

AISTHESIS, CORPO E CUIDADO DE SI (*SELF-CULTIVATION*) NO JAPÃO: PERSPECTIVAS TERAPÊUTICAS TRANSCULTURAIS¹

*Regina Yoshie Matsue*²

*Rafael Shoji*³

Resumo: O artigo versa sobre conceito de *self-cultivation* baseado em uma *aisthesis* da tradição japonesa, mas que é permeado e dialoga com outras concepções. Tal conceito é inerente às variadas práticas artísticas, marciais e de cura no Japão, envolvendo um engajamento artístico e corporal a partir de uma tradição criativa que lhe é própria. Nesta perspectiva, corpo e mente/espírito são partes inseparáveis que atuam em uma unidade dinâmica. A prática disciplinada é uma forma de treinar o espírito através do corpo e atuam a partir do e no corpóreo, visando alcançar o abstrato. De tal modo que as fases do aprendizado, o caráter não transmissível do gesto, a atividade espontânea é fruto de um exercício metódico. Nesse sentido, ao introduzir o conceito de *self-cultivation* para o público brasileiro, é fundamental reconhecer a singularidade da perspectiva japonesa sobre o *self*, que se distingue marcadamente das concepções europeias, especialmente em sua natureza relacional e interdependente. Entretanto, à medida que o mundo se torna cada vez mais interconectado, surge a possibilidade de um novo conceito de *self-cultivation*,

¹ Como citar: MATSUE, Regina Yoshie; SHOJI, Rafael. Aisthesis, Corpo e Cuidado de Si (self-cultivation) no Japão: perspectivas terapêuticas transculturais. *Debates do NER*, Porto Alegre, ano 24, n. 45, e141465, 2024.

² Doutora em Relações Internacionais pela Universidade de Tsukuba, Japão, covalidado como Doutorado em Antropologia Social da Universidade de Brasília, Brasil. É professora Adjunta do Departamento de Medicina Preventiva da Universidade Federal de São Paulo, Brasil. E-mail: rymatsue08@unifesp.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5552-7051>.

³ Doutor em Ciência da Religião na Universidade Leibniz Hannover, Alemanha. É pesquisador associado do Centro de Estudo de Religiões Alternativas da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo e professor de pós-graduação na área de computação na Faculdade de Informática e Administração Paulista, Brasil. E-mail: rafael@evaltec.com.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1708-7758>.

marcado por uma combinação entre abordagens individuais e coletivas, em uma espécie de prática transcultural.

Palavras-chave: *Self-cultivation*; pensamento japonês; corpo; *aisthesis*.

AISTHESIS, BODY AND SELF-CULTIVATION IN JAPAN: TRANSCULTURAL THERAPEUTIC PERSPECTIVES

Abstract: The article deals with self-cultivation, based on an *aisthesis* from the Japanese tradition, which is permeated by dialogues with other conceptions. This concept is inherent to Japan's various artistic, martial, and healing practices, involving an artistic and bodily engagement based on a creative tradition. From this perspective, body and mind/spirit are inseparable parts that act in a dynamic unity. Disciplined practice is training the spirit through the body and acting from and in the body, aiming to reach the abstract. In such a way, the stages of learning, the non-transferable nature of the gesture, and the spontaneous activity are the fruits of an organized exercise. In this sense, when introducing the concept of self-cultivation to the Brazilian public, it is essential to recognize the uniqueness of the Japanese perspective on the self, which differs markedly from European conceptions, especially in its relational and interdependent nature. However, as the world becomes increasingly interconnected, a new concept of self-cultivation is possible, marked by combining individual and collective approaches in a cross-cultural practice.

Keywords: Self-cultivation; Japanese thought; body; *aesthesis*

INTRODUÇÃO

Este trabalho busca refletir sobre o conceito de *self-cultivation*, inerente às tradições religiosas e de cura no Japão. Com esse propósito, é necessário considerar a abrangência deste conceito que deriva de cânones e concepções pré-modernos que englobam arte e religiosidade oriundos da China e do próprio Japão. Nestes contextos, a arte não é vista meramente como a produção de artefatos, mas sobretudo, como um arranjo dinâmico entre

forças energéticas e espirituais incorporadas que se manifestam em movimentos singelos ou dramáticos e/ou formas materiais (Ichikawa, 1991). Neste sentido, o termo se refere a uma estética, mas não no sentido moderno que se limita à beleza do artefato na esfera da arte (Bell, 2005), mas sim em analogia com uma noção mais antiga e abrangente, similar à *aisthesis* em Aristóteles. Uma vez que o termo se refere também às experiências corporais e sensoriais e conhecimento sensível do mundo para além da dualidade corpo e mente (Meyer, 2006).

Todavia, a forma de engajamento artístico e corporal no Japão atua a partir de uma tradição criativa que lhe é própria. O termo para artes tradicionais no Japão *geido* (*gei* – arte, *do* – caminho) tem origem no pensamento chinês e implica uma via, um caminho (*michi* em japonês ou *tao* em chinês). No entanto, o conceito de *tao* é indefinível, por ter múltiplos aspectos e, principalmente por ter um caráter mais prático, uma vez que o sistema intelectual e teórico chinês é baseado em um método mais prático do que conceitual ou discursivo (Yuasa, 2008).

Assim, em termos gerais, o *tao* foi incorporado ao pensamento japonês como algo que permeia a mudança e transformação de todos os seres, dando ideia de um caminho e um processo. O *do* é caminho ou via que conduz à iluminação espiritual através da arte. “Cada estágio do caminho corresponde a um determinado estado espiritual, e, em cada estágio, o artista tenta entrar em comunhão com a quintessência da arte através do estado espiritual correspondente, e florescer ele mesmo na arte” (Pilgrim, 1977, p. 286). Tal conceito, como veremos adiante, é ubíquo em diversas práticas de cura no Japão, sejam elas, tradicionais ou modernas. E é exatamente esta característica de ubiquidade que aponta para a relevância do conceito para o entendimento do processo de cura em suas diferentes manifestações corpóreas e artísticas.

O próprio conceito de arte como via foi também enunciado pela Escola de Quioto no século XX. Em torno de Nishida Kitaro (1870-1945), fundador da Escola, criou-se um círculo de filósofos que se dedicaram a absorver as bases da filosofia ocidental para expressá-la nos termos do pensamento

japonês, e esse processo de comparação permitiu o desenvolvimento de um pensamento novo. Tal ambiente estimulou o diálogo e o confronto de ideias da tradição intelectual japonesa com outras tradições filosóficas, principalmente, a de base europeia (Carvalho, 2019). Ao mesmo tempo, houve um movimento de tradução e divulgação do pensamento e arte zen no mundo a partir de Susuki Daisetsu Teitaro (1870-1966). Mais recentemente, as obras do filósofo Yuasa Yasuo (1925-2005) que apresentam a unidade de corpo e mente e a noção *self-cultivation*, em diálogo com o pensamento “ocidental”, foram traduzidas para o inglês. Todo este movimento expressa um diálogo por analogia entre concepções diferentes, mas que ajudam a criar aquilo que denominamos de “pensamento japonês” (Yuasa, 1993).

Neste contexto, corpo e mente/espírito são partes inseparáveis que atuam em uma unidade dinâmica (Ichikawa, 1991; Yuasa, 1993; Nishida, 2012). A prática disciplinada é uma forma de treinar o espírito através do corpo. As técnicas e práticas atuam a partir do e no corpóreo, mas visam alcançar o abstrato. De tal modo que as fases do aprendizado, o caráter não transmissível do gesto, a atividade espontânea é fruto de um exercício metódico. Todavia, tais ações e técnicas corporais objetivas, buscam alcançar estados e ações intuitivas que transcendem a realidade cotidiana. Este conjunto de noções tangenciam, de maneira análoga, a noção de engajamento visceral do corpo, por meio dos sentidos, com o mundo (Meyer, 2006).

Este ensaio é inspirado no conceito da arte como via; um caminho que deve ser percorrido, mas que, sobretudo, conecta espaços e permeia as diversas práticas artísticas e de cura no Japão ao longo do tempo. Assim sendo, apontamos como o conceito de *self-cultivation* foi constantemente reinventado, no sentido Wagneriano (Goldman, 2010), na tradição religiosa e filosófica japonesa, em diálogo com o conceito de aisthesis, a antropologia do corpo e outras perspectivas teóricas transculturais.

VARIAÇÕES DO *SELF*

Ao introduzir o conceito de *self-cultivation* para o público brasileiro, é fundamental reconhecer a singularidade da perspectiva japonesa sobre o *self*, que se distingue marcadamente das concepções europeias, especialmente em sua natureza relacional e interdependente. Essa visão é profundamente enraizada nas tradições confucionistas, budistas e taoístas, que oferecem ricas camadas de interpretação sobre a formação e a expressão do *self*. No confucionismo, o *self* é concebido dentro de um complexo sistema de relações sociais e morais, enfatizando a importância da harmonia e do dever para com a família e a sociedade. Já o budismo, inicialmente explora o *self* como uma ilusão a ser transcendida, direcionando o indivíduo para a compreensão da impermanência e do não-eu (*anatta*), como caminho para a iluminação; posteriormente escolas do grande veículo (*Mahayana*) defenderam a perspectiva de que uma natureza búdica é algo que todos os seres possuem. O taoísmo, por sua vez, promove a ideia de um *self* em constante fluxo e harmonia com o *Tao*, o caminho natural do universo, sugerindo uma interdependência fundamental entre o indivíduo e o mundo natural.

Em contraste com essas visões, a psicologia junguiana oferece um modelo de individuação do *self*, um processo de integração psicológica que abrange tanto os elementos conscientes quanto os inconscientes da personalidade. Jung enfatiza a importância da sombra, aquelas partes de nós mesmos que são rejeitadas ou desconhecidas, mas que devem ser confrontadas e integradas para alcançar uma plenitude do *self* (Jung, 1938). Heisig (1999), por sua vez, nos apresenta um resumo da psicologia junguiana em perspectiva intercultural e interreligiosa. A diferenciação entre verdadeiro *self* e falso *self*, proposta por D.W. Winnicott, também oferece outra perspectiva valiosa para este diálogo intercultural. Enquanto o verdadeiro *self* representa a expressão autêntica do indivíduo, em harmonia com suas verdadeiras necessidades e desejos, o falso *self* surge como uma fachada criada para atender às expectativas externas, um mecanismo de defesa contra a desaprovação ou negligência (Winnicott, 1960).

Aqui gostaríamos de sugerir que esses conceitos têm ressonância e refletem a transformação das práticas de *self-cultivation* desde o século XX no Japão, de algo mais tradicionalmente confucionista ou budista para um impacto crescente das buscas de individualização e busca da sombra em seu aspecto estético e pessoal. O conceito da sombra pode ser particularmente útil ao abordar práticas artísticas como o *Butô*, que explora expressões corporais profundamente conectadas com aspectos sombrios e reprimidos do ser. Ao comparar estas concepções do *self*, torna-se evidente que, enquanto a tradição do leste asiático enfatiza a interconexão e a fluidez do *self* em relação ao coletivo e ao natural, a psicologia ocidental, especialmente na vertente junguiana, foca na jornada interna de individuação e integração dos diversos aspectos do *self*, incluindo aqueles reprimidos ou ignorados. Esta intersecção de ideias sobre o *self* entre o leste asiático e outros países de base europeia oferece um rico terreno para explorar as dimensões mais profundas do *self-cultivation*, especialmente em contextos de práticas artísticas e de cura no Japão.

O CAMINHO DA PRÁTICA E SUAS NUANCES CURATIVAS E CRIATIVAS

A filosofia chinesa, ao invés de uma lógica sistemática desenvolvida pela filosofia moderna de base europeia, desenvolveu um sistema intelectual e teórico a partir de um método prático e não conceitual. Tal método presente no budismo, taoísmo e no confucionismo enfatiza a experiência prática e a ética do auto cultivo; um aprimoramento da mente e do *self* a partir dos treinos disciplinados, artes e meditação (Hwang e Chang, 2009). No Japão, o conceito *self-cultivation* constitui-se a partir de uma síntese ou amálgama entre estas três concepções filosóficas e o xintoísmo. O *shintô*, que é considerada uma religião autóctone, também sugere um caminho a ser seguido; a via dos deuses. Tal caminho considera a natureza, além do imperador mitológico, como as principais deidades dotadas de poder

divino; montanhas, rios, árvores, rochas, dentre outros, são comumente consideradas sagradas. Nesta perspectiva, as práticas xintoístas referem-se majoritariamente aos rituais de purificação junto à natureza ou santuários. Longas caminhadas em montanhas íngremes e banhos de cachoeira gélidas no inverno seriam formas de treinar o espírito na busca de emancipação de apegos mundanos. Além disso, é muito comum as pessoas visitarem os templos xintoístas para rituais de purificação (*Oharari*) para expelir agouros ou maus espíritos. A purificação corporal de uma pessoa implica, ao mesmo tempo, na purificação do corpo, da mente e do ambiente, uma vez que as três dimensões são concebidas como uma só (Nakao e Ohara, 2014).

A inseparabilidade entre corpo e mente é também a premissa básica do budismo, mas a sinergia entre os dois depende de um treinamento assíduo e disciplinado, ao longo do tempo, através da meditação, artes em geral (marciais, cerimônia do chá, caminho das flores, dentre outros) e/ou engajamento em atividades ou serviços cotidianos nos templos. Nesta concepção, o espírito é treinado a partir do corpo, ou seja, a mente funciona através dos órgãos do sentido. “O corpo é a árvore da sabedoria búdica, a mente é semelhante a um espelho brilhante. Trata de limpá-la constantemente. Não deixe que sobre ela se acumule a poeira” (Gonçalves, 1999, p. 151). Logo, a arte como via não se refere a mera aplicação de um método ou técnica que foram dominados, pois a naturalidade e espontaneidade com as quais se executa uma arte, requer um saber fazer e um conhecimento que envolve a mente e o corpo como um todo (Bouso, 2018). Neste movimento, o artista revela uma qualidade de ação intuitiva e espiritual a partir da plenitude da prática que está além do corpo e da mente, aludindo “ao esquecimento do eu” no estado de “não mente”.

Em consonância com esta perspectiva, o conceito de *ki* (*chi* em chinês), derivado do taoísmo, é crucial para entendermos o conceito de movimento, uma vez que representa a energia que circula no corpo e está presente em todo o universo (Nakao e Ohara, 2014). A respiração, o ritmo, a postura e os treinos em geral buscam propiciar a livre circulação desta energia em sintonia com o ritmo da vida e do universo. Uma genuína demonstração

artística ou uma obra de arte devem revelar também a manifestação do *ki* artista. O ideograma, por exemplo, na arte da caligrafia japonesa, não é somente um sistema puramente visual, ele dá ênfase ao sentido ao evocar a memória dos movimentos musculares envolvidos no ato de escrever; neles os gestos originais permanecem, seja em sua forma original ou como ecos desta forma (Campos, 1994). Ademais, o conceito de *ki* refere-se também a noções e expressões cotidianas de saúde e doença. Quando o fluxo do *ki* é obstruído, em alguma parte do corpo, o indivíduo perde a força vital e o vigor, causando-lhe desequilíbrios e problemas de saúde.

O confucionismo, por sua vez, marcou o pensamento japonês com a ética da piedade filial, segundo a qual a devoção dos pais no cuidado dos filhos deve ser retribuída. Tal ética assinala o caráter devocional, ações de respeito e cuidado para com os mais velhos, no culto aos ancestrais e das divindades em questão (Bellah, 1985). A relação de respeito hierárquico estende-se por todos os setores da sociedade, na qual o indivíduo é concebido como interdependente; um *self* relacional que está em constante negociação entre os limites do *self* e suas obrigações sociais (King, 2000; Hwang e Chang, 2009). Nesta perspectiva, o foco consiste em ajustar as aspirações individuais em consonância com as circunstâncias vividas.

Estes conceitos consistem nos princípios básicos das práticas de *self-cultivation* que foram incorporados desde a pré-modernidade e reinventados ao longo do tempo. Assim, no contexto filosófico e religioso japonês, há uma considerável heterogeneidade de tradições e influências que se fundem, criando e modelando o que Bellah (1985) denomina de "entidade religiosa japonesa" – conta com elementos comuns compartilhados pelos diversos grupos e tradições religiosas em um processo de amálgama ou síntese entre eles. Assim, a invenção do pensamento japonês preservou e reinventou noções e práticas da tradição pré-moderna chinesa com concepções nativas em um processo criativo contínuo. Portanto, o caminho da arte mostra-se mimético, em metamorfose contínua. Atua na construção do sujeito no sentido ético e estético, caracterizado por uma ideia tradicional de educação ou formação, uma vez que o objetivo da arte-via consiste no aperfeiçoamento moral da

personalidade (Bouso, 2018). Hardacre (1986), ao teorizar sobre os diversos grupos das novas religiões japonesas que surgiram a partir do final do séc. XIX e ao longo do séc. XX, aponta também para o ethos de *self-cultivation* como comum a todos. Isso se deve ao fato de que todos requerem práticas, que necessitam de disciplina, devoção e dedicação às atividades do grupo e ao líder, como uma via para o indivíduo alcançar os benefícios desejados.

Nesse contexto japonês, a prática do *self-cultivation* é profundamente entrelaçada com a religiosidade, manifestando-se não apenas como uma jornada espiritual individual, mas também como um veículo para a cura e o bem-estar físico. Essa integração não é coincidência, mas reflete uma visão holística do ser humano, em que corpo, mente e espírito são considerados elementos inseparáveis na busca por harmonia e equilíbrio. Diversas práticas religiosas no Japão, desde tradicionais até algumas contemporâneas, incorporam o *self-cultivation* como parte essencial de seu funcionamento. Tais práticas não são vistas apenas como um meio de atingir a iluminação ou transcendência espiritual, mas também como métodos curativos, que atuam no indivíduo de maneira integral, promovendo saúde física, mental e espiritual.

O cruzamento entre religiosidade, arte e saúde no Japão evidencia uma compreensão de que o processo de *self-cultivation* vai além da dimensão espiritual, abrangendo também a saúde e o bem-estar. Nesse sentido, práticas artísticas tradicionais, como a cerimônia do chá, a caligrafia e o *Butô*, transcendem a sua natureza estética para se tornarem métodos de *self-cultivation* com potenciais terapêuticos. Estas práticas, profundamente enraizadas em conceitos religiosos e filosóficos, funcionam como pontes entre o visível e o invisível, o material e o espiritual, promovendo uma cura que é simultaneamente pessoal e coletiva. Assim, a arte, na tradição japonesa, não é apenas uma forma de expressão ou contemplação estética, mas um meio poderoso de transformação e cura, refletindo a indissociável ligação entre *self-cultivation*, religiosidade e saúde.

EXPERIÊNCIA, CORPORALIDADE E ENGAJAMENTO SENSORIAL

A revolução Meiji, ocorrida no Japão no final do século XIX, marcou um período de intensa modernização e ocidentalização, impactando profundamente as tradições culturais e religiosas do país. Neste processo, houve um esforço significativo para separar e distinguir as práticas e crenças xintoístas das budistas, duas vertentes religiosas historicamente entrelaçadas na vida e na cultura japonesas. Essa separação forçada teve consequências na maneira como as tradições eram vivenciadas e praticadas, provocando a perda de algumas práticas locais e modificando o panorama religioso do Japão. Contudo, apesar dessas mudanças estruturais, a relação intrínseca entre arte e religião, especialmente no que tange às práticas de *self-cultivation* e de cura, manteve-se resiliente, adaptando-se aos novos contextos sem perder sua base.

Por outro lado, o protestantismo, com suas origens e desenvolvimento no Ocidente, apresenta uma relação complexa com a arte, influenciada pela tensão entre a representação teológica e a preocupação com a idolatria. Essa abordagem contrasta com a experiência japonesa, na qual, mesmo diante das transformações sociais e políticas advindas da modernização, a arte e a religiosidade continuaram a coexistir harmoniosamente nas práticas cotidianas de *self-cultivation* e cura. Ao invés de depreciar os aspectos religiosos, mágicos, sensoriais, ritualísticos e extáticos em favor de um enfoque exclusivo no conteúdo e significado, como sugere a análise de Weber sobre o protestantismo (Meyer, 2006), a sociedade japonesa soube preservar e integrar esses elementos à sua visão de mundo. Assim, a modernização no Japão não significou a marginalização da dimensão espiritual da arte, mas sim uma reafirmação de sua importância como meio de expressão e conexão com o divino.

Neste ponto, é interessante considerar a analogia entre o pensamento japonês e a proposta de alguns teóricos contemporâneos que já apontavam para abordagens mais abrangentes sobre corpo e mente para além de qualquer dualismo. Nesta perspectiva, Meyer (2019), na área da antropologia,

utiliza o conceito de “forma sensorial”, como modos autorizados de organizar e invocar acesso ao transcendental, às crenças e aos símbolos. A forma sensorial comanda o engajamento dos seres humanos entre si e o divino, gerando sensibilidades específicas. A partir desse entendimento, a arte e a religião têm em comum a mobilização de sensações e experiências que se localizam no corpo.

Para o pensamento japonês, a matéria e os seres estão sempre em fluxo, não havendo estado corporal permanente. Tanto no treino e prática artística como na meditação, o praticante está presente – corporalmente consciente do e no fluxo. O corpo tem, então, um sentido metafísico, não sendo um mero objeto biológico, mas um ser-no-mundo, tanto ativo como passivo. Tal ideia reflete a noção de Merleau-Ponty (1999) de que o corpo não é um simples objeto, mas, sim, a condição da experiência humana. Nesta acepção, o conhecimento está fora do alcance do pensamento discursivo e só pode ser apreendido através da experiência do auto cultivo (Ozawa-de Silva, 2002; Yuasa, 2008; Bouso, 2018). O artista ou praticante não é uma entidade que preexiste ao ato final, ele está presente na criação, experienciando, intuindo e transformando o mundo. Acontece um processo cocriador entre o artista e a obra, em que se formam mutuamente; um é o reflexo do outro. Assim, em aproximação com a ideia de Annemarie Mol (2002), o corpo não existe em si mesmo; ele é criado ou performado a partir de envoltórios múltiplos e co-criadores na prática cotidiana.

Segundo seu paradigma da corporeidade, Csordas (2008) também sinaliza que o corpo não existe *a priori*, mas é definido pela experiência perceptiva e pelo modo como engaja-se no mundo. A corporeidade é pensada como a base existencial da cultura, e, ao mesmo tempo, sujeito da cultura, pois produz significados particulares. Para o autor, o corpo não é um fato bruto da natureza, mas é um processo construído a partir da experiência e do sensorio em dado momento histórico e sociocultural. O corpo cria as coisas, mas também é criado por elas, em consonância com o pensamento japonês. No livro “Corpo, significado e cura”, Csordas (2008) utiliza algumas analogias sobre a cura ritual no Japão e nos Estados Unidos para ilustrar

seus argumentos. Primeiramente, menciona a terapia *Naikan* japonesa, considerada uma psicoterapia secular, cuja retórica invoca diretamente práticas de *self-cultivation*.

No processo de *self-cultivation*, o eu emerge a partir do fluxo da experiência. Isso não significa que esse eu realize ações conscientes de trabalho objetivo, mas sim que as ações da intuição criam o eu que atua livremente. Tal intuição ativa, realizada assiduamente, leva ao aperfeiçoamento e à totalidade da pessoa, de “corpo e alma”; o artista deve dominar a técnica, mas sem controlar o curso da ação, expressando, por meio da sua arte, sua própria experiência de mundo (Bouso, 2018). Neste processo, mente, corpo, ser e não-ser são indistinguíveis, escapando da noção monolítica do si mesmo. O caminho da arte leva à purificação da entidade mente-corpo, livre da vontade do ego e dos apegos, aspirando o despertar da consciência. A meditação, na tradição budista, busca a renúncia e superação de processos psicológicos individuais para que a “verdadeira experiência” do vazio ou *nonself* possa emergir. Em contrapartida, os processos psicológicos centrados no *self* significam a perpetuação da mente falsa.

Tal perspectiva reconhece uma subjetividade não limitada ao sujeito, mas que está sempre em relação com o mundo e os outros. Vários pensadores japoneses modernos e pré-modernos, desde Dogen (fundador do Zen Budismo) até Nishida (principal representante da Escola de Quioto), conceberam uma noção dinâmica de indivíduo a partir de um mundo relacional (Shaner, Nagatomo e Yuasa, 1989) – não houve o desenvolvimento de um *self* centrado no eu, mas de uma noção de pessoa em constante negociação e permuta entre o *self* e a sociedade (Rosenberg, 1992; King, 2000).

Dentro do contexto linguístico e filosófico japonês, a palavra *self* isoladamente tem uma presença menos destacada quando comparada à sua concepção no pensamento cartesiano, em que o “eu” ou a mente são vistos como entidades distintas e separadas do mundo exterior. Essa diferença reflete uma abordagem fundamentalmente distinta na compreensão da identidade e da existência humana. No Japão, a ênfase recai sobre o *self* em sua dimensão relacional e interdependente, uma visão que permeia

não apenas as práticas cotidianas, mas também os discursos teóricos e filosóficos. Tetsuro Watsuji, um importante filósofo japonês, exemplifica essa abordagem ao fundamentar sua ética na noção de *ningen* (humano), que encapsula a relacionalidade intrínseca do ser humano. Para Watsuji, *ningen* não denota simplesmente o indivíduo, mas enfatiza a interconexão entre o *self* e os outros, entre o individual e o social, numa teia de relações que define a existência humana (Watsuji, 1996).

Essa concepção relacional do *self* é um aspecto crucial do pensamento japonês e se reflete na prática do *self-cultivation*, que é amplamente reconhecida e valorizada em diversos âmbitos da sociedade japonesa. Diferente de uma noção de autoaperfeiçoamento centrada no indivíduo, o *self-cultivation* japonês destaca a importância da harmonia e do equilíbrio nas relações humanas, com o mundo natural e com o universo espiritual. Assim, a prática do *self-cultivation* transcende a busca por um desenvolvimento individual isolado, apontando para uma jornada contínua de aprendizado e crescimento em conexão com o todo maior. Esta perspectiva é fundamental para a compreensão da ética, da estética e das práticas espirituais no Japão, moldando uma visão de mundo em que o *self* é sempre parte de um tecido relacional mais amplo, em constante diálogo e interação com o ambiente que o circunda.

Por outro lado, palavras como *honne* (sentimentos pessoais) e *tatema* (que se refere aos papéis sociais) são expressões usadas para descrever o contraste entre os sentimentos internos ao indivíduo e as expectativas e obrigações sociais. O indivíduo deve saber fazer distinções (*kejime*) e transitar com discernimento entre estas duas esferas; mudando de referencial nas relações sociais em um continuum entre o público e o privado (Rosenberg, 1992; Greiner, 2015). Nesta concepção holística, o *self* é percebido como uma singularidade complexa na qual não há o reconhecimento de uma condição psicológica individualizada. A estrutura das relações sociais é caracterizada por obrigações e deveres que servem para situar o indivíduo nesta dinâmica permuta entre o mundo interpessoal e as relações sociais. A

seguir, iremos focar nas implicações destes princípios sobre a concepção de saúde e doença no Japão e nos processos de cura.

Entretanto, vale ressaltar que neste contexto de profunda inter-relação entre o *self* e o social, emerge um aspecto potencialmente negativo relacionado ao excesso de normatividade, que pode ser percebido quando a disciplina e as obrigações sociais limitam a expressão individual e a liberdade. Tanto as críticas à coletividade em Jung (Heisig, 1999, p. 89), como derivações do conceito freudiano de superego, alertam, por exemplo, para os riscos do excesso de normatividade. Um exemplo emblemático desta dinâmica pode ser encontrado nas artes marciais japonesas e na prática dos katas – sequências formais de movimentos que são rigorosamente codificadas. Embora os katas sejam essenciais para o aprendizado e a preservação das técnicas marciais, refletindo o respeito pelas tradições e pelos mestres, eles também podem ser vistos como um símbolo da rigidez e do controle excessivo. Nessa prática, a ênfase na repetição precisa e na adesão estrita à forma pode, em certos contextos, restringir a criatividade e a expressão pessoal dos praticantes. Essa tensão entre a disciplina e a liberdade ilustra um desafio maior dentro da sociedade japonesa, em que o equilíbrio entre honrar as tradições e permitir o espaço para a individualidade continua a ser um tema de debate e reflexão.

ENTIDADE CORPO-MENTE E PROCESSOS TERAPÊUTICOS

O abandono do *self*, que em sua forma mais pura poderíamos considerar como a importância do *nonsel*, paradoxalmente, é um elemento marcante do *self-cultivation* em seu estado tradicional. A centralidade do *nonsel* reflete na percepção sobre a origem e a causa de doenças, e, sobretudo, nos processos terapêuticos próprios da sociedade japonesa. Neste contexto, a concepção de problemas de ordem psicológica, como conhecemos alhures, é inexistente. Uma vez que a entidade corpo-mente é desprovida de uma categoria psicológica ou um *self* autônomo, os problemas de ordem “mental”

são concebidos como sendo uma disfunção do corpo como uma única entidade. Nesta acepção, o sistema nervoso é algo puramente fisiológico sem fatores mentais ou psicológicos. De tal forma que, no Japão, diferentemente das concepções freudiana ou de outras formas de psicoterapias baseadas no *self*, não há referência à influência de fatores psicológicos, emocionais ou do inconsciente como causa de problemas de saúde mental (Ozawa, 1996; Ozawa-de Silva, 2002).

Ademais, há uma questão moral envolvida nos assuntos sobre saúde “mental” na sociedade japonesa. O reconhecimento de problemas pessoais da ordem do *self* é sinal de fraqueza de caráter (Kitanaka, 2015). Moralmente, a capacidade do indivíduo em persistir e suportar situações difíceis é valorizada. Da mesma forma, a valorização individual de problemas pessoais é sinal de egoísmo, pois ao colocar suas questões pessoais em primeiro lugar, o indivíduo rompe com a harmonia e a dinâmica das relações sociais. Neste contexto, é inconcebível que uma pessoa admita e verbalize socialmente suas percepções e questões internas (*honno*). De tal modo, a psicanálise não encontrou terreno fértil para atuar no Japão, sendo que questões de saúde mental são interpretadas à luz de teorias, princípios e formas terapêuticas nativas variadas (Ozawa, 1996).

Durante o decorrer do século XX, o Japão presenciou o surgimento e criação de vários movimentos e formas terapêuticas originais que dialogavam com teorias e práticas de origem europeia. Na busca de uma aproximação com a psicoterapia freudiana, o psicanalista Doi Takeo criou uma teoria originária no contexto japonês, denominada “teoria da dependência” ou *amae*. Tal termo deriva do verbo *amaeru* que significa depender ou presumir o amor do outro ou desfrutar da indulgência do outro (Doi, 1973; 2011; 2024). O autor aponta que é na relação primordial entre a criança e a mãe que o sentimento nasce – quando a criança começa a tomar consciência de seu entorno e buscar a mãe. *Amae* indica um estado de contentamento quando a necessidade de amor e atenção é correspondida pelo outro, mas somente experienciados e apreciados, não expressos de forma verbal. Tal sentimento pode ser estendido para todas as relações interpessoais, seja

entre amigos, cônjuges, familiares, entre discípulo e mestre, nas relações de trabalho, dentre outras. As questões ou distúrbios surgem quando as expectativas do indivíduo, em suas relações interpessoais, são frustradas. Nesta concepção, a ênfase é colocada na expectativa e na necessidade da reciprocidade em relação ao outro e não no mundo interno do indivíduo.

Esse impacto da psicologia européia pode, nesse aspecto, ser entendido como um fator importante de influência intercultural. No Japão, a busca pelo *self-cultivation* sempre esteve presente, mas as práticas tradicionais tendiam a um conservadorismo e tradicionalismo, apesar da relativa "imprevisibilidade" do contato com o mundo espiritual. Essas práticas, embora ricas em história e significado, muitas vezes se concentravam mais em manter a ordem e a continuidade cultural do que em explorar a individualidade e a criatividade do praticante. A espontaneidade, a criatividade e a originalidade, critérios valorizados por D.W. Winnicott para a expressão do verdadeiro *self* (Winnicott, 1960), e que encontram alguma ressonância nas práticas do Zen Budismo e nas artes contemporâneas, eram, por vezes, menos enfatizadas nas disciplinas tradicionais de *self-cultivation*.

A ênfase na conformidade e na observância de padrões estabelecidos contrasta por exemplo, com a perspectiva junguiana de individuação, que encoraja a descoberta de um caminho único para cada indivíduo, ainda que entrelaçado com elementos de significação coletiva. O processo de individuação, segundo Carl Jung, envolve a integração dos aspectos conscientes e inconscientes do *self*, promovendo um desenvolvimento pessoal profundo e a realização do potencial único de cada pessoa. Nas práticas tradicionais japonesas de *self-cultivation*, essa busca pela individuação era frequentemente subordinada a uma ênfase maior na harmonia social (*wa*) e na adaptação ao coletivo, o que pode limitar as possibilidades de transformação interna e de crítica social.

Entretanto, esse cenário começa a mudar com o surgimento de novas disciplinas de *self-cultivation* que incorporam influências externas, particularmente da psicologia e dos movimentos de arte contemporânea. A teoria da dependência de Doi Takeo apresentada, mostra uma interpretação

psicanalítica única dentro do contexto japonês, enfatizando a importância das relações interpessoais na formação do self (Doi, 1973; 2011). Similarmente, Kawai Hayao, um junguiano que refletiu profundamente sobre o *self-cultivation*, traz uma perspectiva que valoriza a individualidade e a transformação pessoal, dialogando com a psicologia analítica de Jung e abrindo espaço para uma crítica às normas sociais estabelecidas (Kawai, 1996). Um exemplo emblemático dessa mudança é o *Butô*, uma forma de dança contemporânea que se originou no Japão como uma resposta crítica às tradições estabelecidas e à sociedade pós-guerra. O *Butô* destaca-se por sua expressão marginal e crítica, explorando temas sombrios e aspectos reprimidos do self, muitas vezes representados por corpos contorcidos e movimentos que expressam uma realidade interna fraturada. Essa prática artística incorpora elementos de *self-cultivation* em diálogo com a dança contemporânea, oferecendo um contraponto à rigidez e uniformidade das artes marciais tradicionais, cujos katas, realizados em uniformes brancos e hierarquias de faixas coloridas, simbolizam uma busca pela perfeição técnica e pela conformidade.

A contraposição entre o *Butô* e as artes marciais ilustra vividamente a tensão entre dois ideais corporais: um que valoriza a expansão e a uniformidade, representando a adesão a normas coletivas, e outro que abraça a sombra e a particularidade, refletindo uma busca por autenticidade e expressão individual. O *Butô*, com sua ênfase na exploração da sombra e na expressão autêntica do self, serve como um símbolo poderoso da potencialidade da transformação interna e da crítica social dentro do contexto japonês de *self-cultivation*.

Embora o *Butô* seja uma forma de expressão artística moderna, que surgiu no Japão no século XX, suas raízes e princípios podem ser rastreados em aspectos da cultura e das práticas espirituais japonesas que também enfatizam a expressão da sombra e a importância da introspecção e da transformação pessoal. Duas dessas práticas, especialmente no que diz respeito à expressão da sombra no contexto do *self-cultivation*, é o *Noh* e o *Kabuki*, apesar das críticas de que essas formas de dança tinham se transformado em algo elitista e opressivo (Klein, 1988).

O *Noh* é uma forma tradicional japonesa de teatro musical dramático que data do século XIV. Assim como o *Butô*, o *Noh* explora temas profundos e frequentemente sombrios, como o sofrimento, a obsessão, a vingança e a transcendência, através de uma performance que combina música, dança e poesia. As máscaras usadas pelos atores de *Noh* representam uma variedade de personagens, incluindo fantasmas, espíritos e divindades, permitindo a expressão de emoções e estados internos que transcendem a experiência humana cotidiana. Esta característica reflete a aceitação e a integração da sombra, à medida que os atores e a audiência confrontam e exploram conjuntamente aspectos da existência que são muitas vezes evitados ou reprimidos. Além disso, o conceito de *yugen* (a beleza do invisível), frequentemente associado ao teatro *Noh*, ressoa com os princípios do *Butô* na sua apreciação da beleza que é sutil e profundamente evocativa, sugerindo uma realidade que vai além do que é visível superficialmente. *Yugen* enfatiza a profundidade, o mistério e a beleza melancólica, valores que incentivam a reflexão sobre a complexidade da vida e a aceitação da impermanência e da dor como aspectos intrínsecos da experiência humana.

Sem negar essa intuição, por outro lado, o *Butô* reflete o Japão da década de 1950 (Klein, 1988; Bonarjee, 2023), tendo sido fundado por Tatsumi Hijikata e Kazuo Ohno como uma reação visceral ao pós-guerra e à modernização acelerada da sociedade japonesa. Essa prática artística nasceu do desejo de expressar o indizível, de explorar as profundezas da condição humana e de confrontar as sombras deixadas pela Segunda Guerra Mundial e pelo bombardeio atômico de Hiroshima e Nagasaki. O *Butô* propõe uma linguagem corporal que se afasta dos padrões estéticos tradicionais, abraçando a deformidade, o grotesco e o sublime, em uma explícita aceitação da sombra humana. Esta forma de dança não só reflete a devastação física e espiritual da era nuclear, mas também serve como um meio de introspecção e catarse, permitindo aos performers e ao público enfrentar e integrar traumas coletivos e pessoais.

Além de seu contexto histórico, o *Butô* se destaca por sua capacidade de abordar questões de marginalização e aceitação das minorias. Através de sua

estética única e da ênfase na expressão individual autêntica, o *Butô* desafia as normas sociais e celebra a diversidade da experiência humana, incluindo a deficiência, as questões de gênero e a sexualidade. Ao fazer isso, oferece um espaço para vozes marginalizadas serem ouvidas e vistas, enfatizando a importância da aceitação e do reconhecimento da sombra não apenas no nível individual, mas também no coletivo. O *Butô* encoraja uma reflexão sobre a exclusão, a alienação e a opressão, promovendo um diálogo mais inclusivo e compreensivo sobre a diversidade humana. Para alguns autores, o *Butô* expressa, portanto, elementos búdicos, tais como a compaixão (Crump, 2006) e a fenomenologia da presença, com performances e reflexões críticas, mescladas com elementos do Zen Budismo (Fraleigh, 2020).

A relação do *Butô* com a aceitação da sombra se estende a uma profunda reflexão sobre a condição humana, tornando visíveis aspectos da existência frequentemente ignorados ou reprimidos. Ao abraçar temas como a morte, a transitoriedade e a transformação, o *Butô* atua como uma poderosa forma de expressão artística que transcende barreiras culturais e linguísticas, tocando em questões universais (Fraleigh, 1999). Kazuo Ohno, seu co-fundador, frequentemente explorava em suas performances a fluidez de gênero e a vulnerabilidade humana, desafiando as expectativas sociais e promovendo um espaço de liberdade expressiva. Essa abordagem do *Butô* como um meio de explorar e aceitar as sombras individuais e coletivas oferece uma perspectiva valiosa para o entendimento da arte como veículo de transformação social e pessoal, reiterando a importância da dança e do movimento na cura e no reconhecimento da pluralidade da experiência humana.

Essa evolução nas práticas de *self-cultivation* reflete uma abertura crescente para influências externas e um reconhecimento da importância da individualidade, da criatividade e da crítica social. Ao mesmo tempo, essas novas abordagens mantêm um diálogo com as tradições existentes, reimaginando e expandindo o conceito de *self-cultivation* de maneiras que valorizam tanto a harmonia social quanto a expressão autêntica do indivíduo. Essa dinâmica ilustra a capacidade da cultura japonesa de integrar e adaptar

influências externas, mantendo uma conexão vital com suas raízes e tradições, enquanto explora novas possibilidades de crescimento e expressão.

CONCLUSÕES PRELIMINARES

À medida que o mundo se torna cada vez mais interconectado, surge a possibilidade de um novo conceito de *self-cultivation*, marcado por uma combinação entre abordagens individuais e coletivas, em uma espécie de prática transcultural. Esse novo conceito poderia refletir uma síntese entre as práticas tradicionais japonesas e elementos oriundos de outros contextos, criando um paradigma híbrido que valoriza tanto a jornada interior única de cada indivíduo, quanto a sua conexão e contribuição para o coletivo. A investigação desse fenômeno poderia lançar luz sobre como as práticas contemporâneas de *self-cultivation* estão se adaptando e evoluindo em resposta às mudanças sociais e culturais globais.

A aceitação da sombra, um conceito amplamente explorado na psicologia analítica de Carl Jung, emerge como um elemento crucial na evolução do *self-cultivation*. A incorporação da sombra no processo de *self-cultivation* representa um movimento em direção à totalidade, reconhecendo que a saúde mental e espiritual não se baseia na pura positividade ou na negação das complexidades internas, mas na aceitação e integração de todas as partes do ser. Esse processo de aceitação da sombra não é apenas uma prática de autoconhecimento, mas também um ato de coragem que desafia normas sociais e pessoais. Ao confrontar e integrar a sombra, o indivíduo se abre para uma transformação profunda e que reflete positivamente na saúde mental, que transcende o dualismo simplista do bem e do mal, do desejável e do indesejável. Isso permite uma relação mais autêntica e compassiva consigo mesmo e, por extensão, com os outros. Isso pode ser estendido para o domínio social, especialmente na inclusão de indivíduos frequentemente marginalizados, como deficientes, minorias raciais, sexuais e outros grupos excluídos. Este processo de reconhecimento e integração da "sombra social"

desafia as normativas e preconceitos arraigados na sociedade, promovendo um movimento em direção a uma coletividade mais inclusiva e holística. A sombra social inclui aqueles aspectos da sociedade que são frequentemente ignorados, reprimidos ou negados.

Uma área relevante e ainda pouco clara diz respeito à aceitação e integração de práticas de *self-cultivation* que combinam elementos tradicionais japoneses com influências externas. Questiona-se até que ponto as comunidades espirituais contemporâneas no Japão estão dispostas a abraçar essas novas formas de prática que se desviam das tradições estabelecidas. Essa questão central aborda não apenas a flexibilidade e adaptabilidade das práticas espirituais japonesas, mas também o equilíbrio entre preservar elementos das tradições e incorporar abordagens terapêuticas que refletem uma compreensão mais individualizada do *self-cultivation*, mas sem recair em uma religião do *self* que é uma presa fácil de um supermercado espiritual.

Os impedimentos para essa fusão de práticas podem surgir de um espectro que vai desde a mercantilização de uma espiritualidade do *self*, com tonalidade orientalista, passando por um tradicionalismo rígido, que resistem à adaptação e à incorporação de novas ideias, até uma abordagem que promove uma religiosidade do *self* excessivamente individualizada e isolada, imune à crítica e sem vínculo com comunidades. O desafio reside em encontrar um equilíbrio entre esses polos, de modo que as práticas de *self-cultivation* possam evoluir de forma a respeitar as tradições e, ao mesmo tempo, acolher inovações que atendam às necessidades espirituais de um mundo de relação transcultural em constante mudança.

REFERÊNCIAS

BELL, Clive. *Art. s.l.:Project Gutenberg*. New York: Free Press, 2005.

BELLAH, Robert. *Tokugawa Religion*. New York: Free Press, 1985.

BONARJEE, *Dominique S. Butoh, as Heard by a Dancer*. New York: Routledge, 2023.

BOUSO, Raquel. De geido a geijitsu. O caminho da arte e a arte como caminho na Escola de Kioto. *Modernos e Contemporâneos*, Revista de Filosofia do IFCH, Campinas, v. 2, n. 3, 2018.

CAMPOS, Haroldo. *Ideograma: Lógica, poesia e linguagem*. São Paulo: Editora Universidade de São Paulo, 1994.

CARVALHO, José J. A Escola de Kyoto, a filosofia ocidental e as artes indígenas amazônicas. Triálogo para a construção de um encontro de saberes filosóficos. *Modernos e Contemporâneos*, Revista de Filosofia do IFCH, Campinas, v. 3, n. 5, 2019.

CRUMP, Juliette. T. “One Who Hears Their Cries”: The Buddhist Ethic of Compassion in Japanese Butoh. *Dance Research Journal*, v. 38, n. 1/2, p. 61–73, 2006.

CSORDAS, Thomas. *Modos somáticos de atenção. Corpo/significado/cura*. Porto Alegre: Ed. da UFRGS, 2008.

DOI, Takeo. *The anatomy of dependence: The key analysis of Japanese behavior* (J. Bester, Trans.). Tokyo: Kodansha International, 1973.

DOI, Takeo. O conceito de amae e suas implicações psicanalíticas. *Alter: revista de estudos psicanalíticos*, v. 29, n. 1, p. 129-138, 2011.

DOI, Takeo. The concept of amae and its psychoanalytic implications. *International Review of Psychoanalysis. The Journal of the Japan Psychoanalytic Society*, v. 6, p. 3-10, 2024.

FRALEIGH, Sondra. *H. Dancing into Darkness: Butoh, Zen, and Japan*. Pittsburgh, PA: University of Pittsburgh Press, 1999.

FRALEIGH, Sondra. We Are Not Solid Beings: Presence in Butoh, Buddhism and Phenomenology. *Asian Theatre Journal*, v. 37, n. 2, University of Hawaii Press, p. 464-489, 2020.

GOLDMAN, Márcio. O Fim da antropologia. *Crítica • Novos estud. CEBRAP*, v. 89, 2010.

GONÇALVES, Ricardo. *Textos Budistas e Zen Budistas*. São Paulo: Editora Cultrix, 1999.

GREINER, Christine. *Leituras do Corpo no Japão e suas diásporas cognitivas*. São Paulo: N-1 edições, 2015.

HARDACRE, Helen. *Kurozumikyo and the New Religions of Japan*. New Jersey: Princeton University Press, 1986.

HEISIG, James W. Jung, Christianity, and Buddhism. *Bulletin of the Nanzan Institute for Religion and Culture*, v. 23, 1999.

HWANG, Kwang-Kuo; CHANG Jeffrey. Self-Cultivation: culturally sensitive psychotherapies in Confucian societies. *The Counseling Psychologist*, v. 3, n. 7, 2009.

ICHIKAWA, Hiroshi. *Seishin toshite no Shintai (The Body as Spirit)*. Tokyo: Keisou Shobô. (Orig. 1975.), 1991.

JUNG, Carl. G. *Psychology and Religion. The Terry Lectures*. New Haven, CT: Yale University Press, 1938.

JUNG, Carl. *Aion: Researchers into the Phenomenology of the Self*. Collected Works of C.G. Jung, v. 9 (Part II). Princeton: Princeton University Press, 1951.

KAWAI, Hayao. *Buddhism and the Art of Psychotherapy*. College Station: Texas University Press, 1996.

KITANAKA, Junko. The Rebirth of Secrets and the New Care of the Self in Depressed Japan. *Current Anthropology*, v. 56, n. 12, p. 251-262, 2015.

KLEIN, Susan B. *Ankoku Butô: The Premodern and Postmodern Influences on the Dance of Utter Darkness*. Ithaca: East Asia Program, Cornell University, 1988.

KING, Christopher. Japanese Body and Self. Sociological Sites/Sights, *TASA 2000 Conference*, v. 6. n. 8. Adelaide: Flinder University, 2000.

- MERLEAU-PONTY, Maurice. *Fenomenologia da percepção*. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- MEYER, Birgit. *Religious sensations: Why media, aesthetics and power matter in the study of contemporary religion*. Amsterdam: Vrije Universiteit, 2006.
- MEYER, Birgit. *Como as Coisas Importam: uma abordagem material da religião*. In: MEYER, Birgit; GIUMBELLI, Emerson; RICKLI, João; TONIOL, Rodrigo. Porto Alegre: UFRGS, 2019.
- MOL, Annemarie. *The body multiple: Ontology in medical practice*. Durham: Duke University Press, 2002.
- NAKAO, Mutsuhiro; OHARA, Chisin. The perspective of psychosomatic medicine on the effect of religion on the mind-body relationship in Japan. *Journal of Religion and Health*, n. 53, p. 46–55, 2014.
- NISHIDA, Kitaro. *Place and Dialectic: Two Essays by Nishida Kitaro*. Oxford: Oxford University Press, 2012.
- OZAWA, Chikako. Japanese indigenous psychologies concepts of mental illness in light of different cultural epistemologies. *Anthropology & Medicine*, v. 3, n. 2, p. 11-21, 1996.
- OZAWA-DE SILVA, Chikako. 2002. Beyond the Body/Mind? Japanese Contemporary Thinkers on Alternative Sociologies of the Body. *Body & Society*, v.8, n. 21, 2002.
- PILGRIM, Richard B. The Artistic Way and the Religio-Aesthetic Tradition in Japan. *Philosophy East and West*. v. 27, n. 3, p. 285-305, 1977.
- ROSENBERG, Nancy R. *Japanese Sense of Self*. Cambridge: Cambridge University Press, 1992.
- SHANER, David E.; NAGATOMO, Shigenori; YUASA, Yasuo. *Science and Comparative Philosophy: Introducing Yuasa Yasuo*. Leiden: Brill, 1989.
- WATSUJI, Tetsuro, (ed.) *Watsuji Tetsuro's Rinrigaku: Ethics in Japan*. New York: State University of New York Press, 1996.

WINNICOTT, Donald W. Ego Distortion in Terms of True and False Self. In: Winnicott, Donald.W. *The Maturation Processes and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development*. Karnac Books: London, 140-152, 1960.

YUASA, Yasuo. *Overcoming Modernity, Synchronicity and Image-Thinking*. New York: State University of Nova York Press, 2008.

YUASA, Yasuo. *The Body, Self-Cultivation, and Ki-Energy*. New York: State University of New York Press, 1993.

Recebido em: 25/07/2024

Aprovado em: 28/11/2024