



A BENNÜNK REJLŐ HÁLÓZATOKRÓL AVAGY EGY 17–18. SZÁZADI JAPÁN NEOKONFUCIÁNUS TUDÓS GONDOLATAI A LÉLEKRŐL ÉS A TESTÜNKBEN KERINGŐ ÉLETERŐRŐL

ZENTAI JUDIT ÉVA PhD, ELTE BTK, Távol-keleti Intézet, Japán
Tanszék
E-mail: zentai.judit.eva@gmail.com

DOI 10.23716/TT0.24.2020.07

Absztrakt

A japán orvostudomány történetének korai szakaszában még nem volt az orvosoknak tudomásuk a testet behálózó idegrendszerrel, vagy a nyirokrendszerrel, a keringési rendszer ismerték valamelyest a klasszikus kínai pulzusdiagnosztikának köszönhetően. Az emberi test szerveinek aktuális állapotát a szemek, az arc, illetve az érzékszervek alapján határozták meg sokáig. Ezen felül sokszor úgy vélték, hogy az érzékszerveket a tudat, vagy a lélek irányítja. Erre nagyszerű példa az Edo-kori neokonfuciózus tudós, Kaibara Ekiken (1630–1714) egyik írása, amelyben a lélek és az érzékszervek közötti szoros kapcsolatról ír bővebben. Hasonlóan érdekes lehet az a kérdés, ami az emberiséget mindig is foglalkoztatta, hogy mi az a láthatatlan erő, amely az egész életünket mozgatja, *behálózza*, ami az Univerzumban is jelen lehet, amely az életet, a sejteket beindítja, amely az egész énünket életben tartja, vagy aminek megszűnése révén mi is elmúlunk. Már rég megdőlt az a szólás, vagy vélemény, hogy „amit nem látunk, az nincs is”. Gondoljunk csak azokra az ókori görög filozófusokra, tudósokra, akik noha nem látták az atomokat, mégis hittek abban, hogy léteznek. A japán tradicionális gyógyászatot — amely mellett, hogy fontosnak tartja a *csi*-vel kapcsolatos elméleteket, olyan preventív-jellegű véleményt is megfogalmaz, miszerint „a betegségetől mentes, egészséges állapot fenntartására kell elsősorban törekednünk”¹ napjainkban is rengeteg kritika ér. Ugyanakkor elmondható, hogy sokan úgy vélekednek ma is, hogy létezik valamiféle hajtóerő, amely az életünket mozgásban tartja, egész testünket behálózza, amelynek elnevezése japánul *ki*, de amelyet a köznyelvben a kínai elnevezésből [*qi*] kifolyólag *csi*-ként ismerünk. Jelen tanulmányban elsősorban Kaibara Ekiken kora újkori neokonfuciózus gondolkodó testben

¹ A kifejezésre a „mibjő” használatos, amelynek jelentése “nem betegnek lenni”. [Nihon Tójiógakkai 2002, 3]

keringő *csi*-ről és a lélekről kialakult gondolatait osztanám meg az egészségmegőrzés és betegségtudat kérdésköreire is fókuszálva.

Kulcsszavak: csi, Japán, lélek, egészség, Kaibara Ekiken

Hálózatok a japán orvoslás történetében

Ahogy az absztraktban is említettem, a japán orvostudomány történetének² legkorábbi szakaszaival kapcsolatosan nincsenek jelenleg pontos információink arról, hogy a japánok ismertek volna más emberi testen belüli hálózatrendszert a keringési rendszeren kívül. Ez is a klasszikus kínai pulzusdiagnosztikának, valamint az ezzel kapcsolatos ősi klasszikusnak számító kínai írásoknak volt köszönhető³. Számos, ehhez fogható klasszikusban találhatunk olyan példákat, amelyek jól tükrözik a korszakban elterjedt felfogást a emberi szervek állapota és a különféle megbetegedéseket illetően. Mit is jelenthetett ez? Ha például a szemeket vesszük alapul, úgy vélem, sokak számára ismeretes, hogy a szemek aktuális állapota alapján határozták meg egyes szervek megbetegedéseit, és annak megfelelően írták elő a gyógymódokat is. Erre nagyszerű példákra⁴ lelhetünk Japán legelső orvosi írásában, az *Isinpó* [„Az orvoslás lényeges módszerei”] című munkában (984) található leírásoknál is.

A szervek állapota és a betegségek közti hálózattal kapcsolatos gondolatrendszer még az európai gyógyászat megjelenését követően is megmaradt, és párhuzamosan fejlődött tovább annak dacára, hogy a különféle európai írásoknak köszönhetően előbb, vagy utóbb, de a bonyolultabbnak számító idegrendszer is ismertté vált számukra. Ismeretes ugyanis, hogy a holland utazóknak és kereskedőknek köszönhetően számos európai tanulmány jutott el Japánba, amelyeket elsősorban igyekeztek értelmezni, majd lefordítani, és ezek alapján megalkotni saját japán nyelvű változataikat is. Ilyen például többek között a jól ismert *Kaitai Sinso*⁵ [„Az anatómia új írása”] is, amely eredetileg az *Anatomische Tabellen* című munka holland verziójának [Ontleedkundige tafelen] japánra fordított változata. Ebben az emberi testen

² Lásd bővebben FUDZSIKAVA 1933.

³ Ilyen például többek között a Majjing [„A pulzus könyve”] című kínai klasszikus is. Elérhető: https://rmda.kulib.kyoto-u.ac.jp/iiif/RB00005300/02/RB00005300_00384_0.tif/full/2000/0/default.jpg [2020.04.27.] Ezen felül még lásd <http://square.umin.ac.jp/mayanagi/paper03/meidouzu.html> [2020.04.27.]

⁴ Például a szembetegéseket taglaló V. alfejezetben belül (a 22. bekezdésben, 19. oldal) a vörös szem és a gyulladt máj közti összefüggésről olvashatunk bővebben. Elérhető: https://rmda.kulib.kyoto-u.ac.jp/iiif/RB00013365/05/RB00013365_00284_0.ptif/full/2000/0/default.jpg [2020.04.27.]

⁵ Elérhető: <https://rmda.kulib.kyoto-u.ac.jp/item/rb00001510/#?c=0&m=0&s=0&cv=18&r=0&xywh=-3786%2C-1%2C13187%2C3744> [2020.04.27.]

belüli hálózatok, mint például a keringési rendszer, a korábbiakhoz képest jóval részletesebben került bemutatásra, illetve a nyirokrendszer is innentől kezdve válik fokozatosan ismertté a japán orvosok, tudósok számára. Ennek mezsgyéjén haladva az európai stílusú orvos iskolák, irányzatok is fejlődésnek indultak a meglévő, de ugyancsak újabb irányzatokkal bővülő kínai tradicionális vonal mellett, amelynek egyik igen fontos részét képezte a láthatatlan erővel kapcsolatos felfogás, amely szerint az *erő*, amely egész életünket mozgatja — másképpen fogalmazva — *behálózza*, az Univerzumban is jelen lehet. Ez indítja be az sejtek működését, vagyis általa kezdődik el az élet, folyamatosan mozgásban tart, majd amikor megszűnik, azzal mi is elmúlunk.

A tradicionálisnak mondott japán orvoslás [japánul *kanpó-igaku*] sajátos fejlődése az európai medicina megjelenésétől kezdve figyelhető meg igazán. Ez azt jelenti, hogy többirányú, sajátos fejlődési irányvonalak, valamint irányzatok jelentek meg a japán tradicionális gyógyászatban a XVI. századtól kezdve, azonban ezek részletezésétől jelen tanulmányban eltekintenek. A csi-vel kapcsolatos megközelítés az európai orvosi ismeretek megjelenésével és elterjedésével sem halt ki, hanem sajátos módon a tradicionális japán gyógyászaton belül fejlődött tovább, és érdekes módon a mai napig is jelen van.

A Világmindenséget behálózó csi-ről

Úgy gondolom, hogy a *csi* sokunk számára ma már jól ismert fogalom a kínai gyógyászat elterjedésének köszönhetően. Olyan hajtóerőnek definiálják, amely az egész lényünket behálózza, működésben tartja. Ha pusztán magát az írásjegyet vizsgáljuk meg, akkor a következőket tudjuk elmondani róla. A *csi* írásjegye, amelyet a japán nyelvben *ki*-nek ejtünk, rendelkezik egy régi változattal [氣], amelyet a kínai referenciákban és a régi japán írásokban találhatjuk meg ebben a formájában. Ugyanakkor a japánok ma már az új, egyszerűbb változatát [気] használják, amelyet a XX. század második felétől kezdve kezdtek el alkalmazni. Ha azonban az írásjegy régi változatát nézzük, elmondhatjuk róla az *Óbunsha* (2000: 585) írásjegy értelmező szótár alapján, hogy egyik része az *áramlást létrehozó energia*, *vízgőz*, *villamosenergia*, valamint *lélegzet* jelentéssel bír [气], míg a másik a *rizs* [米] írásjegye. Összességét tekintve, a teljes írásjegy „a rizs főzése során felszabaduló energia” jelentését hordozza magában, amelyet *gőznek* is mondhatnánk akár, az erejére tekintettel, amely képes más elemeket, anyagokat is megmozgatni. Az írásjeggyel a mai japán nyelvben számos szóösszetételben és idiómában találkozunk. Ilyen például, az egyik leggyakrabban elhangzó mondat, amely japánul úgy hangzik: „Ogenki?” [Hogy vagy?], illetve „Ogenki desuka?”

[Hogy van?]. Ebben a mondatban az *egészségre* utaló szóösszetétel a *genki*. A *genki* [元氣] ugyanis a *gen* [元] (mint „eredet, alap”) és a *ki* [氣 vagyis a „csi”] írásjegyből áll össze. A *genki* szónak alapvetően három fő jelentése van a *Kódzsien* (1998: 853) című értelmező nagyszótár szerint. Az első, „az Univerzumban mindenhol fellelhető, és minden élőlény létrejöttének alapját jelentő erőforrás”, a második, „az életműködést, illetve mozgást beindító energia”, valamint a harmadik — amely a legelterjedtebb mindezek közül — „a jó egészségi állapot”. Tehát a korábban példaként említett „Ogenki desuka?” azt is jelenti, hogy „Jó egészségi állapotban van?”, illetve „Ön egészséges?”.

Hasonlóan egyes gyakran használt hétköznapi kifejezésekben is megtalálhatjuk a csi-t, vagy japánosan olvasva a ki-t. Ilyen például a *bjóki* [病氣, jelentése: a „hiányos csi”, „beteg csi”, összességében maga a „betegség”], a *tenki* [天氣, jelentése: az „Ég csi-je”, másképpen az „időjárás”, a *denki* [電氣, vagyis a villám csi-je, azaz az „elektromosság”], a *kúki* [空氣, vagyis az „üresség csi-je”, tehát a „levegő”], a *kimocsi* (気持ち, a csi állapota/annak megtartása, másképpen a „hangulat”), vagy a *kibun* (気分, amely a „csi mennyisége”, szintén a „hangulat” jelentéshez áll közel). Ugyanakkor nemcsak szóösszetételekben, hanem idiómákban is találkozunk a csi írásjegyével. Ilyen például a *ki ga midzsikai* [気が短い], „rövid a csi-je”, [jelentése „türelmetlen”], ennek ellentéte a *ki ga nagai* [気が長い], „hosszú a csi-je”, [jelentése „türelmes”], a *ki ga aru* (気がある], „van csi-je”, ennek jelentése az, hogy valakinek van elszántsága, akarata, szándéka stb.), hasonlóan a *ki ga nai* [気がない], a „nincs csi-je”, valódi jelentése „nem érdekli”) stb. Mindezekből láthatjuk tehát, hogy a japán nyelvben milyen meghatározó szerepet tölt be maga az írásjegy és a hozzátartozó jelentéstartalom mind a mai napig.

A csi-vel kapcsolatos filozófia nem is kérdés, hogy a kínai gondolkodáson belül mennyire fontos fogalom, de nézzük, hogy ez Japánban hogyan is jelent meg, illetve fejlődött az idők során. A csi ősi kínai fogalomrendszerével, annak eredetével, valamint kialakulásával tehát jelen tanulmányban nem térnek ki, ugyanakkor fontos megjegyezni, hogy számos tanulmány értekezik erről. A témával kapcsolatban több relevánsnak számító kutatómunka született már, amelyek közül Mary Evelin TUCKER⁶ munkásságát kell mindenképpen kiemelni, hiszen megítélésem szerint megkerülhetetlen azok számára, akik a témában szeretnének elmélyedni, vagy kutatásokat végezni⁷. Ezen felül amiatt

⁶ Lásd bővebben TUCKER, 2007

⁷ A tradicionális gyógyászattal, valamint annak filozófiájával kapcsolatban lásd még bővebben MIURA 1996

fontos még TUCKER érintett (2007-es kiadású) tanulmánya, mert a csi-vel kapcsolatos elméletek XVII–XVIII. században megjelent és továbbértelmezett japán változatával foglalkozik, azonban itt Tucker munkásságának részletesebben bemutatásától eltekintenek a továbbiakban.

A csi-vel kapcsolatos teóriák Japánban

A csi-vel kapcsolatos teóriák Japánban a japán neokonfucianus gondolkodók által váltak igazán széleskörűen ismertté, akik igyekeztek az Univerzum működésére vonatkozóan kozmológiai magyarázatokat találni, ennek megfelelően léttel kapcsolatos kérdésekkel is foglalkoztak a kínai neokonfucianus gondolkodó, Csü Hszi (1130–1200) kínai neokonfucianus filozófus által megfogalmazott diszciplínák továbbgondolásával. Az Edo-kor (1603–1868) viszonylag békésebbnek tekinthető, polgárháborúktól is valamennyire mentes időszakában (Genroku-korszak, 1688–1704) uralkodóvá vált az az elmélet, amely egy új társadalmi rend kialakításához, illetve megerősítéséhez járult hozzá. Ugyanis a korszakban a Tokugava sógunok által vezetett politika arra törekedett, hogy a japán társadalmat, ezen belül is a köznépet egy négylépcsős, japánul *si-nó-kó-só* osztályrendszerbe sorolja, amelynek a legtettején álltak a harcosok [士*si*], őket követték a földművesek [農*nó*], aztán a kézművesek [工*kó*], és a kereskedők [商*só*] következtek. Természetesen ezen kívül eső, marginalizált kategóriák is jelen voltak még, de filozófiai szempontból ez a „négylépcsős” rendszer érdekes számunkra. Annak érdekében, hogy ezt a fajta rendszert sikeresen ki lehessen építeni, mindenképpen fontos volt a vezetőréteg számára, hogy a köznép is valamilyen szinten megértse a diszciplínák lényegét, és elfogadja. Macuda [1969: 21] szerint ennek eredményeképpen Csü Hszi tanai egyre népszerűbbé váltak, illetve a harcosok [japánul *busik*] közül többen is az eszme követői és közvetítői lettek. A neokonfucianus gondolatok ezen felül a társadalmi szintekről kiindulva eljutottak a családok szintjéig is. A családokon belül a rend többek között a szülő-gyermek közötti tiszteletre épült, ennek egyik alapfeltétele a kínai *xiao* (孝) – amelyet japánul a *kó*-nak ejtünk – vagyis a gyermek szülő felé irányuló jámborságának, tiszteletének megvalósulása volt, és az erkölcsi előírások is ennek betartására irányultak. Vajon a *csi*, hogyan is kapcsolódik ehhez a gondolatmenethez? A szülő iránti tisztelet másik fontos megnyilvánulása a saját testünk épségének, valamint egészségének megtartása volt. Erre nagyszerű példák Kaibara EKIEN kora újkori (XVII–XVIII.

századi) japán neokonfuciánus tudós *Jódzsókun*⁸ „Egészségtáplálás intelmei” című művében található megállapításai, valamint intelmei. Nézzük az alábbiakban néhány példát az egészséggel és csi-vel kapcsolatosan, az egészségmegőrzés, valamint a betegségtudat kérdésköreit érintve.

A mű legelső fejezetének nyolcadik bekezdésében arról olvashatunk, hogy „az életerő, eredetileg a csi, amely az emberben rejlik, a Világmindenséget alkotja. E nélkül az ember nem is jöhetne a világra”. Ekiken szerint, „amikor megszületünk, akkor a minket körülvevő környezet, a ruházat, táplálék stb, segítségével tudunk életben maradni. Ha sikerül megerősödnünk, akkor egyre hosszabb ideig tudunk élni. Azonban hálával tartozunk szüleinknek, ősieinknek, illetve az Égieknek”. Ezekből a sorokból világos számunkra, hogy milyen sok elemmel állunk kapcsolatban, egy igazi hálózat részei, mondhatni, mi is elemei vagyunk ennek a rendszernek. Ekiken rávilágít továbbá arra is, hogy ahhoz, hogy ezt a rendszert fenn lehessen tartani, a mértékletesség rendkívül fontos, különösen ha az egészségmegőrzésről van szó. A mértéktelenség során előfordulhat, hogy előbb-utóbb lebetegedünk azáltal, hogy a bennünk keringő életerő elapad, amely akár az életünkbe is kerülhet, ahogyan a növények esetében is előfordulhat, hogy elpusztulnak, ha túl sok tápanyagot, vagy vizet kapnak.

Hasonló intelmek vonatkoznak az idős emberekre is, azonban itt már a lelki egyensúly is rendkívül fontos. Az idős korban arra kell törekedni, hogy az eleve megfogyatkozó életerőt megóvjuk, ezért Ekiken szerint a gyűlölködést, szomorkodás, sírást, kesergést, vagy olyan eseményeket el kell kerülni, amelyek ezt a negatív állapotot előidézhetik. Erre példaként Ekiken a temetést és ehhez kapcsolódó tevékenységeket említi a VIII. fejezet hetedik bekezdésében. A bekezdésben még a túlzott fizikai megerőltetés elkerülésére vonatkozó sorok is szerepelnek.

A csi keringése és a betegségek közti kapcsolatra több passzust is találunk példaként. A legáltalánosabb magyarázat, hogy ha a vér, illetve a csi keringése akadálytalan marad, akkor megerősödünk és elkerülnek a betegségek. Azonban ha a csi testünk valamely részében megreked, az komoly testi

⁸A *Jódzsókun* („Egészségtáplálás intelmei”) Ekiken nyolcvannégy éves korában, 1713-ban, halála előtti utolsó évben készült el. Nyolc fejezetre tagolódik, az első és a második rész egyfajta általános összefoglalásnak tekinthető. A harmadik, valamint a negyedik fejezetben általánosságban a táplálkozásról olvashatunk, ezt követő ötödik fejezetben az emberi érzékszervek működéséről, a hatodikban arról szerezhetünk ismereteket, hogy mire kell ügyelnünk, ha megbetegszünk, a hetedikben az orvosságokról, a nyolcadik fejezetben az idős emberekről, és a gyermekekről való gondoskodásról, valamint az akupunktúrás és a moxibuszcíóval történő gyógykezelésről olvashatunk. Elérhető a teljes mű: http://archive.wul.waseda.ac.jp/kosho/ya09/ya09_00705/ [2020.04.27.]

tüneteket idézhet elő. Erre az érintett első fejezet 33-dik bekezdésében részletesebb leírást is olvashatunk⁹

Kaibara Ekiken jelen írásában a lélek, vagy a tudat és az érzékszervek közti szoros hálóról több ízben is értekezik. Úgy vélekedik erről az V. fejezet legelső soraiban, hogy mivel a lélek az emberi test irányítója – amely a gondolkodást és az érzékszerveinket is irányítja – kulcsfontosságú, hogy mindig stabil legyen. Ezek a sorok is arról árulkodnak, hogy már több száz évvel ezelőtt is lényegesnek tartották, hogy a lélek, a tudat egészséges maradjon, még az idős korban is, hiszen megtapasztalhatták, hogy jelentős mértékben hatással lehetett a fizikai állapotra. Itt fontosnak tartom kitérni röviden a lélek (szív) írásjegyének magyarázatára is.

A szív [心, japánul kokoro, vagy sin] eredeti kínai írásjegye a szív szervünk (cor) alakjából, formájából alakult ki. A szíven kívül más jelentéssel is bír, úgy mint „az emberi testet és szervezet működését irányító szellemi tevékenység alapja, vagy központja”, vagyis maga a „lélek”, a „tudat”, továbbá, „gondolat”, „jelentés”, „lényeges központja valaminek”, illetve „közepe valaminek” is.¹⁰

Feltételezhetjük mindezek alapján, hogy Kaibara Ekikenhez hasonló tudósok noha szemmel nem látták, de érezték, vagy sejtették, hogy van olyan erő, amelyet érdemes gondos odafigyeléssel ápolni, táplálni, mert hatással van a boldogulásukra. Úgy gondolom, a lélekkel kapcsolatos korabeli megállapítások kezdenek ismét időszerűvé válni napjainkban. Láthatjuk, hogy egyre többen vélekednek úgy, hogy a lélek, vagy a tudat egészsége nagyban befolyásolja a fizikai működést, az egészségi állapotot. Nem véletlen, hogy mindenhol azt a mondást halljuk, hogy „minden fejben dől el”.

Záró gondolatok

A japán kultúra számos területe, de a tradicionális gyógyászat is a látható rendszerek mellett, a szemmel nem tapasztalható világban is hisz. Ez azt jelenti, hogy ez a fajta tradicionális megközelítés a *csi*-vel kapcsolatos elméletekre napjainkban is épít, a diagnosztizálási módszerektől kezdve, egészen a gyógy módokig. Meggyőződésem, hogy olyan világban élünk, amelyben a fejlett

⁹ [...] Ha a csi a fejbe tődül, akkor fejfájástól és szédüléstől szenvedhetünk, ha testünk középtájékán akad el, akkor hasfájdalmak, gyomorbántalmak, telítettség, és ha netán a testünk alsó felében, akkor derékfájdalom, végtagbénulás, hasi görcs, aranyér gyötörhet minket. [...] KAIBARA 1834: 1/33. Elérhető: http://archive.wul.waseda.ac.jp/kosho/ya09/ya09_00705/ya09_00705_0001/ya09_00705_0001_p0029.jpg, http://archive.wul.waseda.ac.jp/kosho/ya09/ya09_00705/ya09_00705_0001/ya09_00705_0001_p0030.jpg [2020.04.27.]

¹⁰ AKACUKA 2000:384.

technológia mellett egyáltalán nem biztos, hogy a csi-vel kapcsolatos elméletek idejétmúltak lennének, és ha hihetünk elődeinknek, akkor most is ugyanúgy a végtelen hálózat részei vagyunk, ahol minden mindennel kapcsolatban van. Ezzel párhuzamosan a lélek egészségének fontosságát hirdető gondolatok, elméletek is most még inkább aktuálisak, hiszen – ahogyan saját magunk bőrén is tapasztalhatjuk – napjaink emberét folyamatos stresszhatások érik. Noha az embereknek több száz évvel ezelőtt minden bizonnyal más problémákkal (stresszhatásokkal) kellett megbirkózniuk, mint most, azért talán vannak még olyan régi bölcsességek, vagy tanácsok, amelyeket érdemes lenne megfontolnunk, vagy újraértelmeznünk a mostani felgyorsult világunkhoz igazítva.

About the networks within us — a 17–18th Century Japanese Neo-Confucian scholar’s thoughts on the soul and the circulating vital force in our body

In the early times of the history of Japanese medicine, physicians had not enough knowledge on the human body’s nervous system, or the lymphatic system, but the circulatory system was known thanks to the classical Chinese pulse diagnosis. The actual condition of the organs of the human body was analyzed based on the condition of the eyes, or face, and sense organs for a long time. In addition, it was often thought that the sense organs were controlled by the soul. Excellent examples are explanations of Kaibara Ekiken (1630–1714), who was one of the most well-known Neo-Confucian scholar in the 17–18th Century. These passages describe the close relationship between the soul and the sense organs. The question is also interesting, what is the ‘invisible force’ which might interest many people all around the world, that moves our life, and it may also exist in the Universe. Thanks to this ‘force’ life starts from the level of the cells, and keeps our whole life alive, and we pass away, if it disappears from our body. We know as the saying goes that “what we do not see is does not exist” is not entirely correct. Let’s see the Ancient Greek philosophers, scientists, who although did not see the atoms, but believed that they existed. The Japanese traditional medicine — which on the one hand considers the chi-theories, on the other hand agrees with the preventive approach which says “the most important is keeping the health condition without disease”¹¹ — is also strongly criticized nowadays. In spite of all these it can be said that several people still believe that there is a ‘vital force’ or a ‘driving force’ that keeps our lives in a continuous moving, and encompasses our whole body. It is called ‘ki’ in Japanese, but it is well-known

¹¹ The name of this expression is “mibyō”, which means “not to be sick”. (NIHON Tōyōigakkai 2002, 3)

as ‘chi’ because of its Chinese name (qi). In this paper, I attempt to introduce the thoughts of Kaibara Ekiken on ‘chi’ circulating in our body, and our soul focusing on the issues related to health preservation and disease awareness.

Keywords: chi, Japan, soul, health, Kaibara Ekiken

Irodalom

AKACUKA K. et al. (szerk.): *Óbunsa Kanvadzsitein* [Óbunsa Karaktárszótár] 5. kiadás, Tokió, Óbunsa, 2000.

FUDZSIKAVA, Y.: *Nihon Igakusi Kójó* [A japán gyógyászat átfogó története], Tokió: Kokuszeidósoten, 1933.

KAIBARA E., ITÓ T.: *Jódzsókun* [Az ételtáplálás intelmei]. Tokió, Kódansa, 2002.

KAIBARA E., SZUGIMOTO J.: *Jódzsókun* [Az ételtáplálás intelmei], Oszaka, Harima Jariszuke, 1834.

MACUDA M. : *Kaibara Ekiken Nihon no meicsó 14.* [Híres japán írások 14. Kaibara Ekiken], Tokió, Csúókóronsa, 1969.

MIURA, O.: *Tójóigaku o sitteimaszuka* [Isméri ön a tradicionális kínai gyógyászatot?], Tokió, Sincsósa, 1996.

NIHON TÓJÓIGAKKAI: *Njúmon Kanpóigaku* [Bevezetés a tradicionális japán orvoslásba], Tokió, Nihon Tójóigakkai, 2002.

SINMURA I (szerk.): *Kódzsien* [Szavak tágas kertje], 5. kiadás, Tokió, Ivanami Soten, 1998.

TUCKER M.E.: *The Philosophy of Qi: The Record of Great Doubts*, New York, Columbia University Press, 2007.

Webes hivatkozások

<http://square.umin.ac.jp/mayanagi/paper03/meidouzu.html> [2020.04.27.]

https://rmda.kulib.kyoto-u.ac.jp/iiif/RB00005300/02/RB00005300_00384_0.ptif/full/2000,/0/default.jpg [2020.04.27.]

https://rmda.kulib.kyoto-u.ac.jp/iiif/RB00013365/05/RB00013365_00285_0.ptif/full/2000,/0/default.jpg [2020.04.27.]

<https://rmda.kulib.kyoto-u.ac.jp/item/rb00001510#?c=0&m=0&s=0&cv=18&r=0&xywh=-3786%2C-1%2C13187%2C3744> [2020.04.27.]

http://archive.wul.waseda.ac.jp/kosho/ya09/ya09_00705/ [2020.04.27.]

http://archive.wul.waseda.ac.jp/kosho/ya09/ya09_00705/ya09_00705_0001/ya09_00705_0001_p0029.jpg [2020.04.27.]

http://archive.wul.waseda.ac.jp/kosho/ya09/ya09_00705/ya09_00705_0001/ya09_00705_0001_p0030.jpg [2020.04.27.]