolo *yīnyáng*.



Fonte: *Tai-Chi Chuan - Arte marcial, técnica de longa vida*, Catherine Despeux (1981).

Figura 3 - Diagrama *tàijí*.



Fonte: *The Taijiquan Classics: An Annotated Translation*, Barbara Davis (2004).

As referências textuais do *tàijí quán* também fazem menção a outros nomes, como “as treze posturas”, “punho longo”, “boxe suave” e “boxe das transformações”, embora “treze posturas” tenha sido o mais comum. De fato, não se sabe como se chegou a esse nome e por que a referência ao conceito *tàijí* está atrelada a Zhōu Dūnyí (周敦頤) (1017-1073), pensador da dinastia Sòng (宋) (960-1279) que escreveu o texto “Explicação do diagrama da Cumeeira suprema”, exceto pela analogia que se estabelece entre a já referida primeira frase do texto de Wáng Zōngyuè, o “*Tàijí quán Lùn*”: “*Tàijí* nasce de Wuji, e é a mãe de Yin Yang” (DAVIS, 2004, p. 38), e pelo texto de Zhōu Dūnyí, “A cumeeria suprema (Taiji) no movimento dá origem ao yang, o movimento chegado ao auge torna-se quietude, na quietude tem origem o yin, a quietude chegada ao seu auge retorna ao movimento” (APOLLONI, 2018). Embora esse conceito apareça, não há referências à expressão *tàijí quán* no texto ou em outros dos textos que compõem o corpo de textos teóricos referentes à técnica corporal.

Como explica Shahar (2011), houve uma teorização do *tàijí quán* no final da dinastia Qīng que tomou emprestado ideias da medicina, da cosmologia e da filosofia, e, a partir de então, o corpo passou a ser entendido a partir dessas disciplinas. Com o intuito de delegar à prática uma expressão da evolução cosmológica baseado na teoria do *yīnyáng*, deu-se o nome de *tàijí quán*. Entende-se, com essa explicação, que essa técnica seria um treinamento corporal baseado em um princípio filosófico.

De acordo com Shahar, o aparecimento de técnicas como o *tàijí quán* “foi acompanhado pela articulação de uma nova filosofia e de uma nova mitologia das artes marciais” (SHAHAR, 2011, p. 201). Para o autor, as técnicas como o *tàijí quán* usavam “um vocabulário de autocultivo fisiológico e espiritual” (*ibidem*). Para ele, essas técnicas se “caracterizam por uma síntese única de metas marciais, terapêuticas e religiosas” (*ibidem*) integrando as técnicas de dǎoyīn (導引).

O dǎoyīn, que, segundo Shahar (2011), poderia ser traduzido como “guiar e puxar”, ou seja, uma prática de alongamento coordenado com a respiração que tem o intuito de estimular a circulação de *qi* e sangue, teve origem nos primórdios da civilização chinesa e é utilizada com objetivos terapêuticos, voltada ao chamado “autocultivo”. Trata-se de uma espécie de ginástica, relacionada à prática médica, para prevenção e cura de doenças. Como explica o autor:

A ginástica dǎoyīn combinava o movimento dos membros com técnicas respiratórias. Os exercícios eram considerados benéficos para “nutrir a vida” (*yǎngshēng*), e praticados em associação com outros métodos - dietéticos, farmacológicos, higiênicos e de conduta sexual -, visando proteger e aumentar a vitalidade. (SHAHAR, 2011, p. 205).

Segundo Farquhar e Zhang (2005), *yǎngshēng* (养生), cujo elemento *yǎng* pode ser traduzido por nutrir ou cultivar e *shēng* por vida ou geração, é um conceito que tem conexão com uma perspectiva biopolítica, já que as práticas de autocultivo são reguladas pelo governo chinês. Essas técnicas, segundo as autoras, se tornaram moda nos anos 1990, mas circulam desde os anos 1970, quando os chineses eram incentivados a ir ao parque se movimentar — ideia alinhada aos princípios maoístas da República Popular da China, já mencionados anteriormente. Apesar de parecerem apolíticas, as práticas, ainda hoje, representam uma relação da população com o governo que não demonstra resistência, estando permeada por um tipo de poder que atua desde dentro, em uma espécie de governamentalidade. Uma frase retirada de um parque na China, dizem as autoras, traz essa ideia: “Quando você cria um estilo de vida civilizado, você protege o espaço público e a saúde” (FARQUHAR; ZHANG, 2005, p. 314, tradução nossa), ou seja, as práticas são feitas pelas pessoas para manter a ordem, inclusive no corpo, e a ordem obedece a uma disciplinarização fomentada e mantida pelo governo. Esse mecanismo, entretanto, nem sempre é consciente aos praticantes chineses, em parte pela subjacente percepção de não separação entre população e governo, entendido como representante das massas, e em parte pela alienação dos supostos princípios das práticas de seu contexto de surgimento, bem como dos interesses por trás desses discursos. Como explica Wile:

As pequenas anciãs nos parques da China hoje em dia, com suas espadas de tàijí, com sorrisos furtivos e olhos brilhantes, provavelmente não se preocupam com o papel do tàijí no autofortalecimento nacional, na reanimação do espírito marcial, na sobrevivência ao imperialismo Manchu, Ocidental e japonês, no fundamentalismo religioso pós-moderno, na arte de combate definitivo, no turismo do tàijí, nas exportações culturais, na política de identidade, ou na construção da masculinidade. A política das artes marciais do duro contra o suave, o idealista contra o materialista, e da academia contra a religião não as preocupa. Provavelmente nunca têm

fantasias sobre Zhang Sanfeng ou sonham com o Deus da Guerra (WILE, 2008, p. 37).

A respeito desses mecanismos e dos sentidos que adquirem na troca com o Ocidente, gerando os discursos hegemônicos a respeito da prática, discorreremos no item que segue.

1.2 Leituras hegemônicas

Quando tratamos das abordagens que procuram definir o *tàijí quán*, criando uma espécie de identidade da prática, limitando-a, podemos observar três discursos hegemônicos principais: o da saúde, o da arte marcial e o da espiritualidade — todos relacionados a mercados específicos. Tanto no Ocidente quanto na China, e em outros países orientais, esses discursos reafirmam uma concepção do *tàijí quán* como produto decorrente da hegemonia do capitalismo, reforçando esoterismos e estereótipos.

O primeiro desses discursos se baseia em pesquisas científicas da medicina ocidental e serve de base para o mercado do bem-estar. A prática é tratada do ponto de vista de seus benefícios à saúde, seja para a redução do estresse ou para o tratamento de algum problema físico, sendo usada tanto como prescrição médica, quanto como uma abordagem terapêutica, construída em torno da ideia de adoção de um estilo de vida equilibrado. Em interlocução com uma perspectiva capitalista, o *tàijí quán* é transformado em uma filosofia de vida para ser vendida e consumida.

O segundo discurso trata a prática como fruto de uma tradição e pertencente a uma linhagem, argumentos que, como vimos anteriormente, serviram de base para fortalecer o nacionalismo na China e que, na sua difusão para o Ocidente, ajudam a criar uma identidade estereotipada à prática e ao praticante, muitas vezes criando um esporte de competição, que avalia a destreza e a técnica de competidores, e outras estabelecendo uma normatividade que convive com hierarquias de poder generificadas e cria um mercado do que seria um *tàijí quán* "legítimo", afastando o praticante da sua experiência singular. Com relação à questão de gênero, é importante observar que a presença das mulheres no ambiente do ensino e prática do *tàijí quán* é relegada a um segundo plano: a maioria dos representantes das escolas *tàijí quán* são homens e são raros os casos de figuras femininas, sejam elas professoras ou porta-vozes da comunidade do *tàijí quán*. No geral, as mulheres aparecem como aquela que administra e cuida da família, administra os negócios, acompanha o "mestre" ou simplesmente é a esposa do "mestre". Até mesmo no ambiente acadêmico, a maioria dos pesquisadores são homens. Já sobre a ideia de legitimidade, uma suposta origem histórica e

conceitual do *tàijí quán* seria aquilo que confirma sua autenticidade. Cada uma dessas linhagens afirma ser a origem fundadora da técnica, cuja transmissão se dá de mestre para discípulo, geralmente de pai para filho, de forma ininterrupta, hereditária, e que guarda suas características originais, expressão de um conhecimento milenar. Algumas delas estruturaram-se como empresas que vendem um produto, uma identidade, procurando formar legiões de afiliados, certificando professores e abrindo escolas. Trata-se de negócios que vendem autenticidade, tradição e um caminho para a realização profissional e espiritual.

Já o terceiro discurso é aquele que relaciona o *tàijí* às montanhas Wūdāng, aos mitos de divindades, ao daoísmo, ao budismo, ao *yīnyáng*, à meditação e a elementos que, descontextualizados, criam um imaginário de uma prática espiritualizada e transcendental. Essa narrativa também serve ao capitalismo, criando um mercado místico e, inclusive, um turismo místico, que alimenta concepções orientalistas nas quais um Oriente imaginário é exotizado. São concepções que ignoram aspectos políticos e fazem uso de símbolos e imagens para vender a ideia de ascensão espiritual.

O discurso da saúde é possivelmente aquele que mais se faz presente entre a população média, que não necessariamente está familiarizada com o universo da prática. No mundo inteiro, quando nos referimos a essa técnica, o discurso médico é predominante. Existe uma estimativa⁸ de que 99% das pessoas que praticam o *tàijí quán* o fazem por seus benefícios para a saúde e como um exercício de baixo impacto. O discurso se constrói em torno da ideia do *tàijí quán* como uma prática terapêutica indicada para pessoas com problemas de equilíbrio, ortopédicos e de ansiedade, por exemplo, e que recorre a pesquisas médicas científicas para justificar seus argumentos. A prática também é tida como aliada da qualidade de vida, o que reforça aquilo que Sophia Rose Arjana, em sua obra *Buying Buddha, Selling Rumi - Orientalism and the Mystical Marketplace* (2020), chama de “indústria do bem-estar”. Para a autora, esse tipo de concepção reforça o Oriente como um lugar de esoterismo, “ligado a cura, bem-estar e iluminação espiritual” (ARJANA, 2020, p. 126, tradução nossa). A medicina chinesa também é incorporada ao discurso, criando a narrativa de que a prática seria uma solução para os problemas de saúde da modernidade. O praticante encontra “equilíbrio”, ou uma pretensa ideia de equilíbrio, que não permitirá que ele perca sua saúde para os problemas associados a uma vida estressante e produtivista, característica do cenário capitalista. Trata-se de uma perspectiva ancorada em instituições de credibilidade como a Universidade de Harvard e o Hospital Israelita Albert Einstein de São Paulo, locais onde se desenvolvem pesquisas acerca dos benefícios do *tàijí quán*.

⁸ Disponível em: <<https://radiichina.com/chen-tai-chi-village-the-birthplace-of-tai-chi-is-a-ghost-town-banking-on-a-cultural-treasure/>>. Acesso em: 28 fev. 2022.

A prática, sob o viés do discurso da saúde, serve tanto à indústria do bem-estar quanto à “corporativização do corpo”, na qual “trabalhadores que também são consumidores procuram caminhos de bem-estar, saúde, e equilíbrio através de práticas de yoga, meditação e outras práticas espirituais” (ARJANA, 2020, p. 126, tradução nossa).

Também é importante destacar a implementação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Brasil⁹, que contempla a medicina chinesa como uma de suas áreas. Embora a acupuntura seja a prática mais conhecida dentre o conjunto de práticas, o *tàijí quán*, assim como o *qigōng* (气功), fazem parte das práticas corporais que integram esse rol. Em março de 2020, foi divulgado um texto¹⁰ no site do Ministério da Saúde apontando um crescimento de 46% na procura pelas práticas integrativas complementares no SUS, aumento que teria ocorrido nos últimos dois anos, alcançando 315 mil pessoas até 2018. Dentre 29 modalidades de práticas integrativas, as atividades coletivas mais procuradas são o yoga e o *tàijí quán*. A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares foi implementada no Brasil em 2006, embora a Organização Mundial de Saúde já incentivasse, desde a década de 1970, os membros da Organização das Nações Unidas a estabelecer políticas públicas para “a integração de sistemas médicos complexos e recursos terapêuticos (também chamados de Medicina Tradicional e Complementar/Alternativa MT/MCA ou Práticas Integrativas e Complementares)”¹¹ (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Esse movimento é fortemente pautado pelas pesquisas científicas e evidências que demonstram os benefícios dessas práticas para a saúde. Como explica o professor de educação física Anderson Brandão, em vídeo¹² realizado pelo Ministério da Saúde em 2018, a prática regular de atividade física como o *tàijí quán* e o yoga, consideradas também práticas de meditação, proporcionam benefícios para o corpo e a mente, por meio de fortalecimento muscular, flexibilidade, foco e concentração.

Enquanto esse discurso se apoia na forte vinculação do Ocidente com a Ciência e a Medicina, os discursos da arte marcial e da espiritualidade são construídos pelo que Arjana (2020) chama de “muddled orientalism” e que aqui usaremos como “orientalismo confuso”¹³,

⁹ Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/praticas-integrativas-e-complementares-pics-1>>. Acesso em: 28 fev. 2022.

¹⁰ Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2019/marco/cresce-46-procura-por-praticas-integrativas-no-sus-2>>. Acesso em: 28 fev. 2022.

¹¹ Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/praticas-integrativas-e-complementares-pics-1>>. Acesso em: 05 mar. 2022.

¹² Disponível em: <<https://youtu.be/ZKSCNJ-w5gg>>. Acesso em: 05 mar. 2022.

¹³ Uma outra proposta de tradução do conceito, destacada por Marco Souza durante reunião do grupo de estudos Centro de Estudos Orientais, da PUC-SP, em 2021, seria “orientalismo desorientado”.

que seria a “mistura descuidada de termos, imagens, e figuras do ‘oriente’ imaginado” (ARJANA, 2020, p. 9, tradução nossa). A autora esclarece que, dessa forma:

O oriente existe como um quadro de exotismo visualizado em histórias e filmes que mostram uma mistura de imaginários que comunicam uma estética da diferença que não está em lugar algum e ao mesmo tempo está em todos os lugares (ARJANA, 2020, p. 9, tradução nossa).

Arjana (2020) ainda defende que existe uma busca moderna por um sentido religioso, em um tempo em que a hierarquia religiosa é mais questionada e o próprio vínculo com a fé adquire novos contornos. O que ocorre é que essa procura por novos sentidos frequentemente se baseia na colonização de outras culturas, como ocorre com nosso objeto. Constrói-se, então, a noção de espiritualidade mística moderna, que a autora define como:

a procura por sentido na modernidade fora da religião institucionalizada, que geralmente envolve contemplação, a procura por sentido, e um objetivo final que seja benéfico para a saúde física, emocional e psicológica do indivíduo através do uso de práticas religiosas e tradições extraídas de inúmeros lugares, especialmente do oriente (ARJANA, 2020, p.15, tradução nossa).

Retomando a pesquisa de Said (2018), a força do orientalismo, que inclui a criação do oriental e seu mundo, bem como de um conhecimento do Oriente, se perpetuam e se atualizam em imagens por meio da hegemonia cultural. O discurso orientalista é formado pelos poderes político, intelectual, cultural e moral, constituindo-se como um conhecimento ontologicamente inalterável que opera sobre e torna-se o objeto mesmo (SAID, 2018). O conhecimento é administrado pela sociedade, diz Said, “é regulado primeiro pelos interesses locais de um especialista, mais tarde pelos interesses gerais de um sistema social de autoridade” (SAID, 2018, p. 79). As próprias representações visuais na mídia contemporânea, explica Arjana (2020), reforçam a base orientalista da imaginação ocidental. Junto à argumentação de Said (2018), a autora nos lembra como, nesse processo, o Oriente fictício se torna o verdadeiro Oriente na mente do colonizador. Quando refletimos a respeito de Oriente e Ocidente, é importante ter em vista que o Brasil¹⁴, assim como está na periferia do capitalismo, do ponto de vista da hegemonia da ordem global, também não costuma ser

¹⁴ Como bem lembrado por Guilherme Luz, em Banca de Qualificação, o fato de o Brasil reproduzir discursos considerados orientalistas não quer dizer necessariamente uma “mente colonizadora”, podendo ser, inclusive simultaneamente, “antropofágica, sincrética, totêmica, superficial ou até mesmo passiva” (LUZ, 2022). Compreender esses deslocamentos é importante até mesmo para elucidar as proposições de Said, como também pontuado pelo professor, que fala de um lugar diaspórico em um país no centro do capitalismo e é considerado “outro” em sua própria terra. Daí seu interesse pela alteridade e suas relações de poder e por imperialismo e colonialismo, buscando “desconstruir os modos pelos quais o ‘ocidente’ materializou os seus ‘outros’” (*ibidem*).

considerado Ocidente pelo poder hegemônico (como o são Estados Unidos e Europa), sendo encarado por este, também de maneira estereotipada, como América Latina.

Partindo dessa perspectiva, Arjana (2020) entende que o misticismo moderno, que sustenta algumas das principais concepções do *tàijí quán*, existe em um sistema de intercâmbio cultural “nascido de encontros coloniais e transformado em empreendedorismo, diletantismo e voyerismo espiritual através da força criativa do orientalismo” (ARJANA, 2020, p. 7, tradução nossa). O turismo místico, forte em determinados locais da China, é parte fundamental desse processo, na medida em que encena a autenticidade e torna a representação da espiritualidade uma troca comercial (ARJANA, 2020).

A referência a esses locais, como a montanha Wǔdāng, o mosteiro Shàolín e a vila Chén nos transmite a ideia de antiguidade, ancestralidade e tradição. As imagens do Oriente representam uma grandeza simbólica, são estereótipos, personagens, espaços geográficos, discursos e o eterno atemporal, remetendo-nos a essa ideia orientalista da negação do tempo contemporâneo, colocando-o em um passado idealizado, naquilo que Arjana (2020) explica como um caminho ancestral que se apresenta como uma solução para os problemas da modernidade. O espaço geográfico também legitima ideias como de que é preciso estudar *tàijí quán* na China, pertencer a uma linhagem ou família, ter um professor chinês ou que todos naquele país conhecem e praticam *tàijí quán*. Essa narrativa constrói uma imagem da prática que está alicerçada em um conhecimento milenar, que se mantém preservado em suas características e seu vínculo com a tradição.

Um exemplo recente da forma como as projeções discursivas relativas às imagens orientalistas são recorrentes hoje é a inserção do *tàijí quán* na lista de representantes da herança cultural intangível da humanidade pela UNESCO. Em 2020, a técnica corporal chinesa, praticada por mais de 100 milhões de pessoas no mundo todo, entrou na lista da UNESCO na categoria de obra de arte do gênio criativo da humanidade. O *tàijí quán* não é a primeira contribuição chinesa à herança cultural da humanidade. Quando o filme *O Tigre e o Dragão*¹⁵, de Ang Lee, foi lançado no ano 2000, as montanhas Wǔdāng, conhecidas por abrigar um complexo de palácios e templos, exemplos das conquistas artísticas e arquitetônicas das dinastias Yuán (元), Míng e Qīng, já haviam sido colocadas no mapa mundial, tornando-se parte da lista de patrimônios da humanidade da UNESCO em 1994. Localizado entre as montanhas na província de Húběi (湖北), o complexo de construções que datam do século VII representa o padrão mais alto de arquitetura e arte chinesa. O local é

¹⁵ Ficha técnica do filme e sinopse disponível em:

<https://www.imdb.com/title/tt0190332/?ref_=nv_sr_srsrg_0>; trailer do filme disponível em: <<https://youtu.be/Nr6KyDfmWic>>.

conhecido pelo seu vínculo com o daoísmo, devido aos templos e mosteiros construídos ali, e por ser considerado o cenário do mencionado mito de origem do *tàijí quán*. O sucesso do filme, que faz referência ao local e à nomeação de patrimônio da humanidade, fizeram de Wǔdāng, como geralmente é conhecido, um polo turístico na China. O local se tornou um enorme empreendimento para excursões, tanto de turistas chineses como estrangeiros, e diversas escolas de kung fu foram construídas para receber principalmente ocidentais que buscavam aprender a “verdadeira” arte marcial chinesa em seu local de origem.

Assim como Wǔdāng, o famoso Templo Shàolín também já serviu de cenário e tema para inúmeras produções cinematográficas, sendo uma delas o primeiro filme de Jet Li lançado em 1982, batizado com o nome do local e que impulsionou o movimento turístico em 1984¹⁶. Desde então, os responsáveis por Shàolín, o governo da cidade de Dēngfēng (登封) e inúmeros comerciantes viram uma oportunidade de transformá-lo em um local turístico, criando espetáculos de kung fu e abrindo escolas e hotéis, até que, em 1998, criou-se a Companhia de Desenvolvimento Industrial de Shàolín Hénán, uma forma de registrar a marca que já estava sendo usada para comercializar chás, móveis, equipamentos, entre outros. O abade supremo do mosteiro, Shì Yǒngxìn (石永新), conhecido como o monge CEO, é considerado responsável por transformar o Templo Shàolín em um império comercial global com filiais fora da China e ações na bolsa de valores. Atraindo peregrinos que procuram as referências do kung fu chinês e do budismo Chan, o mosteiro Shàolín tornou-se também patrimônio mundial em 2010.

Da mesma forma que nos exemplos anteriores, houve um projeto envolvendo a inserção do *tàijí quán* nessa relação da UNESCO, que tem forte apelo no Ocidente e tem poder de dar força aos discursos hegemônicos já vigentes. Ainda que se trate de uma prática e não um local propriamente dito, como é o caso de Shàolín e Wǔdāng, o lugar ao qual se atribui a origem da prática é fundamental para contextualizar esse movimento. Na narrativa de apresentação da prática, disponível no canal do Youtube da UNESCO¹⁷, sua suposta origem dataria do século XVII na vila da Família Chen (Chénjiāgōu), no condado de Wēnxiàn (温县), na Província de Hénán, distribuindo-se depois pela China em outros locais e estilos.

Trata-se da segunda versão mitológica que tratamos em *Pistas históricas*, que vincula o *tàijí quán* às artes marciais por meio da figura de Chénwángtíng. De acordo com o site RADII em uma reportagem sobre o local, recentemente 5 bilhões de RMB (aproximadamente 4 bilhões de reais) foram investidos na vila e é possível ver, em todo o local, reformas, novas

¹⁶ Ficha técnica do filme e sinopse: <<https://www.imdb.com/title/tt0079891/>>; trailer do filme: <<https://youtu.be/fTIm8b9Rft8>>.

¹⁷ Disponível em: <<https://youtu.be/fozrlyhZlh0>>. Acesso em: 21 jan. 2021.

construções, estátuas e estruturas erigidas com desenhos de posturas e passos de *tàijí*, hotéis, lojas e inúmeras escolas onde se aprende a prática. Chénjiāgōu, o local de “nascimento do *tàijí quán*”, vem se tornando um investimento, e, embora recente, o empreendimento promete capitalizar sua história, atraindo o turismo doméstico e internacional. Dos 40.000 habitantes da vila, cerca de 30.000 praticam a técnica e a pequena vila vive da comercialização do *tàijí*. Esse processo faz parte do que Arjana (2020) entende como um negócio místico, que envolve a idealização do Oriente, seu povo e tradições. Parte importante desse processo de idealização é a negação do tempo contemporâneo, negando ao “outro”, ao oriental, nesse caso, o mesmo espaço que o ocidental ocupa¹⁸. Nesse ponto, vale ressaltar que o orientalismo não é apenas um discurso do Ocidente sobre o Oriente, mas também inclui o Oriente como participante e construtor desse discurso, reforçando sua circulação. O “auto-orientalismo”, como nos explicam Grace Yan e Carla Almeida Santos (2009), é uma extensão do orientalismo e pode ser identificado nas imagens produzidas pelo próprio Oriente sobre si mesmo e como uma consequência da sua busca pela modernidade¹⁹.

Assim, o misticismo moderno, para Arjana (2020), nasce de um sistema colonial que transforma práticas e símbolos orientais em produtos comercializados no mercado místico, que é global e atua em um fluxo de ida e vinda entre Oriente e Ocidente, criando oportunidades de negócios. O turismo místico, como mencionado anteriormente, faz parte desse mercado e atua como no caso de Chénjiāgōu ou Wǔdāng, reprojatados para se tornarem locais de consumo da experiência de um *tàijí quán* verdadeiro e original.

Outro item importante de ser mencionado é a presença preponderante da figura masculina como autoridade e a ênfase dada à transmissão do conhecimento de pai para filho ou de mestre para discípulo (sempre no masculino), como ocorre nas narrativas a respeito das linhagens, que dão suposta autenticidade ao *tàijí quán*. Para Arjana (2020), esse fenômeno decorre de um orientalismo generificado, em que há uma identificação da autoridade com a masculinidade, como ocorre em figuras como o monge, o mestre, o sufi e o sashu. A ideia de “guru” representa esse discurso e tem especial apelo no Brasil pela mentalidade também colonizada da população, cuja história, como explica Della Cava (1975),

¹⁸ Aqui vale lembrar, como pontuado por Guilherme Luz em Banca de Qualificação, que toda representação do outro, ainda que fantasiosa, é uma forma de lidar com a alteridade. Assim, atentando-se ao contexto no qual Said está inserido ao tratar do Orientalismo, é possível considerar as relações de poder que permeiam essas relações colonizadoras sem necessariamente descartar o fato de que existe uma certa maneira de se relacionar com “outro” e com a “diferença”, maneira esta passível de ser recriada e de gerar novas significações, o que constatamos no nosso objeto acontecer com a experiência dos praticantes, que excede a discursivização da prática.

¹⁹ Sobre a discussão de “auto-orientalismo”, e outras perspectivas que relacionam o conceito de Said com diferentes dinâmicas, propomos a noção de “novos orientalismos” no livro *Novos Orientalismos e micropolíticas anticoloniais* (Annablume, 2022), uma coletânea de artigos produzidos durante as discussões que aconteceram nos últimos dois anos em reuniões do Centro de Estudos Orientais, grupo de pesquisa da PUC São Paulo.

é permeada por uma espécie de messianismo e de figuras messiânicas idealizadas, como Antônio Conselheiro e Padre Cícero, figuras estas também permeadas pelo patriarcado, preponderante tanto Brasil quanto na China.

Como explica Arjana (2020), esse misticismo de que tratamos foi construído pelo orientalismo americano (ressalvamos: estadunidense) e europeu e diz respeito justamente a essa forma “moderna” com a qual lidamos hoje de encarar a vida contemplativa, espiritual e mística. Apesar disso, o mercado místico é global e a popularidade de figuras místicas modernas e de gurus, tanto da Europa quanto dos Estados Unidos, retorna para a Ásia, criando espaço para negócios que oferecem formas de cura alternativas. Da mesma forma que ocorre com o discurso da saúde, o misticismo moderno, explica Arjana (2020, p. 63, tradução nossa), “substitui o reparo do mundo por um projeto de auto-melhoria” (*self-improvement*), em interlocução com uma perspectiva ocidental neoliberal que prega o autoaperfeiçoamento e o empreendedorismo de si. Assim, “a indústria terapêutica e o negócio de mercantilização das religiões estão conectados” (*ibidem*).

As imagens orientalistas do *tàijí quán*, que aparecem no vídeo da UNESCO e que cristalizam e reafirmam os discursos hegemônicos sobre a prática, colaboram para manter essa estratégia no mercado místico global, fazendo desses conteúdos produtos para serem vendidos no ambiente digital. Essas estratégias aproveitam também a crise sanitária de covid-19, que teve início na China e se desenrolou a partir de 2020, e o vínculo da pandemia com aquele país, para disseminar uma série de informações sobre as práticas da medicina chinesa, o *tàijí quán*, o *qìgōng*, e seus benefícios para a prevenção e manutenção da saúde, como o aumento da imunidade e a preservação de um estado mental calmo e equilibrado. A inserção da prática na lista da UNESCO apenas reafirma a força do orientalismo e corrobora para a validação desses discursos, assim ocorre com a constante menção à pesquisa da Universidade de Harvard sobre os benefícios do *tàijí quán*.

Arjana (2020) explica, ainda, que o que sustenta o mercado místico é justamente a perspectiva orientalista que bifurca o mundo em Ocidente e Oriente, moderno e antigo, místico e ortodoxo. Nessa perspectiva, o Oriente e o oriental são encarados como fontes de cura, renovação espiritual e iluminação — ideias muito presentes quando se fala de meditação, da medicina chinesa e do próprio *tàijí*, e que são reforçadas, segundo a autora, na academia, na indústria do bem-estar, no entretenimento e no âmbito social. Para ela, assim como a religião é uma criação da academia ocidental que é aplicada a outras tradições religiosas, a compreensão da religiosidade de outras pessoas, como o próprio budismo e o daoísmo, é formatada pela história da política colonial e de raça. Para ela,

a construção da religião é parte do conhecimento colonial. As percepções ocidentais do hinduísmo, budismo e islamismo são invenções, construções de sentido baseadas nas estruturas de poder do Império Europeu. Estudiosos da religião descrevem o misticismo como uma antítese para uma vida religiosa moderna, racional e baseada em textos (ARJANA, 2020, p. 25, tradução nossa).

Chamamos esse discurso de “espiritualidade” pela própria definição da autora a respeito do termo, que trata espiritualidade justamente como essa forma de misticismo contemporâneo que universaliza tradições religiosas e as mercantiliza a serviço da indústria do bem-estar, que promete uma profunda mudança na vida das pessoas.

Para desestabilizar esses discursos e contribuir com o debate sobre o imaginário orientalista vinculado à prática, é importante questionar de qual concepção de corpo partem esses discursos. Como aprofundaremos no capítulo seguinte, a noção de uma “identidade essencial” e a “generalização da cultura em grandes blocos” (GREINER, 2015, p. 258), assim como a perspectiva de uma ideia de saúde validada por uma ciência médica e pela academia, é proveniente de um pensamento ocidental sobre o Oriente, pautado por uma epistemologia eurocêntrica.

Assim como não existe uma China, mas uma diversidade étnica além da etnia Han, não existe uma única forma de pensamento. No entanto, afirma-se um pensamento hegemônico quando se trata de reafirmar identidades *a priori* e essencialistas. Não existe uma única história, coletiva e unificadora, assim como uma suposta unidade entre o homem, o céu e a terra ou a ideia de uma identidade essencial e estática – um chinês, professor, mestre ou praticante de *tàijí*. A padronização do *tàijí quán*, de sua origem, história e identidade, reduzidas a uma definição de corpo e de uma experiência universal, perpetuam os discursos hegemônicos, os dispositivos de poder e algumas dicotomias como a de natureza e cultura, Ocidente e Oriente e corpo e mente. Essas perspectivas nos ajudam a pensar como esses discursos e disciplinas definem o *tàijí quán* e o sistematizam em um conjunto de enunciados que lhe dão valor, transformando a prática em produto e instrumentalizando esse saber. Como explicam Greiner e Katz:

Para não se manter surda ao rumor da ação do tempo, toda área de conhecimento deve lembrar que o que está designando como seu domínio não passa de um recorte e uma rarefação de um saber mais amplo, ao qual o recorte se subordina como uma descontinuidade. Lembrar para escapar do risco de transformar a sociedade do discurso em doutrina. (GREINER; KATZ, 2005, p. 126)

Pensar o *tàijí quán* a partir do corpo nos permite entendê-lo por meio da experiência, considerando as singularidades que podem surgir daí, que não correspondem a uma identidade fechada, parada no tempo ou a uma noção de corpo universal. Como explica

Greiner (2015), as singularidades surgem das experiências e “embora contem com uma taxa de estabilidade, não estão paralisadas ou suspensas no tempo” (GREINER, 2015, p. 261). Trata-se de uma noção que nos permite evitar concepções essencialistas, bem como tendências à universalidade de ideias, como essa que elabora a prática corporal chinesa sob as perspectivas marcial, da saúde e da espiritualidade.

Capítulo 2

2 O corpo no *tàijí quán*

2.1 Concepção de corpo na China

Essa outra lente por meio da qual estamos propondo ler o *tàijí quán*, essa experiência de sentir da vida por meio dos estados corporais, é expressa pela forma como os chineses movimentam o seu corpo. Para eles, a mente emerge de uma experiência da existência corporificada no mundo, “entre o céu e a terra”. Como nos explica Anne Cheng: “O mundo enquanto ordem orgânica não é pensado fora do homem e o homem que nele encontra naturalmente seu lugar não é pensado fora do mundo” (CHENG, 2008, p.36). Aqui, vale lembrar que “o próprio exercício de teorizar também é uma experiência corpórea, uma vez que conceituamos com o sistema sensório-motor e não apenas com o cérebro” (GREINER, 2005, p. 17). Para a medicina chinesa, essa perspectiva é um pressuposto, já que a mente é um aspecto das substâncias vitais²⁰ e é formada a partir delas.

Buscando compreender as diferenças entre as perspectivas ocidentais e orientais de corpo, no livro *The Expressiveness of the Body and the Divergence of Greek and Chinese Medicine* (1999), Kuriyama faz comparações entre medicina grega e medicina chinesa em termos de como conhecem e se expressam sobre o corpo. A linguagem que usavam para falar a respeito das práticas de diagnóstico não era a mesma, ainda que a prática em si muitas vezes coincidissem. Kuriyama explica que, há dois mil anos, embora houvesse um interesse comum na Grécia e na China, por exemplo, sobre a técnica de tomar o pulso, existiam intenções diferentes nessa mesma ação. “Como um gesto pode parecer igual e ao mesmo tempo diferir inteiramente na sua experiência?” (KURIYAMA, 1999, p. 22, tradução nossa). Isso ocorre porque, na medicina chinesa, a ideia do pulso é ler o fluxo do *qì* e não a pressão arterial e os batimentos cardíacos. Cada toque, portanto, tem uma experiência e uma leitura daquela experiência. Existem muitas formas de conhecer o corpo: a observação de como é afetado por alimentos, pelo ambiente e o clima, como muda quando é queimado, agulhado, através da consciência pela meditação, respiração ou dos treinamentos corporais. Assim, explica o autor, “traçar os limites das diferenças é repensar muito do que tomamos como dado no corpo” (*ibidem*, p. 23, tradução nossa). Médicos gregos e chineses sabiam o corpo diferente pois sentiam o corpo diferente, “tanto literariamente quanto figurativamente” (*ibidem*,

²⁰ Para a medicina chinesa, as substâncias vitais são consideradas os três tesouros (*sānbǎo* 三宝), são fatores essenciais para a vida humana. Os três tesouros são o *shén* (神), a consciência, comumente traduzido como mente ou espírito, o *jīng* (精), a estrutura de vida, aquilo que dá forma ao corpo, e o *qì* (气), o aspecto dinâmico da vida. Estas três instâncias geram uma e outra e estão sempre em relação (SIONNEAU, 2014).

p. 60, tradução nossa) – as concepções teóricas foram moldadas, explica, pela experiência do toque. As concepções de corpo, nesse sentido, seriam não apenas elaborações da mente, mas especialmente dos sentidos.

Da mesma forma, o autor chama atenção para como as palavras e a elaboração da linguagem esculpem as percepções: as palavras dão forma e simultaneamente classificam. Assim, sua tese é de que “a história das concepções de corpo deve ser entendida em conjunto com a história das concepções de comunicação” (KURIYAMA, 1999, p. 107, tradução nossa). Isso molda de tal forma a nossa cognição, explica, que o nosso ponto de vista deixa de ser uma possibilidade de leitura entre outras e passa a ser entendido como “a realidade”, a forma como as coisas são – “uma poderosa ilusão de ótica” (*ibidem*, p. 111, tradução nossa).

Figura 4 - Vesalius, *Fabrica* (esq.) e Hua Shou, *Shisijing fahui* (dir.)



Figure 2. Vesalius, *Fabrica*, 1543, Wellcome Institute, London.

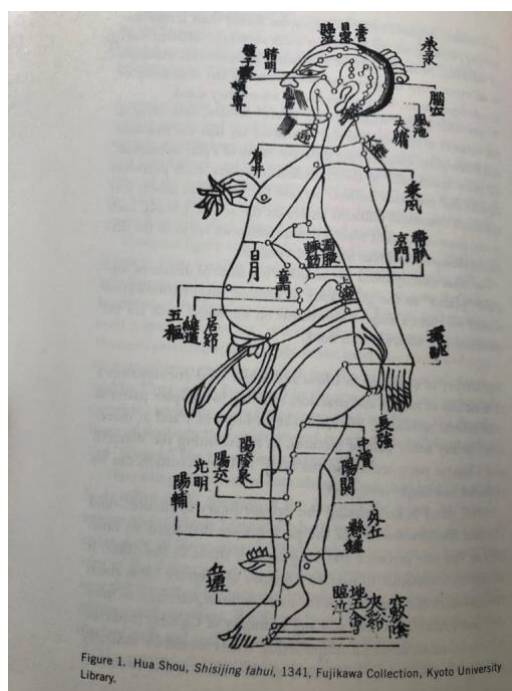


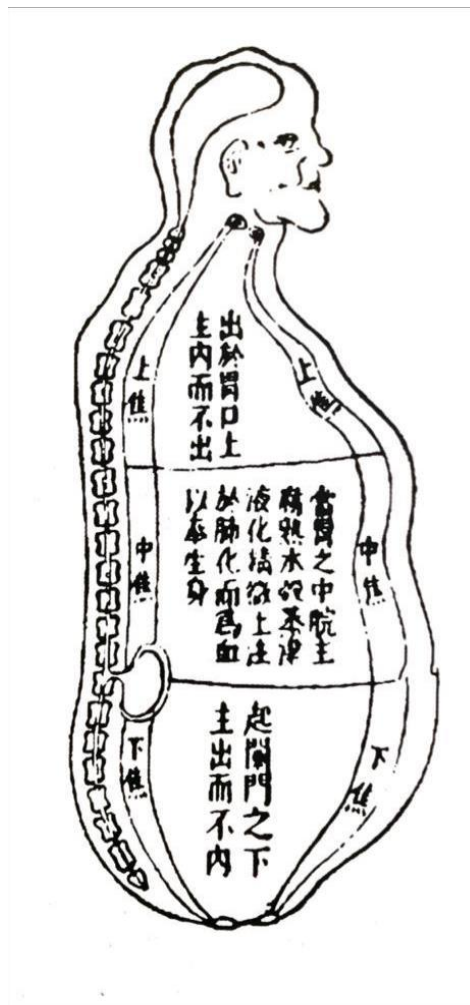
Figure 1. Hua Shou, *Shisijing fahui*, 1341, Fujikawa Collection, Kyoto University Library.

Fonte: Kuriyama, 1999, p. 10.

O aspecto dos músculos é uma das grandes diferenças visuais e em termos de representação entre as concepções de corpo de que trata Kuriyama. Ver a musculatura não é algo que está dado, é um treino que foi feito pelas abordagens ocidentais, não só na medicina como na arte – aqui relembremos que os artistas aprendiam anatomia para reproduzir um corpo em seus aspectos fisiológicos, com definição muscular. As musculaturas em esculturas e pinturas mostravam uma visão do corpo em que o que é visto de fora é inseparável da imaginação anatômica daquilo que estava sob a pele, explica o autor. Enquanto isso, os mapas chineses eram “transparentes”, não tinham tecidos, tendões e

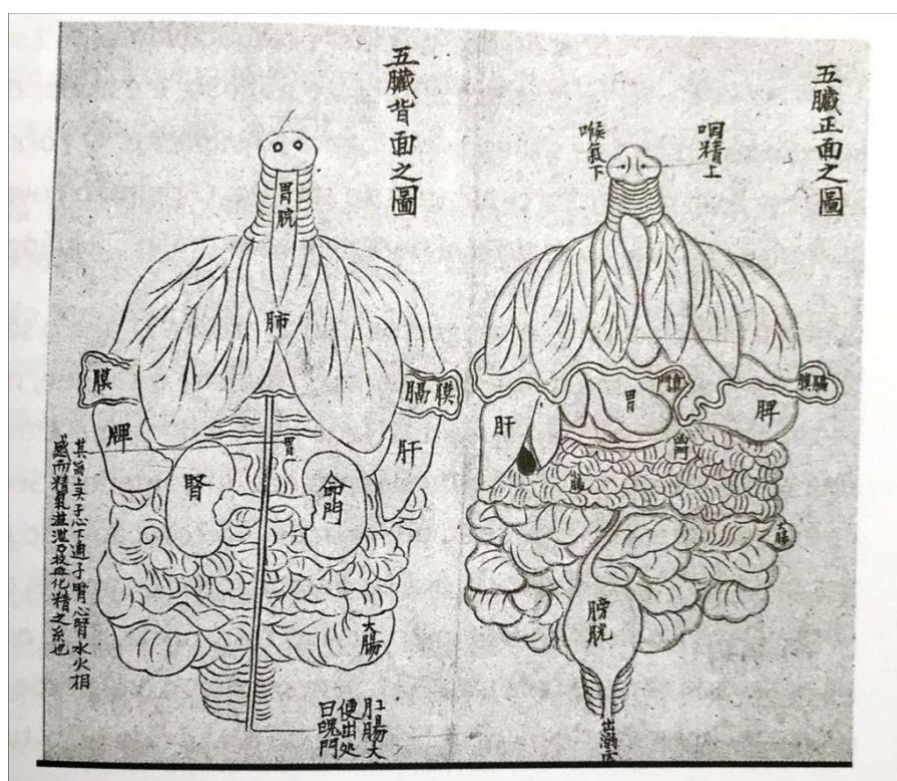
músculos, apenas pontos de referência em uma imagem mais livre, mais ilustrativa, que não buscava um “corpo definido”. Aquilo que é visto como tensão e relaxamento na Europa, na China é percebido como problema de preenchimento e esvaziamento (KURIYAMA, 2000). Parece uma questão abstrata, mas isso direciona a uma diferente forma de sentir a vida – existe uma conexão profunda entre estilo de representar e estilo de sentir o corpo.

Figura 5 - Prancha anatômica do clássico das classificações



Fonte: Sionneau, 2015, p. 274.

Figura 6 - Órgãos e vísceras

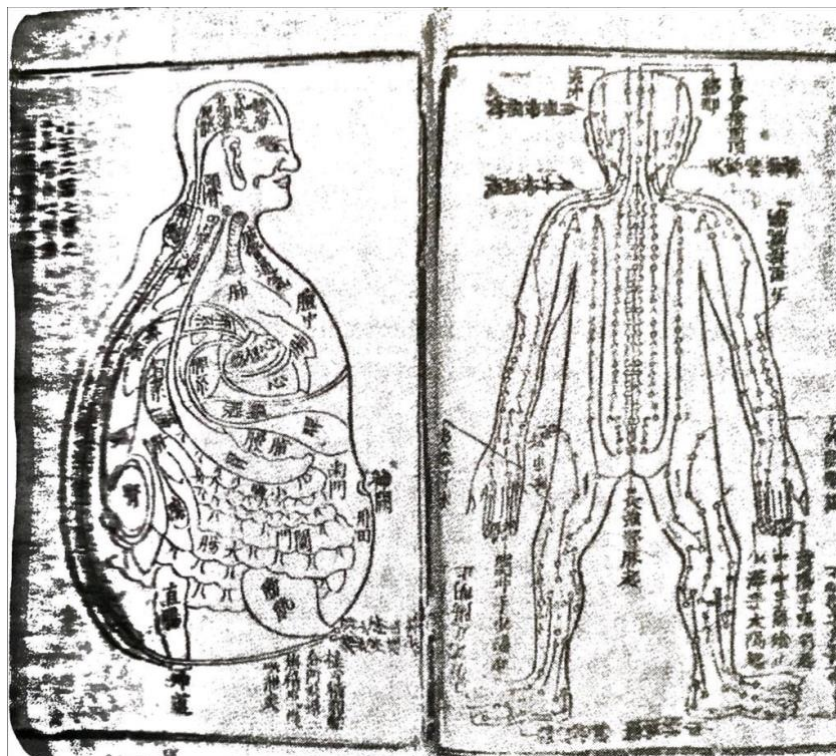


Fonte: Sionneau, 2015, p. 313.

Esses mapas parecem esboços ou até desenhos infantis. Podem passar a ideia de uma representação primitiva, arcaica, que remete à antiga civilização chinesa perdida no tempo, que não se atualiza no mundo contemporâneo. São imagens que não remetem aos mapas de anatomia, não são fotografias e não procuram apreender a dimensão real do seu objeto. Não seriam esses mapas formas de ver e imaginar? — pergunta Kuriyama. É possível fazer uma analogia entre o corpo humano e a geografia, a paisagem, a não separação entre o interior e o exterior. Como nosso sentido mudaria se pudéssemos ver a terra no corpo e o corpo na terra? Como veríamos se não tivéssemos as referências das pinturas renascentistas e da dissecação dos corpos? (KURIYAMA, 1999). Existem diferenças sobre a forma, e o estilo, mas também é importante observar a transparência dessas imagens, como se não houvesse separação entre dentro e fora. A representação desse corpo parte da lógica da cartografia, pois o que os mapas do corpo expressam são as regiões e localizações. Essas localizações recebem nomes como vales, fontes e montanhas. Esses mapas não estavam apenas relacionados à medicina, mas faziam parte também dos tratados sobre alquimia e práticas de meditação. A cartografia nos mostra a localização, a região e as passagens dos fluxos que direcionavam e organizavam a mente e a sua presença em meio a um mar de sopros

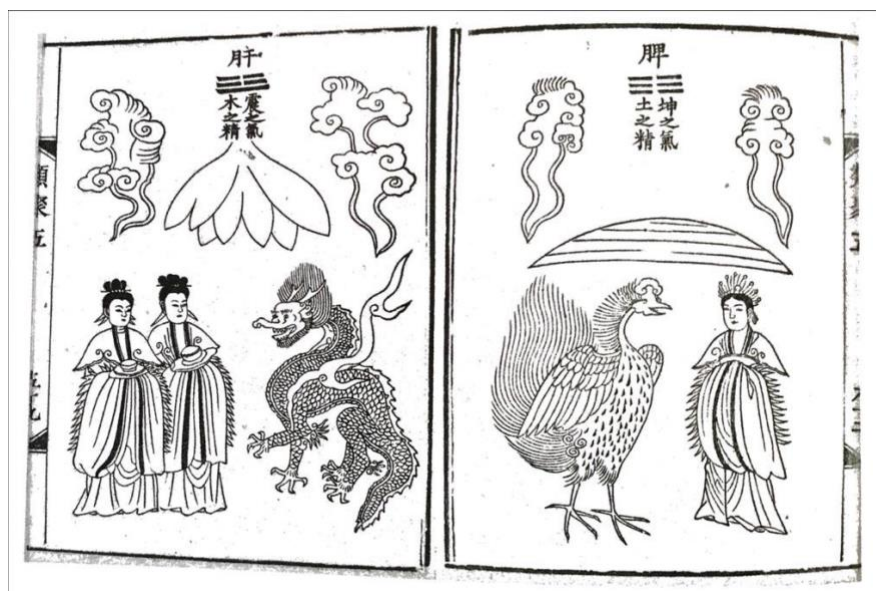
flutuantes. A concepção chinesa do corpo emerge de um ambiente de fluxos, na qual a técnica é uma mediação.

Figura 7 - Órgãos e canais



Fonte: Sionneau, 2014, p. 314.

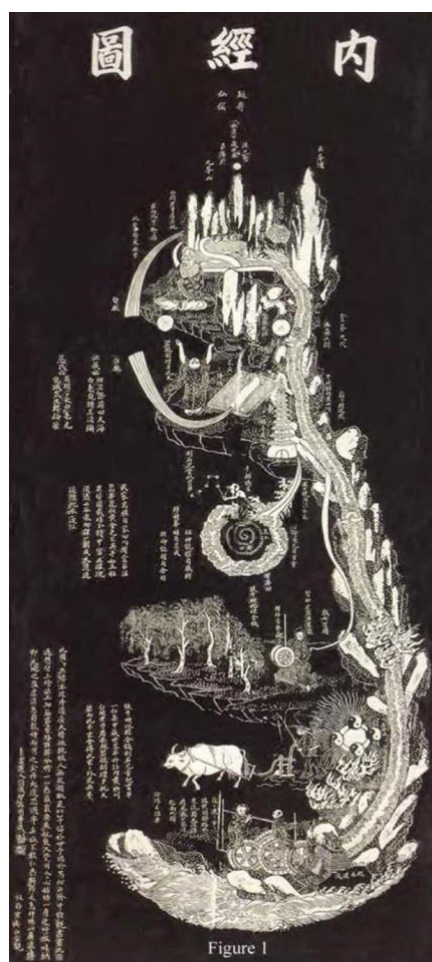
Figura 8 - Fígado e baço



Fonte: Sionneau, 2015, p. 352.

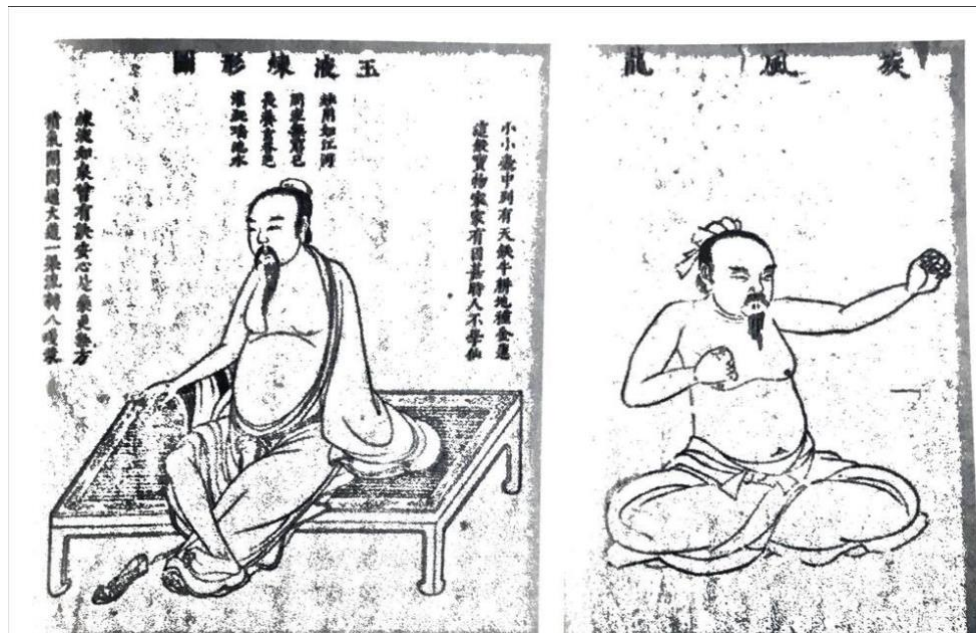
Além disso, o autor explica que o mapeamento do corpo na China é indistinguível da experiência chinesa de força como presença local: uma região está preenchida se há presença e é fraca se está vazia. A noção de um universo etéreo também aparece na Europa, especialmente no estoicismo, mas a noção estoica de poder, lembra Kuriyama, é centrada na experiência de tensão, de tónus, que eram fundamentais na habilidade de ver e escutar. A fraqueza enfraquecia os sentidos e o corpo danificado era tratado com tonificantes; a debilidade estaria relacionada à flacidez e seria restaurada com fortificantes. “O esforço extenuante que faria dos tipos de exercício europeus tão notavelmente diferentes daqueles da China era destinado a melhorar o tónus físico e muscular” (KURYIAMA, 2000, p 28, tradução nossa). Os artistas renascentistas, por sua vez, enxergavam os músculos como parte essencial da identidade humana – o corpo sem músculos era como apenas uma capa, uma roupa sem ter a quem vestir.

Figura 9 – Nèijīng tú (內經圖)



Fonte: Komjathy, 2008, p.69

Figura 10 - Demonstração de exercícios de autocultivo



Fonte: Kuryiama, 1999, p. 225.

Figura 11 - Demonstração de exercícios de autocultivo



Fonte: Kuryiama, 1999, p. 226.

Isso está amparado também em uma questão do olhar: enquanto os ocidentais objetivavam enxergar o que está dentro do corpo, os chineses queriam sentir o corpo. Kuryiama explica que há uma hegemonia da visão no Ocidente – e diversas palavras fazem menção a isso, inclusive relacionam o ato de pensar como uma forma de imaginar, de ver (há

relação entre ver e perceber). Já na China, podemos entender como protagonistas os verbos “sentir” e “perceber” – a experiência sensível guia o conhecimento e o olhar muitas vezes é até desviado.

Figura 12 - Tomar o pulso no Japão



Fonte: Kuryiama, 1999, p. 58.

Ainda nessa perspectiva, é importante ressaltar que, para a visão chinesa, forma importa menos que lugar. A estrutura funcional do corpo humano estava em primeiro lugar, sobrepondo-se à estrutura fisiológica. Nessa ótica, não há grande interesse, por exemplo, em estudar o corpo morto, que não tem mais energia circulando, como ocorria no Ocidente com as dissecações. Médicos chineses objetivavam olhar além da superfície, atentando-se ao sentir, à textura da pele, ao calor, ao cheiro, ao tom de voz etc. Além disso, como explica Greiner, “a medicina na China nunca foi apenas um sistema de técnicas e procedimentos, mas uma história de ideias” (GREINER, 2015, p. 24), estando, portanto, imbricadas à sua abordagem filosófica e cosmológica de mundo.

Visões diferentes do corpo correspondem a formas diferentes de ver a própria vida ou a vitalidade. Quando vemos o corpo magro e definido do homem grego e o corpo mais arredondado e com curvas do homem chinês, a diferença de leitura aparece. Segundo Kuryiama, o segundo caso pode ser lido como: “um oceano de vitalidade acumulado no baixo ventre. A disciplina de si não requeria nem implicava uma musculosidade como o homem de Vesalius nem um esforço extenuante” (KURYIAMA, 1999, p. 224, tradução nossa).

Figura 13 - Ilustração e descrição das funções e características dos três fogareiros



Fonte: Sionneau, 2015, p.276.

Olhar para a experiência de sentir, e, conseqüentemente, evitar o corpo-identidade ou o corpo-neoliberal, requer pensar uma corporeidade que não é definida de fora para dentro e não é um lugar, um recipiente, assim como não é um substantivo bem definido. Como lembra Greiner, também baseada em Kuriyama:

a noção de corpo na China nunca foi um substantivo (um corpo com nome) e aparece descrita de uma forma mais próxima de adjetivos ou até mesmo de 'qualidades de existência', caracterizados pela descrição de posturas, de atitudes, de gestos, como por exemplo: corpo sentado, corpo em pé, corpo andando, corpo risonho, corpo que chora, corpo doente e assim por diante. O corpo, nestes estudos, já era entendido a partir dos seus diferentes estados, sendo sempre ativo e nunca considerado como um instrumento ou objeto (GREINER, 2005, p. 22).

O corpo natural ao qual estamos habituados a nos referir, e que se refere ao corpo biológico, tem sido abordado pelos discursos hegemônicos como "o corpo das práticas corporais chinesas". Ele aparece nas ciências da saúde, na anatomia, na fisiologia, na biomecânica. Em geral, pensamos o corpo a partir do vocabulário e das imagens propostas

por essa abordagem. Nas práticas corporais, o que se vê hegemonicamente no Ocidente é a apropriação das práticas pelo discurso médico, descontextualizando-a de uma forma de sentir o corpo, como mencionado acima, para associá-la a uma forma de “tratar o corpo”, ainda que preventivamente, visando o “equilíbrio”. Mas, como explica Greiner,

Na China, fazer parte do fluxo é muito mais importante do que estar em equilíbrio. É este “estar no fluxo” que marca a relação entre dentro e fora do corpo. Assim, percebe-se que o corpo não está apartado da natureza e do cosmos (GREINER, 2015, p. 26).

Além disso, o corpo descrito nos textos ou imagens que tratam das artes do corpo chinesas não corresponde à dinâmica da fisiologia e anatomia médica, como lembra Kuryiama. Trata-se de outro vocabulário, outra anatomia, outras palavras e imagens – tema do nosso próximo capítulo.

Greiner (2005) também lembra, trazendo a noção de corpo sem órgãos de Artraud, em oposição ao corpo cartesiano, que o corpo pode ser vivo sem ser necessariamente orgânico. Nesse sentido, segundo o autor, a própria respiração já estava no princípio, no caos, ideia que tem relação com o *qì* :

O que no corpo humano representa a realidade deste sopro, desta respiração, não é a respiração pulmonar, mas um tipo de fome vital mutante, opaca, que percorre os nervos e lida com os princípios inteligentes da mente. Trata-se, portanto, de uma rede móvel e instável de forças e não de formas (GREINER, 2005, p. 25).

2.2 O *qì* e a imaginação dos ventos

A noção de *qì* é bastante emblemática das perspectivas corporais chinesas. Trata-se de um conceito filosófico cuja ideia precursora está contida na imaginação dos ventos, sobre a qual discorre Kuryiama (1994). O autor procura traçar a evolução da imaginação dos ventos desde o período Shāng (商) (sec. XII a XVIII a.C) até os clássicos médicos da dinastia Han (206 a.C à 220 d.C), acompanhando a evolução da concepção chinesa de corpo. Vale pontuar que por “ventos” podemos compreender a noção de clima e suas intempéries. No período Shāng, explica Kuryiama, o clima governava a vida na China. Trata-se de um fator que não era tido como movimentos de ar, mas era identificado com divindades, e a direção para a qual soprava era crucial. Os ventos eram a expressão primária de um espaço dinâmico, divino e ordenado (KURYIAMA, 1994). Os ventos mostravam, causavam e exemplificavam as mudanças e contemplá-los era contemplar o mistério destas.

Sua relação com a medicina se dá um pouco depois e vem do fato de que estudar doenças é estudar transformações, estados alternados. A evolução da qual trata o autor, na passagem das dinastias Shāng para Han, é uma mudança da magia, do clima diretamente vinculado a espíritos sobrenaturais e guiado por uma espécie de “imperador celestial”, para uma certa racionalidade, contendo explicações e análises desmistificadas das forças sobrenaturais. É nesse ponto em que nasce a concepção de corpo da medicina clássica chinesa – e começam a ser organizadas e sistematizadas as práticas de *dǎoyīn* (導引), de autocultivo. Nesse momento, o estudo da doença e o estudo do corpo se tornaram inseparáveis. O que era compreendido como vento passou a ser compreendido como *qì* e o movimento de fora dividiu espaço com o movimento interno.

A época da dinastia Shāng também corresponde a registros de danças xamânicas, que eram realizadas para compreender os ventos e compreender o mundo visível e invisível. Trata-se das primeiras pistas de movimentos corporais, usados como forma de se comunicar com o mundo dos ventos. Da mesma forma que se usava oráculos, existiam as danças rituais. Esses cultos aos ancestrais da cultura arcaica de Shāng e Zhōu (周), liderados pelos xamãs, eram “oferecidos a diversas forças da natureza” (CHENG, 2008, p. 52). Trata-se de uma manifestação anterior a qualquer perspectiva marcial e que é precursora das práticas de autocultivo. Toda a organização e a estrutura política dependia estreitamente desse sistema de culto, direcionado aos ancestrais e familiares. Na linha do tempo das práticas corporais, essas danças xamânicas da cultura Mǎjiāyáo (马家窑) antecedem os primeiros escritos dos Reinos Combatentes, passando pelo período de organização das teorias na dinastia Hàn (漢) como o *dǎoyīn* e chegando até a forma como concebemos essas práticas hoje, tanto o *tàijí quán* quanto o *qìgōng*.

Figura 14 - Jarro de cerâmica pintado com uma escultura de forma humana na postura de meditação em pé, período Mǎjiāyáo (3000 AEC)



Fonte: Liu, 2010, p. 32.

Figura 15 - Cerâmica pintada com figuras dançando, período neolítico



Fonte: Liu, 2010, p. 32.

Um dos primeiros registros que se tem dessas práticas, em que o movimento é organizado em formas com intuito de alongar, puxar, adquirir tônus através da flexibilidade e do alongamento, combinando os movimentos com a respiração, fundamentadas na concepção de *qì*, foi encontrada nas escavações de Mǎwángduī (马王堆) em 1973 – o Dǎoyǐntú (导引图), uma imagem.

Figura 16 - Dǎoyǐntú

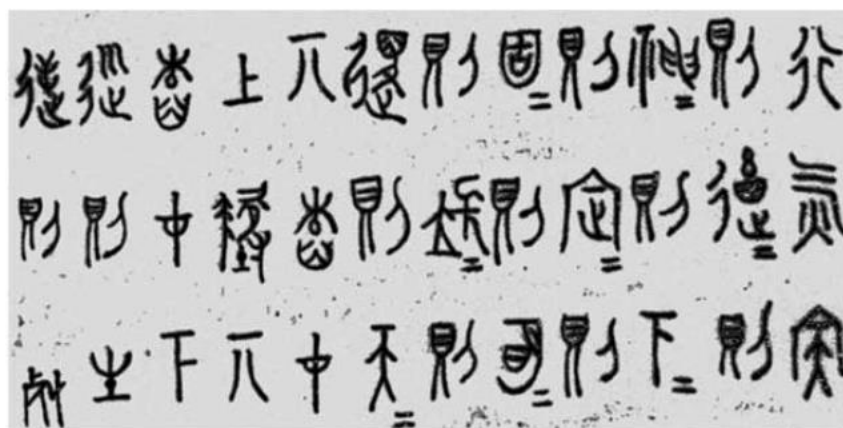


Fonte: Shumin e Fuentes, 2018, p. 29.

Trata-se de um marco da Dinastia Hàn, mas existem registros anteriores de práticas de movimentos corporais para promover o livre fluxo do *qì*, como as cerâmicas neolíticas da cultura Mǎjiāyáo, o livro do Imperador Amarelo, o Pingente de Jade, que pode ser datado da época dos Reinos Combatentes, e os escritos de Zhuāngzi (庄子)²¹ e Lǎozǐ²². Nesses contextos, quando os textos se referem ao cultivo do *qì*, à longevidade, a nutrir o corpo, a nutrir a vida, não estão tratando de um aspecto terapêutico, para a saúde, ou prevenção, como nos discursos hegemônicos. Essas técnicas estão mais vinculadas ao aspecto dos métodos de *yǎngshēng*, autocultivo e preservação da vida, e gradualmente foram se desenvolvendo como um treinamento para ajustar o corpo e a mente e promover o fluxo de *qì*. Na inscrição que consta no pingente de jade, lemos:

Para fazer o *qì* circular, respire profundamente e cultive o *qì* interno,
 Ao armazenar, o *qì* se expande,
 Ao expandir, submerge no baixo ventre
 Quando o *qì* se estabiliza no baixo ventre, se acumula
 Quando se acumula, começa a germinar e mover-se para a raiz do vaso
 governador.
 Quando se move para a raiz do vaso governador, irá crescer e subir ao topo
 da cabeça para depois descender pelo vaso concepção até a parte baixa do
 torso
 Quando o *qì* eleva-se ao topo da cabeça encontra o céu
 O *qì* celestial vem de cima
 O *qì* terrestre vem de baixo
 Fazer o *qì* circular livremente pelo vaso governador e vaso concepção leva
 a vitalidade e longevidade, o contrário a isso leva ao envelhecimento e a
 morte. (Sun, 2017, p. 74, tradução nossa)

Figura 13 – Texto que consta no Pingente de Jade



Fonte: Sun, 2017, p. 74.

²¹ Zhuāngzi (séc. IV AEC) viveu no período dos Reinos Combatentes, a ele é atribuída uma obra que leva o seu nome e é considerado o segundo maior filósofo da escola do Dào depois de Lǎozǐ (CHENG, 2008, p. 122).

²² Lǎozǐ é autor do livro clássico da escola do Dào, o Dàodé jīng, considerado o fundador desta escola teria vivido no final do período dos Reinos Combatentes (séc. VI - V AEC) (CHENG, 2008, p.209).

Especificamente na passagem entre as racionalidades Shāng e Hàn, como explica Kuryiama, considerando a predominância na China de uma perspectiva da divinação, ou seja, de um sistema de oráculos, podemos imaginar que, onde antes se perguntava: “O vento irá soprar? Podemos fazer a plantação, a colheita? O imperador pode viajar?” – isso porque o vento era a expressão da suscetibilidade a que nos submetiam os fatores climáticos; com esta transição, a pergunta passa a ser: “Qual o significado do vento?”, considerando, para isso, a sua direção, que passava dos 4 pontos cardiais para 8 possíveis direções, incluindo os pontos colaterais. Esse espaço e tempo em 8 partes, explica Kuryiama, traz a ideia de sucessão ordenada, de regularidade e mudança sazonal.

Esta transição de quatro para oito ventos é importante, pois contém não apenas um refinamento sobre a divisão do espaço. Os oito ventos Hàn se comportavam diferente que os quatro ventos Shāng. Durante o período dos Reinos Combatentes e Hàn a nova identidade dos oito ventos assumiram um novo papel, se tornaram os guardiões da ordem temporal (KURIYAMA, 1994, p. 29).

Assim, durante a dinastia Hàn e no período dos Reinos Combatentes, os ventos ganharam uma nova terminologia: *bāfēng* (八 风) ou “oito ventos”. Isso enfatizou a regularidade da mudança das estações, alterando a perspectiva para a de um mundo mudando ritmicamente em cadência com o vento das oito direções.

O que se tornou verdadeiro para a vida política e social acabou sendo naturalmente agregado ao bem-estar individual, e, nesse ponto, entram as práticas corporais. Como explica Greiner, “os ventos se tornaram a expressão primária de um espaço divinamente ordenado e dinâmico capaz de governar as miríades do mundo e a sensibilidade dos seres vivos” (GREINER, 2015, p. 26). O cultivo da vida (*yǎngshēng*), explica Kuryiama, era a prática de acompanhar as mudanças cósmicas mantendo o espírito alinhado a cada estação através de ações e sentimentos. A crença nos oito ventos e nas quatro estações formou uma nova consciência corporal, colocando a vida humana dentro das mudanças universais que eram observadas fora, dando forma à ideia da medicina chinesa da “união do microcosmos humano com o macrocosmos celestial” (KURIYAMA, 1994, p. 31, tradução nossa). Isso fez com que a consciência sobre a irregularidade aumentasse: quanto mais se conhecia sobre a visão cósmica de harmonia, mais se conhecia sobre as desarmonias. Assim, quando o corpo emergiu como centro da medicina chinesa, tornou-se o local da “irregularidade habitual”, da disjunção temporal e ruptura no tempo cósmico. Ao lado do foco na harmonia da medicina chinesa, Kuryiama explica que o desenvolvimento desse conhecimento aponta justamente para a ideia de desarmonia e individuação, que não tem uma base ontológica: “a natureza do *self* era a mesma do ambiente do qual emergia, o *self* era como o vento” (KURIYAMA, 1994, p.33, tradução nossa). Para Zhuāngzi, pensamento e sentimento surgem como o vento e a

natureza dos humores e impulsos não é a razão ou a vontade, mas o “insondável”. A individuação espelha a pluralidade e a imprevisibilidade dos ventos.

Com a dinastia Hàn, o discurso sobre o “vento” mudou, passando a espelhar a ideia de uma regularidade cósmica, “assegurando a regularidade da mudança sazonal (KURIYAMA, 1994, p. 29, tradução nossa). Entretanto, o vento manteve-se enquanto fator patogênico, refletindo a consciência de que qualquer regularidade era apenas um ideal. A teoria do *qì*, articulada como o conceito de *yīnyáng* e os cinco movimentos (madeira, metal, água, fogo e terra) apresentava a natureza como um sistema previsível de transformações, em que seguia a ideia do caos e na qual o vento estava presente como fator de incerteza, irregularidade e impermanência. “A ideia de um universo mutável a um passo regular evidenciava a consciência de um *self* irregular” (KURIYAMA, 1994, p. 31, tradução nossa). Assim, explica o autor, os ventos representavam a desordem, aliviada pela ordem de *yīnyáng*. Diante do pensamento de harmonizar-se no fluxo cósmico para manter a saúde, concebendo o mundo como ordenado e harmônico, concentrando-se nos oito ventos e nas quatro estações, o desacoplamento temporal do *self* representava uma ameaça, uma propensão para a doença. Mas, se pensarmos na ameaça dos ventos, a desordem selvagem que poderia invadir alguém repentinamente, uma independência relativa do corpo era uma vantagem a se nutrir e não um obstáculo.

Essa perspectiva explica, ainda, o conceito de *xué* (穴), traduzido do mandarim como fossa, cavidade ou buraco, mas comumente indicado, em português, como os pontos da acupuntura. Havia uma concepção de que os ventos atravessavam pontos estratégicos na pele, entrando no corpo e causando desarmonias. A teoria dos meridianos indica essas principais regiões no corpo por onde o *qì* passa e por onde temos acesso à sua circulação com as técnicas de acupuntura, de tuíná (massagem chinesa) ou com as práticas corporais. Esse sistema de meridianos, bem como os *xué*, compõem um circuito que conecta todo o corpo internamente, e o interior e o exterior. Assim, a imaginação dos ventos remetia a uma apreensão do *self* sempre em mutação e de um universo sempre em transformação.

Os estudos de Zairong Xiang também complementam essa perspectiva, a partir da concepção de corpo descrita no livro do Imperador Amarelo, em que Qíbó (岐伯), personagem do livro, apresenta o corpo de orifícios e sua relação com as quatro estações, sua conexão com os cinco órgãos internos, bem como suas vinculações a experiências naturais e culturais como cores, notas musicais e sabores. Como explica o autor, “a filosofia chinesa entende as coisas não como substanciais, isto quer dizer, fundamentalmente estáveis, mas submutacionais, isto quer dizer, fundamentalmente como mudança” (XIANG, 2018, p. 432, tradução nossa). Assim, a porosidade do corpo exemplifica a permeabilidade. Esse corpo de

orifícios, ou corpo poroso, ainda tem relação com o hexagrama Tai do livro das mutações, já que, segundo o autor, "fundamental para a compreensão filosófica e médica do corpo nestas referências chinesas está a teoria yīnyáng" (XIANG, 2018, p. 425, tradução nossa). Assim, também o livro do Imperador Amarelo compreende e explica o corpo humano a partir de uma conectividade entre interior e exterior. Na perspectiva de Xiang, "este corpo poroso, suavemente desbloqueado, é material e discursivo" (XIANG, 2018, p. 433, tradução nossa).

2.3 Treinamentos corporais

Como tratado anteriormente, no processo de ocidentalização ou “modernização”, da difusão das práticas corporais chinesas globalmente, tornaram-se hegemônicos os discursos que defendem seu uso em prol da saúde, como espiritualidade mística ou para fins esportivos, como arte marcial. Nossa hipótese é que seria possível repensá-las a partir da singularidade dos corpos, analisando o papel central que o corpo e o treinamento têm no pensamento e teorização destas práticas. Afinal, é a partir da concepção de corpo que adentramos à relação intrínseca entre teoria e prática que habita a filosofia chinesa.

Yuasa estuda, por meio da psicologia, da filosofia e da medicina, a história cultural e intelectual asiática. Com foco central no Japão, desenvolveu interesse em pesquisar a relação singular entre mente-corpo, subjacente à tradição asiática. No livro *The Body, Self-cultivation and Ki-energy* (1993), estuda justamente o significado dessa teoria mente-corpo, que se relaciona diretamente aos métodos de autocultivo – em japonês *shugyō* e, na China, *yǎngshēng*. Tais práticas visam aperfeiçoar o espírito humano ou a personalidade e partem do pressuposto que treinar o corpo é treinar a mente por meio do corpo. Portanto, treinar o corpo é simultaneamente treinar a mente.

Para compreender essa perspectiva, que difere do olhar hegemônico no Ocidente, o autor relembra como a dicotomia mente *versus* corpo se solidificou a partir do século XIX, com a medicina moderna. As doenças eram encaradas como uma disfunção dos órgãos, não da mente. Nesse ponto, estabeleceu-se uma linha divisória, a partir da qual o corpo seria estudado em sua perspectiva orgânica e de funções, descartando aquilo que diria respeito à mente – visão conhecida como “medicina biológica” ou “biologização da vida”. Em paralelo, na filosofia ocidental, René Descartes (1596-1650) reafirmava a existência como um processo mental, endossando o dualismo entre mente e corpo (ou espírito e matéria) e traçando as bases da filosofia moderna e da ciência empírica (YUASA, 1993). Após a Renascença, no período em que viveu Descartes, a ciência havia alcançado um rápido desenvolvimento. Como nos explica Yuasa (1993), o projeto de Descartes queria dar primazia à razão na religião cristã. Para o cristianismo, o ser humano estava separado em dois princípios: “o espírito” e a

"carne". A ortodoxia cristã dizia que "a carne" era o princípio do pecado e "o espírito" aquele que conduzia o ser humano a Deus. O objetivo de Descartes, ao enfatizar o dualismo entre mente e corpo, era diminuir o conflito entre a ciência e a religião, atribuindo a cada uma delas papéis diferentes. Com o desenvolvimento contínuo da ciência e o declínio da religião, uma passou ter mais valor do que a outra. Esse é um ponto de partida – e podemos entendê-lo até mesmo como um padrão de leitura do mundo – bastante diferente daquele que subjaz às artes do corpo orientais e à medicina chinesa, que enxerga a mente como emergente do corpo, em uma relação inextricável – ideia que fica clara com a noção de *qì*, que é imaterial e pode ser considerado o aspecto mais sutil do nosso ser, mas é também corpo.

Propondo superar essas dicotomias, Yuasa explica como são os processos de treinamento corporal. As práticas de autocultivo, já mencionadas anteriormente, nos permitem entender esse outro caminho cognitivo. Yuasa observa que, quando estamos saudáveis, não olhamos para o corpo achando que ele se move de acordo com o que a mente determina; isso acontece automaticamente justamente por um treinamento pelo qual passamos desde crianças para nos apropriarmos de mover pés ou mãos, por exemplo. Da mesma forma, um artesão que esteja aprendendo seu ofício ou um ator também passam por treinamentos, em níveis mais refinados. A liberdade do movimento, ressalta o autor, vem daquilo que foi treinado. É por isso que, quando iniciamos um treinamento, fica nítido que não é possível controlar o corpo apenas desejando com a mente – ele não obedece porque, nesse ponto, mente e corpo são vividos de forma dual. Mas é justamente a continuidade do treino que faz com que, gradualmente, o corpo se mova da forma como queremos – nesse ponto, há o aprendizado do corpo e podemos nos mover livremente sem necessariamente pensar sobre cada comando. Assim, por meio do treinamento corporal, é possível alcançar uma unidade mente-corpo, um agir no qual não há distância entre pensar o movimento e efetivamente executá-lo. Da mesma forma, a mente não é apenas consciente ou imutável, é aquilo que é transformado através do treinamento do corpo.

Essa perspectiva pode ser compreendida pelo próprio conceito de *qì*. Ao buscar elucidar a visão asiática de mundo e de ser humano, Yuasa (1993) investiga a relação entre artes marciais, métodos de meditação e medicina asiática, usando o *qí* como um conceito-chave. A ideia principal é que o conceito de *qì* é fundamental para a compreensão da visão de corpo chinesa, já que se trata de um "corpo de *qì*", como vimos anteriormente. *Qì* nos leva a entender que existe algo imaterial e sensível, que não é substância, mas que também inclui o aspecto mais material que é o corpo físico. Ambos corpo e mente são materialização de uma mesma sensibilidade. O sangue, os ossos, os músculos e os tecidos, até os aspectos mais sutis, como todo o movimento e função do corpo e os aspectos da mente, emergem a

partir do *qì*. São consideradas dentro dessa concepção de corpo processos através dos quais o *qì* se manifesta em maior ou menor grau de densidade.

A unificação do *qì*, da mente e do *jīng* (estrutura do corpo) refere-se à performance da técnica, a uma técnica bem executada. O *qì* é um aspecto sensível – só podemos senti-lo –, mas é um aspecto sensível interno, e seu reconhecimento se dá através do treinamento. Naturalmente, não temos essa habilidade de “recolher a mente”, “trazer a mente de volta pra casa”, ou seja, de interiorizar a consciência. Por meio do treinamento, na medida em que interiorizamos o chamado “coração-mente”, incluímos no movimento um aspecto subjetivo e sensível, sentindo o interior. Isso pode ocorrer pela meditação ou pelas práticas corporais, mas sempre por meio de um treinamento. Aqui está uma característica das teorias do corpo asiáticas: a ênfase em uma sensação subjetiva que é sentida no interior do corpo.

A unificação da mente e do *qì*, explica Yuasa, quer dizer que a mente passa a sentir o fluxo e a consciência passando do aspecto físico estrutural para sentir o aspecto mais sutil. Trata-se de um modo de operar que não acontece na consciência ordinária da vida do dia a dia. É uma função que a consciência é capaz de aprimorar pelas práticas mente-corpo. Por isso, podemos entender que uma técnica bem executada passa pela expressão da energia, da unidade mente-corpo.

As artes marciais asiáticas pensaram que, para uma execução bem-sucedida e correta da técnica, a mente deve apreender a sensação em que o fluxo do próprio *qì* se tornou unificado com o do oponente, ou seja, a unificação da mente e do *qì* foi alcançada (YUASA, 1993, p. 76, tradução nossa).

As práticas de autocultivo implicam em pensar uma relação entre mente e corpo em que ambos são indistinguíveis. Esse estado de unidade, pontua Yuasa, é um estado em que a consciência de si, enquanto executor de um movimento, dá lugar a um “si mesmo” que é o movimento propriamente dito. Perde espaço uma relação sujeito-objeto, em que o primeiro é a mente e o segundo, o corpo. A mente se torna um com o corpo e move-se em unidade com ele.

A técnica, nesse sentido, é só uma ferramenta, uma espécie de “barco”, que permite atravessar de um estado corporal a outro, conduzindo o corpo-mente na viagem de transformação. Nessa travessia, a consciência sai do racional e do mundo externo e passa a se corporificar de forma sensível. O treinamento de autocultivo, explica Yuasa, muda a função do *qì* latente na mente-corpo, de um estado mais material em direção ao mundo interior. Vale lembrar que o sopro vital, a energia, o *qì*, segue o pensamento. A mente é *yáng* e o corpo é *yīn*, o *qì* é *yáng* e o sangue é *yīn*, mas todos estabelecem uma relação de não separação. Assim, a prática do *tàijí quán* é uma atividade que promove a integração do corpo e da mente,

pois sem a mente calma, consciente no movimento, o corpo, o *qì*, se perde. A consequência é que *yīnyáng* se separam, há a dispersão; quando *yīnyáng* se separam, a vida cessa.

A não separação é o próprio sentido do *tàijí quán*. Retomemos a suposta sentença de origem: " *tàijí* nasce de *wújí* e é mãe se *yīnyáng*". *Yīnyáng*, em uma perspectiva não dualista, implica compreender no corpo a não separação. A liberdade de se expressar sem uma consciência calculada, como tratado por Yuasa, acontece quando o movimento da mente e o do corpo se tornam indistintos. Não é preciso mais pensar discursivamente, racionalmente, e é esse o vazio do *wújí*. Nos termos de Yuasa, chegamos ao "*no mind*", a uma prática que excede o discurso do ponto de vista de que seus sentidos são abertos à experiência singular do praticamente. Aqui não se quer dizer que o discurso seria "teoria" (em oposição à prática), já que o discurso também é corporificado, mas sim que os discursos hegemônicos já não são capazes de aprisionar a experiência.

Vale lembrar, ressalta Yuasa, que o processo de treinamento se dá muitas vezes da mesma forma no Ocidente, mas a tradição mente *versus* corpo é um padrão ocidental enraizado e existe uma tendência de treinar o corpo por meio do cálculo consciente. Dessa forma, assume-se que o treinamento acontece da mente para o corpo, enquanto, nas práticas de autocultivo, o contrário é pressuposto: treina-se a mente por meio do corpo.

Poderíamos definir dois momentos no processo de treinamento do *tàijí quán*: o primeiro diz respeito a conhecer o seu corpo através das formas e o segundo a aplicá-los à vida. A compreensão teórica surge da experiência, só assim é possível unir os dois e fazer dos preceitos filosóficos experiências vividas (YUASA, 1987). No *tàijí quán*, dizemos que conhecemos a forma para conhecer aquilo que não tem forma: primeiro treinamos o corpo, depois compreendermos a energia e, então, a mente clara, que nos permite ver as coisas como são. Aqui, nos diferenciamos do discurso do mercado místico, por exemplo, que adiciona uma camada de opacidade, prejudicando a emancipação crítica do praticante. Nesse caso, a clareza perde lugar para um processo de alienação de si mesmo, de dessubjetivação, em que se perde o contato com processos subjetivos, muitas vezes permeados por conflitos necessários, em prol de uma suposta evolução no sentido do autoaprimoramento. Trata-se de uma alienação do sofrimento psíquico²³, uma espécie de anestésico.

O próprio conhecimento filosófico na Ásia, lembra Yuasa, é um tipo de conhecimento prático que não é apenas intelectual ou comprovado. Essa é uma diferença com relação à filosofia tradicional ocidental, da mesma forma que a religião asiática não tem base na fé, mas na cognição religiosa ou religião cognitiva – não a cognição do mundo externo característica

²³ Sobre o processo de alienação do sofrimento psíquico característico do neoliberalismo, conferir Safatle (2021)

das ciências modernas, mas a cognição da profundidade do mundo da psique. A religião asiática tem um conhecimento experiencial com característica prática, teoria e prática não podem estar separadas. Ocorre que, na vinda ao Ocidente, adquire características de fé: coloca-se o que se ouve da religião asiática nos moldes da religião ocidental. O propósito da prática do taoísmo e do budismo é a experiência fazer sentido pra si e para o corpo – quando faz sentido, esse é o motivo da prática. A motivação não é crença, fé ou devoção. A devoção aos mestres, portanto, é uma apropriação das religiões e práticas de autocultivo asiáticas a partir de um discurso ocidental messiânico e de hierarquias generificadas de poder.

2.4 Diásporas cognitivas e corposmídia

Ao pensar a perspectiva chinesa de corpo, não é o nosso objetivo definir o corpo – a ideia de processo é central para nossa reflexão. Como explica Greiner:

O que ocorre é uma espécie de contextualização do corpo através de múltiplos estados simultâneos, os quais, por sua vez, operam representações distintas de corpo. Não são representações unívocas e não existem laços causais entre o dentro e o fora ou a parte e o todo (GREINER, 2015, p. 29).

Podemos pensar, então, o corpo como um estado ou, ainda, falar em “corporeidades”, noção que, para Greiner (2005), busca “romper com a noção de corpo monolítico”, em uma “tentativa evidente de estudar ‘diferentes estados’ de um corpo vivo, em ação no mundo” (p. 22). Evitar a dicotomia corpo-mente nos permite um pensamento sensível que emerge de um método prático, da experiência de aprender corporalmente. A arte do corpo, nesse sentido, é um processo de conhecimento, uma epistemologia que se constrói a partir da experiência corporal. Como explica Yuasa, lembra Greiner, tanto na China quanto no Japão,

a relação corpo-mente muda através do treinamento do corpo, o que se processa pela cultura (shugyô) e a formação (keikô) propriamente dita. É apenas depois de adotar este ponto de partida experiencial que se pode perguntar qual é a relação entre corpo e mente (*ibidem*).

Assim, nessa perspectiva, a teoria é sempre uma reflexão da experiência vivida, organizando-se durante a ação (GREINER, 2005). Ao evitar o paradigma cartesiano, descentralizamos o pensamento para além daquilo que é antropocêntrico, logocêntrico e eurocêntrico. A procura por definições, identidades, uma essência ou origem, que vimos habitar as definições hegemônicas do *tàijí quán*, engessam práticas dinâmicas e em constante mudança em ideias estanque que se pretendem estáveis e definitivas. Assim, surgem certezas sobre como a prática deve ser, o que ela significa, limitando as possibilidades de

transformação e de experiências singulares e criativas dos praticantes. Como explicam Katz e Greiner:

Para tratar do corpo, não basta o esforço de colar conhecimentos buscados em disciplinas aqui e ali. Nem trans nem interdisciplinaridade se mostram estratégias competentes para a tarefa. Por isso, a proposta de abolição da moldura da disciplina em favor da indisciplina que caracteriza o corpo (KATZ; GREINER *in* GREINER, 2005, p. 126).

Pensar o *tàijí* sob essa ótica é renunciar à ideia de que praticamos aquilo que foi praticado no início. A própria China sofreu diversas transformações, como vimos no capítulo anterior e, com elas, as artes do corpo chinesas ganharam diferentes usos e conotações, principalmente após a Primeira República da China e a instauração da República Popular em 1949. Esse processo continua vivo e em constante movimento.

Greiner, em suas pesquisas, partindo de diversos campos teóricos, incluindo os estudos dos já citados Kuriyama e Yuasa, busca uma nova proposta para entender o corpo e seus processos, a perspectiva corpomídia, que elucida a não separação entre mente, corpo e ambiente. Para a autora, o reconhecimento da centralidade do corpo nos processos cognitivos foi decisivo para acabar com estereótipos que dividiam Oriente e Ocidente – ambos se tornam mais próximos no sentido de desmistificar orientalismos e "estigmatizações quase sempre referendadas por um 'ocidente' iluminista" (GREINER, 2015, p. 187). Esse protagonismo do corpo na cognição é amparado pelo entendimento de que a mente, como vimos, é corporificada. Greiner lembra que, assim como na China,

no Japão, o treinamento e o cultivo sempre foram compreendidos de modos inseparável da mente, sem distinções relevantes entre aquilo que tem ou não fiscalidade (no sentido cartesiano da extensão corpórea). A natureza sempre foi cultural (GREINER, 2015, p. 189).

Por outro lado, no Ocidente, segundo explicação de Churchland trazida pela autora, foi apenas a partir do final dos anos 1980 que surgiram teorias de uma mente corporificada (*embodied mind*), admitindo a cognição como conexão entre os sistemas nervoso, sensório-motor, imunológico, límbico, operando sempre em fluxo, incluindo o ambiente "externo" e seus objetos. "Seria justamente esta relação entre os diferentes sistemas que daria ignição para a cognição. A percepção nesse sentido, também passaria a ser compreendida como uma ação cognitiva e não como algo que nos acomete antes da cognição" (GREINER, 2015, p. 190). Esse olhar para a percepção como ação, explica, impactou as pesquisas no Ocidente.

A noção de uma "identidade essencial", entretanto, ainda é hegemônica, bem como a "generalização da cultura em grandes blocos" (GREINER, 2015, p. 258). As noções de corpo e saúde validadas por uma ciência médica e pela Academia são provenientes de um

pensamento ocidental sobre o Oriente, pautado por uma epistemologia eurocêntrica. Propondo outra reflexão, Greiner e Katz (2015) compreendem o corpo como “corpomídia”, sob uma visão crítica do papel do corpo, seu entendimento e sua percepção nas relações de poder, inclusive entre Oriente e Ocidente. A teoria corpomídia ressalta a importância de pensar o corpo e “consolidar uma epistemologia indisciplinar, que conecta vários campos do saber” (GREINER; KATZ, 2015, p. 7). A ideia é relacionar diversas teorias como a biopolítica, a semiótica peirceana, a arte e a filosofia da mente para pensar um corpo que não é dado e pronto, “mas sim aquilo que se apronta nesse processo coevolutivo de trocas com o ambiente” (GREINER; KATZ, 2005, p. 130). Além disso, como explica Greiner,

a gênese dos pensamentos contemporâneos não está apartada do seu caráter migratório. [...] é deste processo com aptidão para descentralizar as fontes aparentemente hegemônicas do saber que se alimentam os novos exercícios de reflexão (GREINER, 2005, p. 28).

Pensar os corpos que praticam *tàijí quán* por meio da perspectiva corpomídia permite-nos entendê-lo por meio da experiência, considerando as singularidades que podem surgir daí, que não correspondem a uma identidade fechada, parada no tempo ou a uma noção de corpo universal. Enquanto os discursos hegemônicos se propõem a apresentar o verdadeiro e legítimo *tàijí quán*, transformando-o em produto para vender no mercado místico e do bem-estar, os estudos do corpo apontam para uma perspectiva processual, em que os corposmídia criam e recriam a prática sob uma nova rota epistemológica: a da experiência.

A experiência sensível despertada pela prática permite a reorganização das concepções de corpo, de natureza e da vida. Essa concepção de corpo, esse estado corporal, permite, assim, uma aproximação de saberes que vão além da dicotomia Ocidente/Oriente, corpo/mente, teoria/prática e natureza/cultura. Reconhecer a dimensão experiencial dos corposmídia que dão vida ao *tàijí* abre espaço para uma nova rota epistemológica, partindo de uma outra concepção de corpo, um caminho que nos permite escapar aos discursos hegemônicos que capitalizam e comoditam a prática.

Defendemos que esse corpo-pensamento do *tàijí quán* não se limita a uma corrente filosófica disciplinada ou a uma religião organizada e estruturada (como o budismo ou taoísmo), bem como não parte de um pressuposto eurocêntrico e cartesiano no sentido de afirmar que a história se constrói de maneira linear, causal. Da mesma maneira, evita a abordagem orientalista a respeito da alteridade que tranca o Oriente em uma atemporalidade, em uma antiguidade remota que nunca se transformou.

Na contramão da perspectiva dominante, os princípios vão se atualizando e se recontextualizando em diversos ambientes, tanto na China moderna, quanto na sua difusão para o Ocidente e, em nosso caso, para a América Latina, que, como dito anteriormente,

possui características próprias e não é considerada parte do Ocidente hegemônico. Nesse sentido, o pensamento não é algo acabado, ou dado *a priori*, mas se constrói *em relação com*, em um processo. Assim, a história de que tratamos ao pensar a concepção de corpo chinesa está em constante movimento, permeada por acontecimentos e pelo contexto de cada período. Em lugar de disputar o pertencimento dessas artes do corpo a um determinado campo disciplinar, procuramos permitir que o conhecimento emergja da experiência e da prática, em interlocução com a filosofia chinesa. Como explica Greiner (2005), a “indisciplina radical” nos permite romper barreiras das hegemonias dicotômicas, já que

as pontes construídas em meio à turbulência dos saberes podem e devem representar uma chave que não ameaça, mas, ao contrário, é capaz de nos aproximar daquilo que nos vincula a outros sistemas inteligentes da natureza, apostando na negação da hegemonia epistemológica e dos dualismos corpo/mente e natureza/cultura. A partir daí, será finalmente possível reconhecer a diversidade de estados corporais, mas sem jamais purgá-los do fluxo inestancável (GREINER, 2005, p. 12).

Capítulo 3

3 Imagens internas e pensamento sensível

O que o processo de formação e desenvolvimento das práticas corporais chinesas, que vimos a partir das pistas históricas e discursos hegemônicos trabalhados no primeiro capítulo, nos permite ver, é que há uma elaboração teórica que parte do treinamento corporal. Para além da interlocução com aspectos da filosofia chinesa e de sua visão particular sobre o corpo, tentaremos, a partir daqui, trazer operadores que nos aproximem da experiência do corpo e do *tàijí quán* enquanto facilitador dessa experiência. Para isso, abordaremos os textos clássicos do *tàijí quán*, bem como as imagens que evocam e os caracteres relacionados aos seus principais conceitos. Estes são elaborações das práticas corporais que antecedem os discursos hegemônicos e cujos significados abertos dão outras pistas possíveis para uma prática “indisciplinar”, que não se limita à repetição precisa de movimentos, a vestir uniformes, a tratar o corpo sob o viés da sua anatomia e fisiologia ou a seguir messianicamente um disciplinado. Além disso, esses textos são relatos da experiência e não manifestações doutrinárias. Enquanto criações e fabulações, as imagens nos trazem um campo aberto, a ser povoado pela nossa experiência e pela nossa própria capacidade criativa.

3.1 *Xiàng* (像): o pensamento por imagens

O pensamento por imagens é característico da cultura chinesa. Para Wang Shuren (2009), para compreendermos as raízes da filosofia chinesa, precisamos acessar um modo de pensar por imagens, ou *xiàng*. Diferente do pensamento racional, explica o autor, o pensamento por imagens inclui a percepção daquilo que é dinâmico e não substancial e se beneficia de associações poéticas. Os sistemas de meridianos ou a ideia de *qì*, por exemplo, de que falamos anteriormente, fazem parte dessa apreensão do não substancial. *Xiàng*, traduzido por “pensar por imagens”, é um conceito complexo. Encontramos *xiàng* na observação, na apreensão da imaterialidade pelas imagens – isso, explica Shuren, é *xiàng thinking*. A raiz da percepção reside na observação, não só externa mas também interna. Ao observar, compreendemos a ideia e encontramos a imagem (SHUREN, 2009). Isso tem relação com a habilidade de olhar o mundo por meio da observação interna, por um movimento de introspecção. Trata-se de um estado mental que permite a observação do dinamismo das coisas. Esse dinamismo também consta no “caos”, que permeia o universo simbólico e a cosmologia chinesa. Não se trata de uma ideia pejorativa, mas de um todo ativo

e constantemente mutável, que se renova e auto-organiza, não podendo ser compreendido por algo material e estático.

A linguagem usada pelo pensamento *xiàng* não é só limitada a aparência visual, como símbolos, incluindo também imagens sensoriais, como cheiro, som, gosto e toque. Analisando a língua chinesa, é possível perceber em sua base as imagens, principalmente as poéticas, não só pelos caracteres, mas por aquilo que representam. Por meio de um estudo etimológico e filológico que se aproxima das pesquisas em ciências cognitivas, Yuxin Jia (2008) explica que o sistema de caracteres chineses emerge da experiência corporal, fazendo relação com metáforas conceituais. “Como um sistema conceitual único que usamos ao pensar e agir, as estruturas e as formas dos caracteres chineses são uma fonte importante da evidência do que é o sistema conceitual humano” (JIA, 2008, p. 31, tradução nossa). O pensamento metafórico está baseado na experiência corporal, já que os sentidos metafóricos surgem de mapas conceituais metafóricos que, por sua vez, estão enraizados na correlação com a experiência corporal. O autor esclarece ainda que a filosofia chinesa compreende o mundo por metáforas, analogias e imagens, sendo os próprios caracteres chineses metafóricos e corporificados na natureza.

As metáforas são operadores que organizam diferentes estados corporais, nosso sistema conceitual é metafórico por natureza, nossos conceitos estruturam como percebemos e como nos relacionamos com o mundo. Os processos de pensamento, antes de serem organizados como linguagem, são metafóricos (GREINER, 2005, p.45).

As metáforas e analogias têm sido o centro da filosofia chinesa e seu uso é parte central do processo de compreensão do mundo. Lǎozǐ, por exemplo, importante filósofo, é conhecido pela metáfora da água, elucidada por Anne Cheng:

No Lǎozǐ a metáfora da água é usada como estratégia. A metáfora da água se encontra em muitos pensadores chineses e é frequentemente associada ao *dao*, manifestando-se sob uma multiplicidade infinita de formas, ela encontra-se entre o substancial e o insubstancial, entre o há e o não-há, e passa por infinitas transformações (CHENG, 2008, p. 213).

Jia (2008), ainda sobre Lǎozǐ e as metáforas, lembra que essa forma de pensamento começa na experiência temporal, na ação, e depois é projetada ao mundo. Dessa forma, experiência e concepção de mundo são metafóricas e metáforas estão enraizadas no corpo humano. Exemplo disso é a explicação de Lǎozǐ, recuperada por Jia:

Quando tentamos responder à pergunta: ‘Como podemos conhecer o mundo?’. ‘Vendo o corpo do outro como o seu próprio corpo, vendo a família do outro como a sua própria família, vendo a vila/cidade do outro como a sua

própria vila/cidade, vendo o estado do outro como o seu próprio estado, e vendo o mundo nos termos do mundo (JIA, 2008, p. 32, tradução nossa).

O autor ainda lembra que o pensamento analógico é usado no mapeamento metafórico que é a operação da mente humana na interação com o mundo, trata-se do mecanismo cognitivo humano. No *Yi jīng*, por exemplo, é descrito o papel das imagens como sendo: “1) o meio com que os sábios observam os recônditos do céu e da terra; e 2) como atribuem um sentido às coisas, conforme sua aparência e conteúdo: eis o que se chama de imagem” (LAOZI, 2016, p. 57). Assim, como consta no livro das mutações e relembra Jia, os ancestrais conheciam as transformações da natureza observando *xiàng*. E “ao mesmo tempo, as atividades das imagens são metaforicamente projetadas nas atividades humanas em sua interação com o ambiente” (JIA, 2008, p. 33, tradução nossa).

Os antigos filósofos chineses adotaram essa forma de pensar por imagens. Para eles, a forma de experimentar e compreender o mundo surge da experiência sensório-motora, como dito anteriormente, e o mundo que pode ser conhecido é aquele que pode ser visto, sentido, tocado e degustado. Assim, explica Jia (2008), *xiàng* é o mecanismo intuitivo cognitivo que permite experimentar e compreender o mundo. *Xiàng* pode ser entendido de duas maneiras: imagem como forma ou pensar em termos de imaginação. Ambos os sentidos capturam o processo pelo qual as imagens são estabelecidas. A imagem como forma nos permite compreender o surgimento das imagens naturais, como no exemplo trazido por Anne Cheng, em que, ao ver uma carcaça de elefante, visualiza-se o elefante. Já a imaginação faz surgir a imagem no coração-mente (xīn 心). O estabelecimento de imagens nesses processos estrutura a forma mais fundamental de pensar dos chineses.

Figura 14 - Imagem de texturas e padrões naturais de arrozais na província de Yunnan.



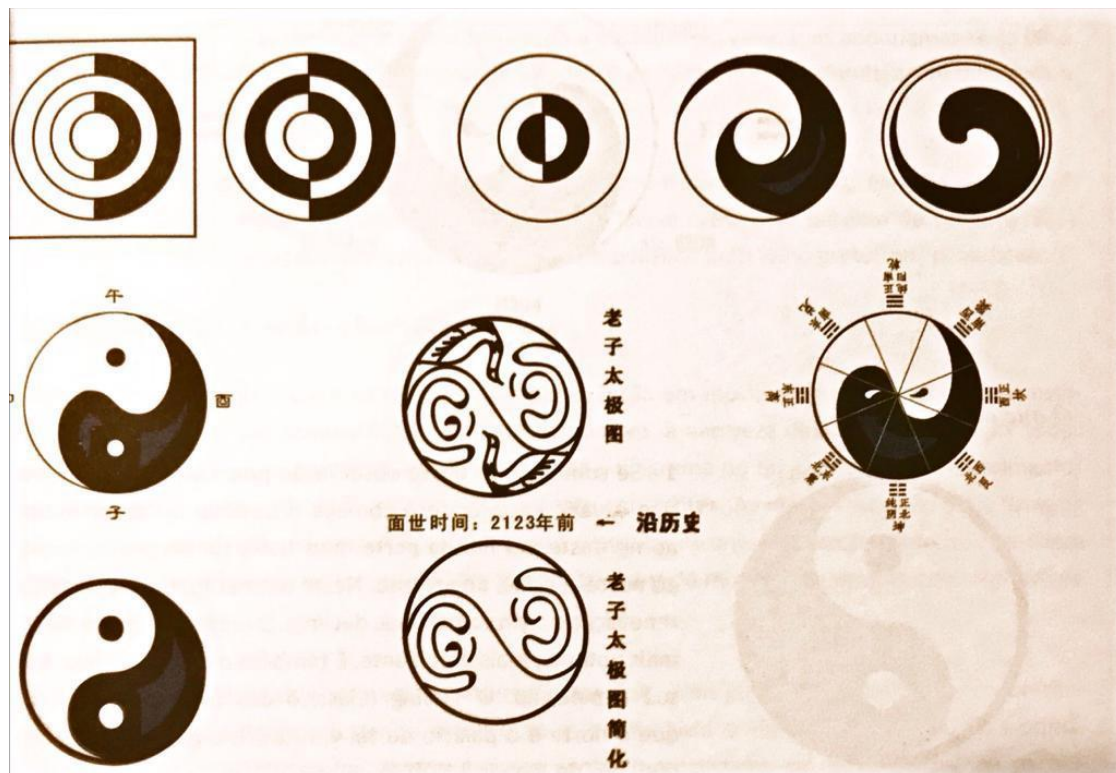
Fonte: Harrison-Hall, 2018, p.12.

Figura 15 - cerâmicas da cultura Mãjiāyáo refletem padrões da natureza



Fonte: Harrison-Hall, 2018, p.22.

Figura 16 - diferentes representações do *tàijí* em suas similaridades com as imagens anteriores



Fonte: Sionneau, 2014, p. 85.

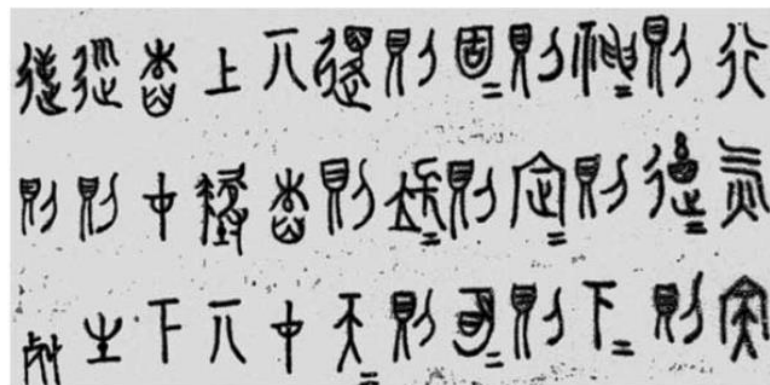
Assim, “essa forma de compreender e experienciar o mundo através do estabelecimento de imagens é o processo pelo qual olhamos as coisas e procuramos imagens por analogia e olhamos imagens e contemplamos e apreendemos o sentido” (JIA, 2008, p. 35, tradução nossa). Nesse processo de mapeamento metafórico, a experiência corporal e suas atividades são projetadas para a experiência humana, estabelecendo uma forma de compreender e pensar sobre o mundo. Daí surge a ideia de uma natureza corporificada e metafórica ligada ao sistema conceitual. Nossa experiência e nosso pensamento sobre o mundo surgem da nossa experiência corporal e das nossas ações. Como esclarece o autor, essa natureza corporificada e metafórica da mente encontra forte evidência na estrutura e na formação semântica dos caracteres chineses. A formação desse sistema de caracteres é um processo de conceitualização sobre o mundo, um processo de desenvolver imagens pictóricas para caracteres pictográficos, que são uma (com redundância proposital) caracterização direta da mente chinesa. Na sua forma mais primária, os caracteres chineses são imagens do corpo humano e de sua experiência em relação com o ambiente e todas as coisas do mundo. Os caracteres chineses nascem de imagens e o conceito chinês de imagem é justamente *xiàng*, de que tratamos.

Figura 17 - Mais antigos caracteres chineses gravados em placa de ossos de animais



Fonte: Catálogo da exposição A Escrita Chinesa, 2012.

Figura 18 - Caracteres no Pingente de Jade lembram movimentos do corpo



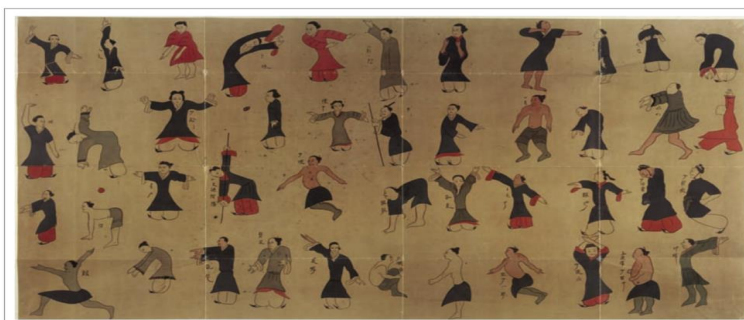
Fonte: Sun, 2017, p. 74

Figura 19 - Imagem do corpo em movimento em artefato de cerâmica



Fonte: Liu, 2010, p.32.

Figura 20 - Imagem do corpo em movimento, semelhança com caracteres chineses, Dǎoyǐntú



Fonte: Shumin e Fuentes, 2018, p.29.

Figura 21 - Mural na Vila Chén



Fonte: Ziqiang, 2020, p.62.

A formação dos pictogramas e a fundação do sistema de caracteres chineses é a caracterização direta da experiência das imagens, da analogia, do significado, tudo isso mediado pelo corpo. Imagens como arquétipos da escrita chinesa. Voltando a um texto clássico, o *Yi jīng* sugere que a escrita chinesa teria derivado a partir das primeiras imagens, os oito trigramas:

Em tempos passados, ainda quando o senhor Bao Xi (Fuxi) reinava em tudo sob o céu, ergueram-se os olhos para contemplar as imagens no céu, baixou-se a vista para observar os modelos da terra. Atentou-se para os contornos das bestas e aves, bem como para tudo aquilo que é produzido pelo solo. Dentre as coisas próximas, buscou-se o que estava próximo do corpo e, dentre as distantes o que poderia ser percebido nos objetos e seres – e assim foram concebidos os oito trigramas. (LAOZI, 2016, p. 58)

Contemplando formas e aparências, essas imagens passavam a ser representadas nos caracteres. Por isso, explica Jia, se diz que caracteres são símbolos e símbolos são imagens (ou o que entendem por *xiàng*), produto direto da contemplação e da observação do sol, lua, estrelas, planetas, rios, montanhas, plantas, árvores etc. É isso que dá sentido e expressa o pensamento.

Jia dá exemplo do caractere *wén* (文), cujo pictograma é a imagem do corpo humano. Nas inscrições dos ossos oraculares e de bronze, ele parece a visão frontal de um homem com uma tatuagem no peito. Assim, originalmente, o significado era “homem com tatuagem”. Dessa primeira imagem, derivou o sentido de um padrão decorativo e passou a ser usado com a mesma pronúncia. Essa imagem corporal passou a ser termo geral para se referir aos caracteres pictográficos como um todo da cultura chinesa. *Wén* da cultura, explica Anne Cheng (2008), é o sentido de alguma coisa que está como uma tatuagem no corpo, como um bordado, uma costura. *Wén* é composto por dois elementos: a parte de cima com traço horizontal, que tem relação com o caractere 玄 *xuán* da cor azul do céu, símbolo de tudo que é celestial (céu, lua, estrelas etc.). A parte de baixo abriga a base que medeia os pontos entre os 8 trigramas nos oráculos. De acordo com o *Yì jīng*, essa associação mostra que se lia a sorte vendo as mudanças do sol, da lua, das estrelas, ou seja, os fenômenos naturais. O pictograma tem dois sentidos: o de sistema de caracteres chineses embasado no corpo humano ou na experiência sensório-motora, entendendo que é a caracterização direta de olhar as coisas e procurar imagens através da analogia, ou olhar as imagens e compreender o sentido (ou seja, o próprio processo de estabelecimento das imagens). E, em um segundo sentido, de caracterizar o mundo pelos caracteres, explicitando a natureza corporificada dos caracteres chineses. O sistema de caracteres chineses é, então, chamado de *wén* para demonstrar que está enraizado no corpo humano e na experiência corporal. Experimentar e conhecer o mundo e a sociedade começa pela experiência corporal.

3.2 *Lǐ* (理), *qì* e *shénmíng* (神明)

Os caracteres também são padrões, são formas. Aqui, é interessante ressaltarmos a relação entre *lǐ*, *qì* e *xiàng*. *Lǐ*, que pode ser entendido como padrão, e *qì* estão ligados porque uma forma de compreendermos o *qì* é pelos padrões. Yuasa (1993) explica que *lǐ* e *qì* dependem um do outro para criar estrutura, formas, padrões. Segundo o autor, *lǐqì* é um conceito importante que perpassa a história da filosofia chinesa, tanto de confucianos, quanto budistas e taoístas. Mesmo com pequenos conflitos entre as visões de mundo filosóficas, na base do pensamento existe uma experiência fundamental comum que são os métodos de treinamento corpo-mente. Como explica Anne Cheng (2008, p. 58), originalmente *lǐ* designa os veios de jade. Além de simplesmente “padrão”, *lǐ* tem relação com a ordem natural, a “nervura do universo” que é preciso “revelar no sentido fotográfico do termo”. A racionalidade chinesa, explica a autora, em vez de emergir dos mitos e afirmar-se em oposição a eles,

nasceu “no seio do espírito ritual que lhe deu forma”. Assim, a racionalidade designada pelo termo *lǐ* apresenta semelhanças com o termo homófono *lǐ*, que quer dizer ritual, assim como com o termo que veio a designar cultura — *wén*, de que tratamos acima, cuja grafia pode ser lida mais detalhadamente como um dançarino com motivos de pluma sobre o peito (tatuagem). O fato de o caractere que designa cultura ser um dançarino disfarçado de pássaro com plumas sobre o peito nos indica que a cultura vem do movimento do corpo. Por derivação, chega-se ao sentido de motivo, desenho, traço ou, no inglês, “*pattern*”. Nesse sentido, a ideia de *lǐ* como “princípio”, difundida no senso comum, prejudica o entendimento de que é algo que se desvela, não algo originário.

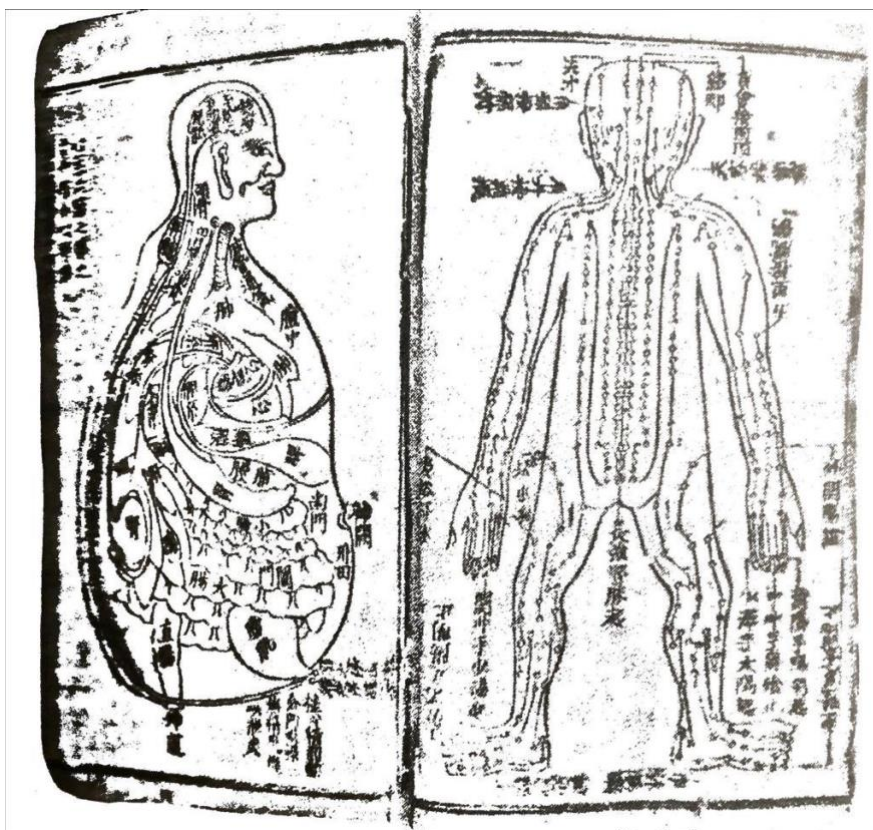
Toda a reflexão chinesa sobre o *lǐ* parte da ideia de que ele não opera distinções a partir do exterior, é o próprio conjunto dos veios das coisas (como podemos observar nas imagens de padrões da natureza que incluímos anteriormente). *Lǐ* não é algo posto à *propi*, nem superposto à *posteriori*, não são padrões pré-estabelecidos, se dão com o processo, impondo-se sobre si mesmo, já que representa ao mesmo tempo aquilo que já é e aquilo que virá a ser, retomando a imagem das veias e dos tecidos corporais, evocada pela etimologia do termo *lǐ*. Aqui entra nossa capacidade de ver, sentir e saber onde passam - conexão com o termo *shénmíng*, ou seja, preciso do estado mente-corpo do *shénmíng* para que os padrões se revelem. A forma e a não forma estão combinadas, percebemos o *qì* pelos padrões.

Também para Harold Roth (2013), a visão de mundo chinesa derivada das metáforas e experiências pode ser compreendida pelo *lǐ* quanto padrões da natureza. Pensando no sentido dos veios de jade, tratados anteriormente, é importante lembrar que se trata dos veios do material não tratado. A pedra do jade possui naturalmente ranhuras e o escultor acompanha as linhas para trabalhar o material - linhas que apareceram naturalmente, padrões naturais que permitem que ele seja trabalhado. As ranhuras são como a fotografia que aparece, são padrões que emergem, da mesma forma que no corpo, na Medicina Chinesa, entendemos os padrões que emergem do corpo. Os padrões do jade surgem naturalmente na medida em que artesões trabalham, daí a ideia de revelar (assim como, ao revelar uma foto, o que já está lá emerge).

Já *xiàng*, ou pensar por imagens, permite que eu veja os padrões a partir de uma capacidade sensível e o treinamento, nas práticas de autocultivo, permite que os padrões do corpo venham à tona. Esse é um movimento espontâneo a partir do treinamento e não pode ser dado à *priori* – nem determinado, normativamente, como deva ser. As práticas estão enraizadas nesses padrões naturais e espontâneos e se revelam por meio da percepção clara, capacidade cognitiva de perceber as coisas (*shénmíng*). Por meio do treinamento e da experiência do estado corpo-mente, podemos acessar esse modo de percepção *shénmíng*, que é a base da cognição e que nos permite conhecer os padrões, modo fluido cognitivo. Esse

conhecimento permite perceber os padrões do corpo (*còulǐ* 凑理) e fluir com eles – por isso o corpo precisa estar aberto à experiência, em uma responsividade genuína, do contrário, é como tentar forçar o fluxo onde não há espaço. *Còulǐ* indica justamente veios, texturas da pele, dos ossos – espaço por onde os canais e colaterais passam. Reconhecer o fluxo implica conhecer os veios, as ranhuras e, então, deixar-se conduzir pelo *qì*, um estado corpo-mente sensível que emerge do treinamento. Isso permite cultivar *shénmíng* e este permite cultivar o *qì*.

Figura 22 - Órgãos e canais



Fonte: Sionneau, 2014, p. 314.

No método de treinamento e estudo do *tàijí quán* da escola Yáng, desde 2009, Yáng Jūn tem organizado, detalhado e estruturado esse método que surge não só dos seus estudos dos textos clássicos do *tàijí* como também das instruções que recebeu de seu avô Yáng Zhènduó e de seu treinamento, além do seu contato com pessoas do mundo todo ensinando em seus seminários. Esse corpo de conhecimento teórico prático é dividido em três grandes áreas: familiarizar-se com os movimentos (*zhāoshù* 招数), compreender (*dǒngjìn* 懂劲) a força e experimentar a clareza da mente (*shénmíng*). Os passos para o estudo incluem entender a razão daquilo que se pratica (*mínglǐ* 明理), conhecer o corpo (*zhītǐ* 知体) e aplicar o

conhecimento (*dáyòng* 达用). Dentro da primeira área, passos para a prática, o primeiro nível ou a primeira instância de compreensão é *zhāoshù*; familiarizar-se com os movimentos. O aprendizado dos movimentos nos permitem o aprendizado de um percurso, começando pelo corpo, *zhīlǐ*, conhecer ou cultivar o corpo através de cinco passos, são eles: passos (*bù* 步), forma do corpo (*shēn* 身), método (*fǎ* 法), técnicas de mãos (*shǒu* 手), olhar (*yǎ* 眼). Nesse processo de familiarizar-se com os movimentos e cultivar o corpo, reconhecemos as possibilidades de movimento, investigação e exploração das técnicas. Isso permite que compreendamos a força (*jìn* 劲), que é um resultado da compreensão da dinâmica de *yīnyáng*, ou seja, a combinação do cheio e do vazio, da suavidade e da dureza, provenientes de um trabalho de soltura do corpo (*fàngsōng* 放松), abertura e conexão interna das estruturas e dos espaços entre as estruturas. Assim, *dǒngjìn*, a compreensão da força, é proveniente desta sensação interna de conexão dos espaços entre as estruturas e como se combinam com elas, por isso, comumente, este *jìn* 劲 é traduzido como força interna. Por meio da compreensão de *fàngsōng*, a abertura e soltura, compreendemos a relação da suavidade com a dureza, da forma com a não forma. É por meio de *fàngsōng*, de conhecer o corpo e compreender a força *jìn*, que chegamos ao aspecto do *shénmíng*, possibilitado pelo processo e que permite que entremos em contato com os padrões internos e externos.

O que nos interessa destacar aqui é o conceito de *shénmíng*, um conceito que tem relação com o conhecer. Podemos entendê-lo como a base da cognição, é algo que é um *insight*, uma percepção que vem através do treinamento. O conceito de *shénmíng* aparece em muitos textos clássicos da filosofia chinesa, como, por exemplo, em alguns textos encontrados nas escavações de Mǎwángduī, como *Huángdì sìjīng* (黄帝四经). Sharon Y. Small (2018) explica que *shén* (神), a princípio, é traduzido como espírito ou mente e *míng* (明) é uma palavra comum para luz. Os dois caracteres juntos aparecem na época dos Reinos Combatentes e como um conceito no pensamento das Cem Escolas de Pensamento. Seu sentido mudou no pensamento filosófico ao longo do tempo. O que nos interessa entender do conceito, ao longo de suas transformações, é que *shénmíng* é a habilidade de perceber o fundamento de todas as manifestações, é habilidade e capacidade da mente de perceber as coisas. Como a base da nossa cognição, funciona na relação com o *Dào* (道), ou seja, esse aspecto de conhecer o *Dào* se dá através da compreensão dos padrões, de *lǐ* (os padrões do um, caminhos naturais através dos quais o *Dào* penetra o universo, que servem para estruturar o desenvolvimento de todos os fenômenos). No método da escola Yáng, *shénmíng* é o que permite que a gente conheça. Para isso, o processo de aprendizado dos movimentos estabelece os passos acima destacados, que tem seu fundamento em conhecer o corpo. No

processo de conhecer o corpo e se familiarizar com os movimentos, acontece a compreensão de chaves de leitura para os conceitos que aparecem nos textos clássicos, que, por sua vez, são registros das experiências do treinamento dos seus respectivos autores. Segundo Yáng Jūn, *shénmíng* é a experiência da mente que não é limitada nem capturada por nada. A mente está tranquila e o corpo pode fazer os movimentos.

3.3 Os textos clássicos

Os textos clássicos do *tàijí quán* compreendem as narrativas que estão ligadas as famílias Yáng e a família Wǔ/Lǐ. De acordo com Barbara Davis (2004), no livro *Taijiquan classics*, os textos originais foram perdidos. Embora exista uma controvérsia na história de como os textos foram descobertos, o surgimento desses textos se estabeleceu como uma referência. Em seu estudo dos textos, Davis assume a autenticidade das versões dos textos da família Yáng e Wǔ/Lǐ, que foram copiados à mão pelos descendentes e passados adiante nos estudos do *tàijí quán*; eles circulavam como manuscritos. Os textos que ela entende que fazem parte desta versão dos clássicos das famílias Yáng e Wǔ/Lǐ são: o “Tratado de Tàijí quán” (“Tàijí quán Lún” 太极拳论), o “Clássico do Tàijí quán” (*Tàijí quán jīng* 太极拳经), “Exposição de intuições sobre as trezes posturas” (*Shísān shì xíng gōng xīn jiě* 十三势行功心解), a “Canção das treze posturas” (*Shísān shì gē* 十三势歌) e a “Canção do *tuīshǒu*” (*Dàshǒu gē* 大手歌).

Douglas Wile, em sua pesquisa sobre os textos clássicos, especialmente no livro *Lost tai chi classics from the late Qing dynasty*, apresenta outros textos que compõem esse grande compêndio de textos ligados aos registros da experiência e tentativa de formular um pensamento e uma teorização a partir do treinamento do *tàijí quán*, são textos escritos em diferentes períodos e em grande medida comentários destes primeiros textos compilados por Barbara Davis em seu livro, em especial o texto de Wǔ Yǔxiāng, “Exposição de intuições sobre as trezes posturas”. Aqui não nos interessa analisar e passar por todos os textos, já que ambos os autores, Wile e Davis, já fizeram isso. O que parece importante é destacar alguns trechos do texto de Wǔ Yǔxiāng, que são bastante representativos para estabelecer as relações entre a experiência do treinamento corporal, as imagens poéticas e alguns conceitos filosóficos. As imagens que aparecem nos textos clássicos, assim como alguns conceitos que se apresentam ali, são operadores de um pensamento que acessa a experiência de um estado corpo-mente sensível.

Esse exercício de estudo e compreensão dos textos clássicos a partir da experiência do treinamento foi realizado durante o segundo semestre de 2021 e o primeiro de 2022, em curso oferecido para praticantes e professores de *tàijí quán* — uma iniciativa inédita no Brasil, já que comumente os textos clássicos são muito poucos explorados no contexto da prática do *tàijí quán*. Isso ocorre pela falta de traduções dos textos em língua portuguesa e pela associação que se faz do *tàijí quán* a outras referências teóricas, como ao daoísmo, com o Dào dé jīng (道德经) e o Yì jīng (易经), a Confúcio e seus Analectos (Lún Yǔ 论语) e também ao budismo, como vimos no primeiro capítulo.

A partir das reflexões delineadas até aqui, pudemos transitar entre o entendimento de alguns conceitos filosóficos que permeiam os textos clássicos e a experiência prática. Os textos escolhidos foram três dos textos apresentados por Barbara Davis em seu livro, que aparecem também em algumas publicações importantes da primeira república da China, momento em que manuais de *tàijí quán* começam a ser publicados com a intenção de difundir a prática como um esporte nacional. Alguns destes livros são: o livro de Chén Wēimíng (陳微明), *Tai Chi Chuan Ta Wen: Questions and Answers on T'ai Chi Ch'uan*, o livro de Fùzhōngwén (傅钟文), *Mastering Yang Style Taijiquan* e o livro de Yáng Chéngfǔ (楊澄甫), *The essence and applications of taijiquan*. Os textos que fizeram parte do estudo foram: “A canção das treze posturas”, o “Clássico do *tàijí quán*”, o “Tratado do *tàijí quán*”, A rima dos cinco caracteres de Lǐ Yìyu ” e o texto “Exposição de intuições sobre as trezes posturas”. Aqui, iremos destacar alguns aspectos do texto de Wǔ Yǔxiāng, mas todos eles se encontrarão na seção de anexos ao final da tese, traduzidos por mim. Alguns temas que nos interessam são recorrentes como a relação entre *xīn* (心), *qì* e *yì* (意): a fluidez, a relação entre substancial e insubstancial e a agilidade.

O texto de Wu Wǔ Yǔxiāng, “Exposição de intuições sobre as trezes posturas”, começa com a frase “o *xīn* mobiliza o *qì*”. Durante todo o texto, o conceito de *qì* aparece como central para compreensão da forma como o autor percebe o treinamento e o direciona. O conceito de *xīn* pode ser compreendido como “o órgão dos afetos e do intelecto” (CHENG, 2008, p.191), “designa mente e corpo que não estão separados porque ambos são constituídos de *qì*” (CHENG, 2008, p.191). Como explica a autora, para Mêncio (CHENG, 2008, p. 191), usar *xīn* é a faculdade de pensar o que se sente. O *qì* é percebido através da sensibilidade. O pensamento de *xīn* é sensível. O *qì* mobiliza o corpo, e o faz mover suavemente e com complacência seguindo *xīn*.

Ainda na perspectiva do texto, o *qì* pode ser compreendido de diferentes formas, ele pode ser o ar, a respiração, a energia vital ou sopro, como é comumente traduzido, que segundo Anne Cheng “na visão chinesa tem como característica operar e circular segundo

um ritmo binário: inspiração/expiração, yīnyáng” (CHENG, 2008, p. 283). Assim, “o qì é o princípio de realidade único e uno que da forma a todas as coisas e a todos os seres, o que implica que não existe delimitação entre os seres humanos e o resto do mundo” (CHENG, 2008, p. 283).

A percepção do corpo percebido como qì deve ser refinada e a leveza, agilidade, fluidez e flexibilidade são características desse estado corpo-mente. No texto de Wǔ Yǔxiāng, se lê: “o yì o o qì devem intercambiar-se agilmente, apenas assim haverá a maravilha da circularidade e vivacidade, isso é o que chamamos ‘as mudanças de substancial e insubstancial’”. O caractere de yì (意), comumente traduzido como intenção, é composto pelo caractere 心 (corpo-coração-mente) embaixo e, em cima, outro caractere que designa som, voz, música e que também é composto por outros dois caracteres, sendo eles o caractere de boca, com um traço no meio, e o de cima castigo. Yì pode significar ideia, intenção, vontade, opinião, significado, expressão pensada — é da mente, da emoção e do sentimento que uma pessoa emite sua expressão pessoal. Alguns exemplos são bǐyì (笔意), expressão do traço, intenção do pincel demonstrado pelo conteúdo, gestual da linha traçada, yǔyì (雨意) – sinal de chuva, ou qiūyì (秋意) que se refere ao clima do outono, ou a sensação de outono que pode ser sentida quando a brisa começa a refrescar. O caractere de som, música ou voz derivou-se do caractere de palavra 言, que tem em cima o caractere de castigo ou advertência e embaixo o caractere de boca. O texto de Wǔ Yǔxiāng enfatiza a relação e a interdependência entre xīn, yì, qì e o corpo e como essas três instâncias da experiência subjetiva interagem na prática. Vale destacar que o título do texto de Wǔ Yǔxiāng é “Exposição de intuições da prática das treze posturas”, o que nos remete à ideia das experiências registradas pelo autor do texto sobre como esse treinamento pode ser aplicado, sua prática e a relação entre corpo-coração-mente, ou seja, como fazer da relação corpo-mente consciente, conhecer o corpo, conhecer a mente e como o corpo-mente percebem os fenômenos internos e externos. Assim, o texto traz operadores importantes para pensar as características e qualidades deste corpo e deste treinamento como a ideia da soltura do corpo, como abrir espaço interno e a conexão entre os espaços e a estrutura, a relação entre a suavidade e a força, a circularidade, a vivacidade, o cheio-vazio, a agilidade e a flexibilidade.

Considerações finais

Propusemos, ao longo desta tese, uma nova chave de leitura para a prática corporal chinesa *tàijí quán*, conhecida fora da Ásia como taichi chuan. Para situarmos o que se conhece e o que se diz sobre o *tàijí quán*, iniciamos nosso percurso teórico resgatando pistas históricas de uma suposta origem, definição ou explicação sobre a prática. Vimos como a história das artes marciais chinesas, e principalmente do *tàijí quán*, é controversa, baseando-se em diferentes mitos de origem, e como ainda hoje nos faltam documentos confiáveis, sejam eles escritos de professores ou de teóricos, que apresentem evidências com relação à origem do *tàijí quán*. As duas versões principais a respeito de sua origem, uma relacionada ao daoísmo e outra vinculada às artes marciais, ambas mitológicas, relacionam-se diretamente aos discursos da arte marcial e da espiritualidade. Considerando esse surgimento incerto e um passado atrelado a relações de poder e projetos políticos, entendemos como discursos hegemônicos a respeito da prática: o discurso da saúde holística; o da arte marcial, relacionado a um tradicionalismo de linhagens supostamente originadoras da técnica; e o da espiritualidade, que adere a um mercado místico global. Enquanto os dois últimos vinculam-se aos mitos de origem, o primeiro tem relação com a forte apropriação da prática pela medicina ocidental, descontextualizando-a, bem como a outras práticas corporais, à Medicina Chinesa e à acupuntura, de seu corpo próprio de conhecimento. Este é, ainda hoje, o discurso mais forte sobre as práticas de autocultivo no Ocidente, sendo grande mobilizador de pesquisas científicas e de prescrições médicas, visando uma ideia de equilíbrio e bem-estar que não considera ideias como fluxo e *qì*, por exemplo.

Ainda a respeito das leituras hegemônicas, destacamos como o mercado místico global atua como produto e produtor de um orientalismo confuso, que recria um Oriente segundo experiências colonizadoras ocidentais e o faz de maneira opaca e “confusa”, em uma espécie de mosaico de elementos e termos descontextualizados, como Buddha, Rhumi, flor de lótus, karma, dharma, assim como os próprios *qì*, *tàijí quán* e *yīnyáng*. O negócio místico, como ocorre na suposta vila de origem da prática, envolve a idealização do Oriente, seu povo e tradições, negando o que se passa hoje, em prol de um passado milenar, imutável e trancado no tempo. Nesse discurso, também o Oriente atua como participante e criador de um imaginário exotizado para vender no mercado global, em uma espécie de auto-orientalismo. Além disso, esse mercado incentiva a racionalidade de autorregulação e autoaperfeiçoamento característica do neoliberalismo, alienando o praticante, neste caso de *tàijí quán*, de entrar em contato com conflitos inerentes e com sua experiência singular em prol da ideia de iluminação e ascensão espiritual. Esse mecanismo tem especial relevância

no Ocidente com a hegemonia capitalista, e, podemos dizer, mais ainda na “periferia ocidental”, ou seja, em países como Brasil e América Latina, que, diante altos níveis de desigualdade e desemprego do Estado, parecem recorrer ainda mais ao misticismo moderno como o fazem com a religião, à procura de acolhimento, suporte e pertencimento.

Buscando outras leituras não hegemônicas, contextualizamos o *tàijí quán* do ponto de vista da concepção chinesa sobre o corpo, em que há primazia do sentir e o toque, os sentidos e a experiência corporificada concebem o corpo de maneira diferente do que era feito no pensamento eurocêntrico. As concepções de corpo seriam não apenas elaborações do cérebro, mas especialmente dos sentidos. Daí surgem representações imagéticas e mapas do corpo bastante diferentes dos conhecidos pela medicina ocidental mais convencional, em que prepondera o aspecto topográfico, de indicação de lugares, fluxos e canais – em contraposição aos mapas anatômicos de músculos e fisiologia. A própria representação do corpo na arte, os corpos musculosos ou milimetricamente fidedignos a um ideal de corpo ocidental, elucidam diferentes abordagens sobre o corpo, como vimos nas figuras.

O conceito de *qì* nos ajuda nessa compreensão, na medida em que temos um “corpo de *qì*”. *Qì* engloba tanto o que se considera como imaterial e sensível (que não é substância), quanto o aspecto mais visível que é considerado como o corpo físico. Ambos, corpo-mente, são materialização de uma mesma sensibilidade, porém é necessário integrá-los por meio de um treinamento. O *qì* é um aspecto sensível e seu reconhecimento se dá através do treinamento. A habilidade de “recolher a mente”, ou seja, de interiorizar a consciência, acontece na medida em que se treina e se inclui no movimento um aspecto subjetivo. A mente, então, para de restringir-se ao processo de racionalizar o movimento para ser o movimento enquanto ele acontece. Aqui está uma característica das teorias do corpo asiáticas: a ênfase em uma sensação subjetiva, algo que se aproxima, por exemplo, de algumas experiências contemporâneas da dança no Ocidente. Esse é um objetivo das práticas de autocultivo.

Pensar o *tàijí quán* nesse outro enquadramento requer fugir da disciplinarização cartesiana em prol de uma epistemologia do sensível, em que corposmídias, em interação contínua com o ambiente, se atualizam e corporificam novas experiências singulares, que não podem ser definidas *a priori* e que escapam a explicações do tipo causa-efeito. O iluminismo ocidental deve dar lugar a um pensamento indisciplinar, que rompa barreiras de campos teóricos segmentados e bloqueados. Nesse sentido, as imagens, metáforas e textos poéticos nos auxiliam enquanto operadores de uma outra forma de conhecer e experienciar o corpo e a vida a partir do sensível. A filosofia chinesa compreende o mundo por metáforas, analogias e imagens, sendo os próprios caracteres chineses metafóricos e corporificados na natureza, daí decorre *xiàng*, ou “pensar por imagens”. Enquanto criações e fabulações, as imagens nos

trazem um campo aberto, a ser povoado pela nossa experiência e pela nossa própria capacidade criativa.

Encerramos nossa explanação tratando de imagens e conceitos que aparecem nos textos clássicos *tàijí quán*, que são relatos de praticantes a respeito do treinamento, anteriores aos discursos hegemônicos referidos. Vimos, no decorrer da análise, como o aspecto sensível aparece de maneira a priorizar a experiência singular e não um ideal ao qual a forma do movimento deve obedecer. Conceitos como *lǐ*, *qì* e *shénmíng* nos ajudam a compreender essa percepção de corpo de um ponto de vista deslocado dos enquadramentos habituais.

Ao longo desta tese, trabalhamos a hipótese de que, ao longo do tempo, o *tàijí quán* constituiu-se como um método prático que reorganiza concepções de corpo, de mundo (natureza) e de vida, construindo uma epistemologia da experiência sensível. Como tal, tem acionado uma aproximação de saberes para além das dicotomias Ocidente/Oriente, corpo/mente, teoria/prática e natureza/cultura.

A pesquisa que empreendi nesta tese é apenas o início de uma jornada que pretendo continuar em estudos futuros, abrindo o campo dos estudos do corpo para aprofundar as práticas corporais chinesas a partir de perspectivas que partam da própria experiência do corpo, sem recorrer a saberes já institucionalizados, que operam sob lógicas discursivas inevitavelmente hegemônicas. Trata-se de uma empreitada desafiante, visto os poucos textos em idioma acessível e a própria dificuldade de encontrar documentos que tragam pistas das práticas para além do institucional. Nem por isso se torna menos necessária. Na contramão da dessubjetivação e da alienação da experiência corporificada, está a autonomia crítica e a construção de saberes indisciplinados, diaspóricos e anticoloniais – microativismos que se atualizam na criação de novas corporeidades.

REFERÊNCIAS

- ACEVEDO, W.; GUTIÉRREZ, C.; CHUENG, M. **Breve história do Kung Fu**. Tradução: Flavia Delgado, São Paulo: Madras, 2011.
- APOLLONI, R.W. **Wuji, tai-chi e as dez mil coisas**: a cosmogonia chinesa nos textos clássicos do Tai-chi-chuan. 2015. Disponível em: <https://www.academia.edu/33326775/WUJI_TAI_CHI_E_AS_DEZ_MIL_COISAS_A_COSMOGONIA_CHINESA_NOS_TEXTOS_CLÁSSICOS_DO_TAI_CHI_CHUAN> Acesso em: 09 mar. 2022.
- APOLLONI, R.W. A suprema cumeieira: considerações de Sunlutang sobre o Tàijí quán. **Rever**, ano 18, n.1, jan/abr 2018.
- APOLLONI, R.W.; AGUIAR, J.A. **Punhos, Espadas e Livros**. Artes marciais no contexto da primeira república chinesa (1912 - 1949). Volume 1. Campina Grande, EDUFCG, 2022.
- ARJANA, S. **Buying Buddha, Selling Rumi**: Orientalism and the mystical marketplace. London: Oneworld Academic, 2020.
- ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DE TAI CHI CHUAN DA FAMÍLIA YANG. **Yang Family Tai Chi Chuan Essentials**. History, Theory and Practice Guide. 2013. Disponível em: <www.yangfamilytaichi.com> Acesso em: 09 mar. 2022.
- ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DE TAI CHI CHUAN DA FAMÍLIA YANG. **Tai Chi Chuan Journal**. 1999 – 2017. Disponível em <www.yangfamilytaichi.com> Acesso em: 09 mar. 2022.
- BIZERRIL, J. **O retorno à raiz**: uma linhagem taoísta no Brasil. São Paulo, Attar, 2007.
- CHEN, Z. **Taijiquan da Família Chen**. Livro 1: origem e fundamentos. São Paulo, Escola de Taijiquan Chenjiagou BR, 2020.
- BUENO, A. **Sinologia e Chinesidade no Brasil**. 2020. Disponível em <https://www.academia.edu/44311911/Sinologia_e_Chinesidade_no_Brasil?auto=download> Acesso em: 10 mai. 2022.
- CHENG, A. **História do Pensamento Chinês**. Tradução de Gentil Avelino Titton. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008.
- CHINA'S WORLD HERITAGE SITES OVER-EXPLOITED. **China Daily**, 2006. Disponível em: <http://www.chinadaily.com.cn/china/2006-12/22/content_765749.htm>. Acesso em: 31 mai. 2021.
- DAVIS, B. **The taijiquan classics**: An annotated translation. Berkeley, North Atlantic Books, 2004.
- DELLA CAVA, R. Messianismo Brasileiro e Instituições Nacionais: uma reavaliação de Canudos e Juazeiro. **Rev. C. Sociais**, Vol. VI no.s 1 e 2, 1975.
- DESPEAUX, C. **Tai Chi Chuan, arte marcial técnica de longa vida**. Tradução Otávio Mendes Cajado. São Paulo, SP: Círculo do Livro, 1981.

EMBAIXADA DA CHINA. Catálogo da exposição **A escrita chinesa**: das inscrições oraculares aos dígitos binários. Brasília: Universidade Católica de Brasília, 2012.

FAIRBANK, J. K.; MERLE, G. **China: uma nova história**. Tradução: Marisa Motta. Porto Alegre, RS: 2008.

FARQUHAR, J.; ZHANG, Q. Biopolitical Beijing: pleasure, sovereignty, and self-cultivation in China's Capital. **Cultural Anthropology**, Vol. 20, Issue 3, pp. 303-327, 2005.

FU, Zhongwen. **Mastering Yang Style Taijiquan**. Tradução: Louis Swain. North Atlantic Books: California, 1999.

15TH SESSION OF THE INTANGIBLE CULTURAL HERITAGE COMMITTEE. **Canal do Youtube da UNESCO**, 2020. Disponível em: <<https://youtu.be/Qby3eo7Lnmc>>. Acesso em: 21 jan. 2021.

GRANET, M. **O Pensamento Chinês**. Tradução Vera Ribeiro. Rio de Janeiro, Rj: Contraponto, 1997.

GREINER, C. **O Corpo, Pistas para Estudos Indisciplinares**. São Paulo, SP: Annablume, 2005.

GREINER, C. **Leituras do Corpo no Japão e suas diásporas cognitivas**. São Paulo, SP: n-1, 2015.

GREINER, C. Butoh: A Dance Experience to Recreate the Body beyond the East - West Dichotomies. **International Research Symposium** 38, 2010.

GREINER, C. Diásporas cognitivas: uma escolha política para derrubar estereótipos e identidades. In: GREINER, C.; KATZ, H. (orgs.) **Arte e Cognição**: corpomídia, comunicação, política. São Paulo: Annablume, 2015.

GREINER, C.; KATZ, H. Em busca de uma epistemologia indisciplinar. In: GREINER, C.; KATZ, H. (orgs.) **Arte e Cognição**: corpomídia, comunicação, política. São Paulo: Annablume, 2015.

GREINER, C.; AOKI, B.Y. Transdramaturgias nas artes do corpo no Japão. **Repertório**, Salvador, ano 24, no. 36, p. 14-36, 2021.

HARRISON-HALL, J. **China: uma história de objetos**. Tradução: Érico Assis. São Paulo: Edições SESC, 2018.

HEMSI, Albert Roger. **Taiji Quan, intercultura e educação**. São Paulo, SP : Virtus Educação, 2015.

JIA, Y. The body in chinese characters and philosophy – the experiential nature of Chinese philosophy. **Intercultural communications studies** XVII: 2, 2008.

JULLIEN, F. **A propensão das coisas**: por uma história da eficácia na China. Tradução: Mariana Echalar. São Paulo, Unesp, 2017.

KATZ, H. O papel do corpo na transformação da política em biopolítica. **Trama interdisciplinar**, São Paulo, v. 1, n. 2, p. 18, 2010.

KOHNHORST, A. Chen Tai Chi Village: The Birthplace of Tai Chi is a Ghost Town Banking on a Cultural Treasure. **RADII China**, 2018. Disponível em: <<https://radiichina.com/chen-tai-chi-village-the-birthplace-of-tai-chi-is-a-ghost-town-banking-on-a-cultural-treasure/>>. Acesso em: 04 mai. 2021.

KOHNHORST, A. Tai Chi, 12 Years Later, Finally Accepted to UNESCO Intangible Cultural Heritage List. **RADII China**, 2020. Disponível em: <<https://radiichina.com/tai-chi-unesco-intangible-cultural-heritage/>>. Acesso em: 04 mai. 2021.

KOMJATHY, L. Mapping the daoist body. Part one: Neijingtu in History.

KURIYAMA, S. **The Expressiveness of the Body and the Divergence of Greek and Chinese Medicine**. Nova Iorque, NY, Zone Books, 1999.

KURIYAMA, S. The imagination of winds and the development of the chinese conception of the body. In: ZITO, A.; BARLOW, T. (EE) **Body, subject and power in China**. Chicago, University of Chicago Press, 1994.

LIU, T. **Chinese Medical Qi Gong**. Londres: Singing Dragon, 2010. Journal of Daoist Studies. Three Pines Press, 2008.

LAOZI. **Dao De Jing**: Escritura do Caminho e Escritura da Virtude com os comentários do Senhor às margens do Rio. Tradução, notas, variantes e seleção de textos Giorgio Sinedino. São Paulo: Unesp, 2016.

LO, B.; INN, M.; AMACKER, R.; FOE, S. **The Essence of Tai Chi Chuan, the literary tradition**. Richmond, CA. North Atlantic Books, 1979.

LUZ, G. A. **Caminhos Marciais, Humanidades e Educação Integral**. Por uma política educacional utópica propositada. Uberlândia, 2020. Tese - Professor Titular do Instituto de História da Universidade Federal de Uberlândia (INHIS/UFU). Uberlândia: UFU, 2020. Disponível em: <https://www.academia.edu/43760472/Caminhos_Marciais_Humanidades_e_Educacao_Integral_Por_uma_pol%C3%ADtica_educacional_ut%C3%B3pica_propositada>. Acesso em: 06 mar. 2022.

MONTEIRO, F. P. **História das Artes Marciais Chinesas**. Tradição, Memórias e Modernidade. Uberlândia, MG : Assis Editora, 2014.

MONTEIRO, F.P. Genealogia social de um conceito: o Kung Fu como arte marcial no ocidente. **Faces da História**, Assis-SP, v.5, no. 1, p. 299-320, jan.-jun. 2018.

NASCIMENTO, M. C. **As Duas Faces da Montanha**: estudos sobre medicina chinesa e acupuntura. São Paulo: Hucitec, 2006.

ROTH, H. D. The classical daoist concept of Li 理 (pattern) and early chinese cosmology. **Early China**, vol. 35/36, 2012, pp. 157–83. Disponível em: <<http://www.jstor.org/stable/24392404>> Acesso em: 28 Oct. 2020.

SAFATLE, V. A economia é a continuação da psicologia por outros meios: sofrimento psíquico e neoliberalismo como economia moral. In: SAFATLE, V.; JUNIOR, N.S.; DUNKER, C. (orgs.) **Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico**. Belo Horizonte: Autêntica, 2021.

SAID, E. W. **Orientalismo**: o oriente como invenção do ocidente. São Paulo: Companhia das Letras, 2018.

SHAHAR, M. **O Mosteiro de Shaolin**: história, religião e as artes marciais chinesas. São Paulo: Perspectiva, 2011.

SHUMIN, W.; FUENTES, G. A survey of images from the chinese classical texts. *In: Imagining Chinese Medicine*. (EE) LO, V.; BARRETT, P. Leiden, Brill, 2018.

SHUREN, W., ZHANG, L. The roots of Chinese philosophy and culture - an introduction to “xiang” and “xiang thinking”. **Frontiers of Philosophy in China**, vol. 4. No. 1, pp. 1-12, Mar. 2009.

SIONNEAU, P. **A Essência da Medicina Chinesa**: Retorno às Origens Livro 1. Tradução de Sílvia Ferreira. São Paulo, SP: EBMC, 2014.

SIONNEAU, P. **A Essência da Medicina Chinesa**: Retorno às Origens Livro 2. Tradução de Sílvia Ferreira, São Paulo, EBMC, 2015.

SMALL, S. Y. A Daoist Exploration of Shenming. **Journal of Daoist Studies**, vol. 11, 2018, p. 1-20. Disponível em: <doi:10.1353/dao.2018.0000>. Acesso em: 18 abr. 2020.

SUN, G.C.; OSGOOD, C.; LILLY, H. **Qigong for the Management of Type 2 Diabetes Mellitus**. 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5772/67065>. Acesso em: 21 mar. 2022.

TAIJIQUAN. **Canal do Youtube da UNESCO**, 2020. Disponível em: <https://youtu.be/fozrlyhZlh0>. Acesso em: 21 jan. 2021.

TALES OF A “CEO MONK” OBSCURE THE BUSINESS OF FAITH IN CHINA. **The Economist**, 2020. Disponível em: <https://www.economist.com/christmas-specials/2020/12/19/tales-of-a-ceo-monk-obscure-the-business-of-faith-in-china>. Acesso em: 18 abr. 2021.

WAYNE, P. **Guia de Tai Chi da Faculdade de Medicina de Harvard**: 12 semanas para ter um corpo saudável, coração forte e mente alerta. São Paulo: Pensamento, 2016.

WILE, D. **Lost Tai-chi Classics from the late Ch’ing Dynasty**. Albany: State University of New York Press, 1996.

WILE, D. Taijiquan y Taoísmo de religión a arte marcial, de arte marcial a religión. **Revista de Artes Marciales Asiáticas**, Vol. 3, no. 1, pp.8-45, 2008.

WILE, D. **T’ai Chi’s Ancestors the making of an internal martial art**. New York: Sweet Ch’i Press, 1999.

XIANG, Z. Transdualism: toward a materio-discursive embodiment. **TSQ: Transgender Studies Quarterly**, Duke University Press, v. 5, n.3, p. 425, ago. 2018.

XUANDI, W. **Tai Chi Enshrined Among World’s Intangible Cultural Heritage**. Sixth Tone, 2020. Disponível em: <http://www.sixthtone.com/news/1006597/tai-chi-enshrined-among-worlds-intangible-cultural-heritages.> Acesso em: 13 mai. 2021.

YAN, G.; Santos, C.A. "China Forever" Tourism Discourse and Self-Orientalism. **Annals of Tourism Research**, Vol. 36, no. 2, pp. 295-315, 2009.

YANG, Chengfu. **The Essence and Applications of Taijiquan** (Taiji Quan Tiyong Quanshu). Tradução de Louis Swaim. Berkeley, CA: Blue Snake Books, 2005.

YANG, Zhenduo. **Yang Style Taiji Quan**. Beijing: Morning Glory Press, 1988.

YUASA, Y. **The Body, Toward an Eastern Mind-Body Theory**. New York, NY. State University of New York Press, 1987.

YUASA, Y. **The Body, self-cultivation and Ki-energy**. New York, State University of New York Press, 1993.

ZHOUXIANG, Lu. **The history, politics and identity of Chinese martial arts**. Disponível em: <<https://www.thejournal.ie/readme/history-and-politics-chinese-martial-arts-5449729-Jun2021/>> Acesso em: 06 mar. 2022

Anexo A - A canção das treze posturas (Shísān shì gē 十三势歌) (autor anônimo)

As treze posturas não devem ser subestimadas
a origem de seu significado está na região da cintura (yào 腰)
esteja atento às mudanças e transformações do insubstancial e do substancial,
e ao qì percorrendo todo o corpo sem a menor obstrução
em meio a quietude entramos em contato com o movimento,
movimente-se como se permanecesse quieto
seguindo o seu oponente
as transformações parecem prodigiosas
estude e examine cada postura cuidadosamente
alcançar o objetivo é sem esforço (gōngfū 工夫)
a cada momento mantenha o coração-mente na cintura
com o abdômen completamente relaxado
o qì irá evaporar (téng – 腾)
o cóccix está alinhado
e o shén alcança o topo da cabeça
todo o corpo é leve e move-se livremente
quando o topo da cabeça está suspenso
preste atenção cuidadosamente, análise e estude
a extensão e o recolhimento, o abrir e fechar
deve vir de forma natural e espontânea
para adentrar o estudo deve-se ser instruído oralmente
esforçar-se incessantemente no método é auto-cultivo
Quando falamos sobre o método qual o padrão para a sua aplicação?
a intenção e o qì são o soberano, os ossos e tendões/músculos são os súditos
pense cuidadosamente, qual o seu propósito?
prolongar a vida, estender os anos
e proporcionar a eterna primavera
Cante estes cento e quarenta caracteres
cada um é sincero e preciso, sem omissões
se não os estudar cuidadosamente
desperdiçará esforço (gōngfū 工夫)
deixando suspiros de arrependimento

Anexo B - Tratado de tàijí quán (Tàijí quán Lún 太极拳论), atribuído Wáng Zōngyuè (王宗岳)

Tàijí nasce de wújí. É a mãe de yīnyáng. Quando há movimento, eles se diferenciam um do outro. Quando há repouso eles voltam a se tornar indistintos. Não indo muito longe, nem não indo longe o suficiente, deixe-o fazer a curva, engaje-se e então estenda. Ele é duro enquanto eu sou suave - isto é seguir. Eu vou com ele (shùn 顺) enquanto ele resiste - isto é colar. Se ele se move rápido, eu rapidamente respondo, e se ele se move devagar, eu tranquilamente o sigo. Embora existam uma infinidade de possibilidades, todas tem uma única natureza. Com a experiência do toque, gradualmente compreenderemos a força interna. Compreendendo a força interna pode-se chegar à shénmíng (神明). Mas, a não ser que você pratique muito durante um longo tempo, você nunca terá uma descoberta. Vazio, vívido e empurrando para cima. O qì submerge no baixo ventre. Não incline em nenhuma direção. De repente desaparece e aparece. Se ele coloca pressão no meu lado esquerdo, o lado esquerdo se esvazia, ou se ele coloca pressão no lado direito, meu lado direito desaparece. Se ele tentar me encontrar em cima, ele tem que tentar alcançar cada vez mais alto, ou se ele tentar me encontrar embaixo, ele terá que tentar alcançar cada vez mais baixo. Quando ele avança, ele não me alcança, mas uma vez que ele recua, ele não pode se desvencilhar de mim. Uma pena não pode ser adicionada e uma mosca não pode pousar. Ele não me conhece, apenas eu o conheço. Um herói é aquele que não encontra oposição, e é através deste método que tal condição é alcançada. Existem muitas outras escolas de artes marciais além desta. Embora as posturas sejam diferentes, elas geralmente não vão além do forte assediando o fraco, e o lento sendo condescendente com o rápido. O mais forte batendo no mais fraco e o lento submetendo-se ao rápido são ambos uma questão de uma habilidade natural inerente (pré-natal) e não tem nada a ver com uma habilidade aprendida com estudo constante. Examine a frase "quatro gramas move 100 kilos", claramente não é uma vitória conquistada através da força. Ou considere a visão de um senhor repelindo uma multidão, o que não poderá vir de uma velocidade agressiva. Em pé como uma balança, movendo-se como uma roda. Se você afundar um lado, pode mover-se, mas se tiver pressão igual nos dois lados, você ficará preso. Frequentemente vemos alguém que pratica duro por anos não ser capaz de realizar nenhuma neutralização e estar comumente sob o controle do oponente. A questão aqui é a falta de compreensão do peso duplo. Se você quiser evitar este erro, você deve entender yīnyáng. No grudar existe seguir e no seguir existe grudar. Yīnyáng não se separam mas se completam. Uma vez que tenha entendido isso, você estará identificando as energias,

e quanto mais você pratica, mais eficiente será sua habilidade, absorvendo através da experiência e constantemente contemplando, gradualmente alcançará o ponto no qual poderá fazer o que quiser. Silenciosamente cultive o conhecimento, ponderando, gradualmente chegará ao que busca o seu coração. O fundamento é esquecer-se de si mesmo e seguir os outros. Frequentemente cometemos o erro de ignorar o que está bem a nossa frente em favor de alguma outra coisa que não tem nada a ver com nossa circunstância imediata. Para tais situações se diz: "falhe por um centímetro, perca por um quilômetro." Você deve entender tudo isso claramente. Aqueles que estudam devem fazê-lo detalhadamente. Cada frase deste tratado vai direto ao ponto sem ser superficial.

Anexo C - Clássico do tàijí quán (Tàijíquán jīng 太极拳经), atribuído a Zhāng Sānfēng (張三丰)

Em movimento
todas as partes do corpo devem ser
leves, ágeis e ligadas (guànchuàn 贯串/ miánmián bùduàn 绵绵不断)
o qì deve ser despertado
a mente deve ser recolhida
deixe que as posturas estejam
sem quebras e buracos
sem cavidades, projeções
e intermitências
o movimento deve estar enraizado nos pés
liberado pelas pernas
dominado (zhǔzǎi 主宰) pela cintura
manifesto pelos dedos
os pés, pernas e cintura
devem agir simultaneamente em um qì
assim ao avançar ou ao retrair
o tempo e posição se afinaram
se não houver afinação
o corpo se torna desordenado, disperso e confuso
o erro deve ser procurado na cintura e nas pernas
para cima ou para baixo
frente ou trás
esquerda ou direita, são iguais
são todos yì (意) e não do exterior
se há em cima, haverá embaixo
se há para frente, haverá para trás
se há esquerda, então haverá direita
se a intenção é subir, contém ao mesmo tempo a ideia de descer
se a intenção é levantar um objeto precisamos dar um impulso para baixo
ao alternar a força de empurrar e puxar
a raiz será cortada desabando rapidamente
insubstancial e substancial

devem ser claramente diferenciados
cada lugar tem seu insubstancial e substancial
tudo tem sempre seu insubstancial e substancial
todas as partes do corpo estão ligadas sem a menor interrupção
o punho longo (zhángquán 长拳)
é como um longo rio, um grande mar
fluindo suavemente e facilmente
péng (棚), lù (轆), jǐ (挤), àn (按), cǎi (採), liè (掇), zhǒu (肘), kào (靠)
avance, recue, olhe para a esquerda, olhe para a direita e o equilíbrio central
são os cinco elementos
péng, lù, jǐ, àn, são os trigramas céu, terra, água e fogo
e os quatro pontos cardeais
para frente, para trás, esquerda, direita e equilíbrio central
são metal, madeira, água, fogo e terra
juntas
estas são as treze posturas.

Anexo D - A rima dos cinco caracteres (wǔ zì jué 五字訣), por Lǐ Yìyú (李亦畬)

Yī yuē xīnjìng (一曰心靜)

1. A mente é calma

O xīn está calmo. Quando não está calmo não posso me concentrar em uma única coisa. Quando levanto o braço, para frente e para trás, para a direita e esquerda, estou sem direção. No começo os movimentos não seguem a mente. Coloque o coração em reconhecer e experienciar. Siga o movimento do oponente, siga a curva e então expanda. Não desconecte, resista, estenda ou recue sozinho. Se meu oponente tem força bruta (lì 力), também tenho, mas o meu movimento se antecipa ao dele. Se o oponente não tem força bruta, eu também não, mas minha intenção (yì 意) ainda se antecipa. É necessário estar continuamente presente, atento. Qualquer parte do corpo, quando tocada, o xīn vai. Devemos procurar informações sem desconectar ou resistir. Siga este método, e em um ano, ou em meio ano, você poderá aplicar isto no seu corpo instintivamente. Tudo isso quer dizer use a intenção (yì 意) e não a força bruta (lì 力). Após um longo tempo o oponente será controlado por mim e eu não serei controlado por ele.

Èr yuē shēn líng (二曰身零)

2. O corpo é ágil

O corpo é ágil. Se o corpo é desajeitado, então ao avançar e recuar, não poderá ser livre. Uma vez que você levanta o braço, não pode parecer desajeitado. No momento em que o oponente toca minha pele e cabelo, minha intenção (yì 意) já está penetrando seus ossos. Quando elevo os braços, o qì está passando por toda parte. Quando o lado esquerdo está pesado, se esvazia, e o braço direito já está contra-atacando. Quando o lado direito está pesado, se esvazia, e o braço esquerdo já está contra-atacando. O qì é como uma roda, e todo o corpo deve coordenar-se reciprocamente. Se em alguma parte está descoordenado, o corpo se torna desordenado e frágil. O defeito deve ser encontrado na cintura e nas pernas. Primeiro use o xīn para ordenar o corpo, seguindo o oponente e não a sua própria vontade.

Mais tarde o seu corpo poderá seguir xīn e você poderá se controlar e ainda seguir o oponente. Quando você apenas segue a si mesmo, se torna desajeitado, mas quando segue o oponente, se torna coordenado com ele, fica ágil. Quando você segue o oponente suas mãos podem diferenciar e pesar com precisão a sua força e pode medir a distância sem erros. Meça os movimentos do oponente, longo ou curto, então não comete erros nem por um fio de cabelo. Avançar e retrain, em todos os lugares, a coordenação é perfeita. Após estudar por um longo tempo, sua técnica se tornará habilidosa.

Sān yuē qì hān (三日气敛)

3. O qì é reunido

O qì se condensa. Quando o qì está disperso e difuso, então não é conservado, e o corpo facilmente poderá ficar desordenado e desconectado. Para condensar o qì nos ossos, o exalar e o inalar devem fluir suavemente sem obstrução por todo o corpo. Inalar é armazenar, e exalar é emitir. A inalação pode facilmente elevar o espírito da vitalidade. E, também controlar o oponente. A exalação pode afundar o qì naturalmente. E, também pode emitir. Isto quer dizer use a intenção (yì 意) para mover o qì, não use a força bruta.

Sì yuē jìn zhěng 四日筋整

4. O jìn está completo

O jìn de todo o corpo, com o treinamento, se torna uma unidade. Diferencie claramente entre o substancial e o insubstancial. Para expressar jìn (fājìn 发劲) é necessário ter raiz. O jìn começa nos pés, é governado pela cintura, e expresso nas mãos, e emitido pela espinha. Devemos elevar o espírito da vitalidade (estar atento). Quando o jìn do oponente vai se manifestar, mas ainda não foi emitido, meu jìn já o sentiu. No momento certo, não muito tarde, não muito cedo. É como a pele que sente o fogo ou como uma fonte borbulhante do chão. Para frente, para trás sem desordem ou confusão. Procure a reta na curva. Armazene e então emita. Se fizer isso será capaz de seguir o oponente e agir com eficácia. Isto se chama emprestar a força para golpear o oponente ou usar 100 gramas para desviar 500 kilos.

Wǔ yuē shén jù (五曰神聚)

5. A mente é reunida

Realizando os quatro primeiros, podemos nos voltar a mente concentrada: se a mente está concentrada, então é contínua e ininterrupta. Podemos despertar o qì como um tambor. Treinar o qì pertence à mente. A manifestação do qì é suave e move-se com agilidade. Quando a mente está concentrada, abrir e fechar acontecem apropriadamente, e a diferença entre o substancial e o insubstancial está clara. Se o lado esquerdo é insubstancial, o direito é substancial, e vice-versa. Insubstancial não quer dizer completamente sem força. A manifestação do qì deve ser ágil. Substancial não quer dizer completamente limitado. A mente deve estar completamente concentrada. É importante estar completamente em xīn e na cintura, e não fora. Não estando fora ou separado, a força é emprestada do oponente, e o qì é emitido desde a espinha. Como pode o qì ser emitido desde a espinha? Afunda a partir dos ombros, se reúne nas costas, e derrama para a cintura. Isto é qì da cabeça aos pés e é chamado fechar. Da cintura o qì se mobiliza para a espinha, se espalha pelos dois braços e pelos dedos. Isto é o qì dos pés a cabeça e é chamado de abrir. Fechar é recolher e abrir é emitir. Quando você conhece fechar e abrir, então você conhece yīnyáng. Alcançando este nível suas habilidades irão progredir com os dias e você poderá fazer o que quiser.

Anexo E - Exposição de intuições da prática das treze posturas (Shísān shì xíng gōng xīn jiě 十三勢行功心解), por Wu Yuxiang

O xīn mobiliza o qì. Faz o qì submergir calmamente e depois reunir-se permeando os ossos. O qì mobiliza o corpo, o faz mover suavemente com complacência seguindo xīn. Se o jīngshén (精神) pode ser elevado não haverá lentidão ou peso, isso é o que chamamos “suspender o topo da cabeça”. O yì e o qì devem converter-se agilmente (huàn 換), apenas assim haverá a maravilha da circularidade e vivacidade; isso é o que chamamos “as transformações (biàn 变) e mudanças (zhuǎn 转) de insubstancial e substancial”. Ao expressar jìn (fājìn 发劲) deve-se afundar, relaxar e concentrar-se em uma direção. Quando em pé, o corpo deve estar ereto, confortável e apoiar as oito direções (zhōng dìng 中定). Deixe o qì mover-se como em uma pérola com nove passagens, sem interrupções, não há lugar por onde não passe. Mova o jìn como aço temperado cem vezes; o que é tão sólido que não pode ser quebrado? A aparência é como um falcão atacando uma lebre; o espírito é como um gato pegando um rato. Esteja quieto como uma montanha; mova-se como um grande rio. Acumule jìn como se estivesse estendendo um arco, expresse jìn como atirando uma flecha. Na curva procure a reta, acumule e então emita. Lì é emitido pelas costas. Os passos seguem as mudanças do corpo. Receber é o mesmo que arremessar, arremessar é o mesmo que receber. Foi interrompido mas pode se reconectar. Ao ir para frente e para trás deve haver flexibilidade. Ao avançar e retrair deve haver mudança. Alcance a máxima suavidade e então alcance a máxima dureza. Se pode respirar, então pode ser ágil. O qì é nutrido sem prejuízo. O jìn é acumulado no círculo e então haverá um excedente. O xīn é o comandante, o qì a bandeira e a cintura o estandarte. Primeiro procure a expansão depois o recolhimento. Então, pode-se chegar ao que é sutil, íntimo, delicado (zhěnmì 缜密). Também se diz: primeiro em xīn depois no corpo. O abdômen está relaxado, o qì entra nos ossos. O espírito está confortável, o corpo em paz. A todo o momento mantenha isso em xīn. Lembre-se: em todo movimento não há nada que não se mova, em toda a quietude não há nada que não esteja quieto. Ao conduzir para frente e para trás, o qì adere às costas e se reúne entrando na espinha. Por dentro mantenha o espírito firme, por fora expresse calma. Dê passos como um gato andando, mova o jìn como extraindo seda. Toda a intenção do corpo está na mente, não no qì. Se estiver no qì então

estará estagnado. Se temos qì não teremos lì. Se não há qì então haverá apenas força bruta. O qì é como a roda de um carro, a cintura é como o eixo. É dito “se os outros não se movem eu não me movo. Se os outros se movem, eu me movo primeiro.” Parecendo relaxado não é relaxado, ao expandir não está expandido. Se o jìn é interrompido, o yì não está interrompido.