



Zewen Zang

**Um estudo comparativo de nomes de alimentos em
provérbios portugueses e chineses**



Zewen Zang

**Um estudo comparativo de nomes de alimentos em
provérbios portugueses e chineses**

Dissertação apresentada à Universidade de Aveiro para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Português Língua Estrangeira/Língua Segunda, realizada sob a orientação científica das doutoras Rosa Lídia Torres do Couto Coimbra e Silva, Professora Auxiliar do Departamento de Línguas e Culturas da Universidade de Aveiro.

Aos meus pais, pelo apoio incondicional.

o júri

presidente Professor Doutor Carlos Manuel Ferreira Morais, Professor Auxiliar da Universidade de Aveiro

vogais: Professora Doutora Maria Luísa Álvares Pereira, Professora Auxiliar com Agregação da Universidade de Aveiro (arguente)

Professora Doutora Rosa Lídia Torres do Couto Coimbra e Silva, Professora Auxiliar da Universidade de Aveiro (orientadora)

agradecimentos

Terminada esta longa jornada, muitas são as pessoas a quem tenho de agradecer por me terem ajudado a chegar até aqui.

Agradeço à minha orientadora Doutora Rosa Lúcia Torres do Couto Coimbra e Silva, Professora Auxiliar do Departamento de Línguas e Culturas da Universidade de Aveiro, por toda a disponibilidade, empenho e paciência que teve para me ouvir e para me compreender. Agradeço-lhe também pelas horas que dedicou ao meu trabalho e pelos conselhos que me deu para o melhorar.

Às minhas amigas Jiang Zhuxuan e Ana Carvalhais, pelo companheirismo e pelos momentos que passámos juntas nesta jornada.

À minha família, e em especial à minha Mãe, pelo amor, por estar sempre presente e pelos sacrifícios que fez para eu poder realizar este sonho. Ao meu pai, por ser quem é e pelo orgulho que tenho nele e ele tem em mim.

Se hoje sou o que sou a todos o devo.

palavras-chave

provérbios, estudo linguístico, comida, português, chinês

resumo

Proponho este tema com o objetivo de analisar e comparar as culturas do provérbio na China e em Portugal, do ponto de vista linguístico e textual, provérbios portugueses e chineses com nomes de comida. Partimos do conceito de provérbio como um tipo de enunciado lexicalizado, pertencente à língua. Depois da introdução dos pressupostos teóricos, em que se apresentam algumas teorias sobre os provérbios nas duas culturas, faz-se uma apresentação geral dos provérbios portugueses e chineses (com nomes de comida), começando por identificar quais os nomes de comida mais populares nos provérbios das duas línguas. Procede-se a uma análise comparativa de provérbios portugueses e chineses com os nomes de comida mais comuns, analisando comparativamente provérbios das duas línguas. Através da comparação entre as culturas dos provérbios portugueses e chineses com nomes de comida, estudo este contextualizado em considerações que relevam da cultura, da história, da sociedade, poderemos porventura melhor aprofundar alguma análise contrastiva das duas sociedades e culturas no que diz respeito a este género textual de sabedoria popular.

keywords

proverb, linguistic Study, food, Portuguese, Chinese

abstract

The present study proposes with the objective of analyzing and comparing the cultures of the proverb in China and Portugal, from the linguistic and textual point of view, Portuguese and Chinese proverbs with names of food. We start from the concept of proverb as a type of lexicalized statement, belonging to the language. After the introduction of the theoretical assumptions, which present some theories about the proverbs in the two cultures, a general presentation of the Portuguese and Chinese proverbs (with names of food) is made, beginning with identifying the most popular food names in the proverbs of the two languages. A comparative analysis of Portuguese and Chinese proverbs with the most common food names is done comparing proverbs of the two languages. By comparing the cultures of Portuguese and Chinese proverbs with names of food, a study that is contextualized in cultural, historical, and societal considerations, we may perhaps wish to deepen some contrastive analysis of the two societies and cultures with respect to this textual genre of popular wisdom.

Índice

Introdução	1
Capítulo 1. Pressupostos teóricos	4
1.1 Definições de provérbio	4
1.1.1 O provérbio em Portugal.....	4
1.1.2 O provérbio na China.....	6
1.2 Origens e desenvolvimento dos provérbios entre os dois países	8
1.2.1 Processo de formação	8
1.2.2 Desenvolvimento	10
1.2.3 Valor cultural e social.....	14
1.2.3.1 No caso das publicidades	14
1.2.3.2 No caso das fábulas	25
1.3 Razão por que os alimentos respondem por uma grande proporção de provérbios....	27
Capítulo 2. Apresentação geral dos alimentos nos provérbios portugueses e chineses	34
2.1 Breve apresentação da Comida Chinesa e da Dieta Mediterrânica	34
2.1.1 Apresentação geral da Dieta Mediterrânica	34
2.1.2 Apresentação geral da Comida Chinesa.....	39
2.2 Os nomes de comida mais populares entre os dois países	44
2.2.1 O caso de alimentos	44
2.2.2 O caso de refeições/ocasiões.....	48
2.2.3 O caso dos utensílios.....	52
2.2.4 O caso de ações.....	55
2.2.5 O caso de partes do corpo	61
2.2.6 O caso de aspetos negativos.....	65
Capítulo 3. Comparação dos nomes alimentares nos provérbios portugueses e chineses	70
3.1 Pão, massa e arroz.....	70
3.2 Vinho e baijiu	73
3.3 Café e chá.....	76
Conclusão.....	78
Referências bibliográficas:.....	81

Introdução

O tema do presente trabalho é um estudo comparativo de nomes de alimentos em provérbios portugueses e chineses. Como todos nós sabemos, dominar uma língua estrangeira nunca é uma tarefa fácil. O domínio das estruturas linguísticas é fundamental, mas o conhecimento da história, da cultura, dos hábitos e costumes e do modo de pensar dos nativos dessa língua é igualmente importante. Fazê-lo através de provérbios pareceu-nos pertinente. E assim se estabeleceu a ligação entre os elementos nucleares deste estudo comparativo: provérbios portugueses e chineses. Os provérbios são representantes e símbolos de cultura de um país e a sua origem começou muito antes da antiga linguagem escrita, já que eram utilizados pelo povo muito antes do aparecimento dos caracteres. Os provérbios fazem parte da nossa tradição cultural e têm vindo a passar de geração em geração. Começamos por ouvir os nossos avós a usá-los e depois passam para os nossos pais e também para nós. Hoje em dia, com o desenvolvimento das relações económicas e políticas entre a China e Portugal, cada vez mais pessoas querem conhecer a cultura e a história portuguesas, mas a verdade é que existem poucos livros traduzidos em chinês na área dos provérbios. Como uma pesquisadora de aprendizagem em português, a autora gostaria de contribuir para a compreensão mútua dos dois povos, estudando a cultura dos provérbios das duas culturas diferentes. O presente estudo seleciona as expressões que descrevem os alimentos para analisar porque a comida é a base da sobrevivência humana. Ao estudar o impacto dos alimentos dos dois povos, podemos explorar as semelhanças e diferenças entre os dois, como história, cultura e vida social.

O presente estudo encontra-se organizado em três capítulos.

No primeiro capítulo, reflete-se sobre as definições de provérbio entre os dois países, analisando a natureza e características dos provérbios. A seguir, procede à

caraterização das origens e desenvolvimento dos provérbios entre os dois países, por processo de formação, desenvolvimento cultural e social. Mais profundamente, descrevem-se o uso de provérbios no caso das publicidades e das fábulas em Portugal e na China. Os provérbios têm grande valor na sociedade moderna e têm o papel de promover o progresso social tanto na comunicação cultural quanto na comercial. Os provérbios constituem, realmente, uma dimensão específica entre as construções linguísticas de uma língua particular. Em contos infantis, e sobretudo em fábulas, os provérbios figuram muitas vezes com o intuito de educar ou advertir, pois carregam mensagens que procuram orientar as atitudes do leitor. Os provérbios, na maioria das vezes, aparecem no título ou no primeiro enunciado da matéria, para captar a atenção do leitor. No entanto, se aparecem no fim, funcionam como moral e desfecho da história. No último subcapítulo apresenta-se a análise das razões por que os alimentos respondem por uma grande proporção de provérbios. Descreve-se a importância da comida para os seres humanos a partir duma perspectiva histórica. Ao longo dos séculos, a abundância de alimentos é a premissa e a garantia para a continuação da vida, uma vez que a suficiência e a segurança dos alimentos estão relacionadas à segurança dos povos e dos países.

No segundo capítulo, em primeiro lugar, centramo-nos nos conceitos da Comida Chinesa e da Dieta Mediterrânica. A alimentação mediterrânica assenta em três alimentos: o pão, o vinho e o azeite. E a alimentação chinesa centra a sua estrutura em três características: grãos e alimentos cozidos como os principais pilares; base vegetariana suplementada por carne; atenção aos cinco sabores que são salgado, doce, amargo, picante e azedo. Além disso, apresenta-se a análise dos nomes de comidas mais populares entre os dois países. A fim de mostrar mais claramente as diferentes manifestações das dietas chinesa e portuguesa nos provérbios, o presente estudo procedeu à sua análise e comparação na forma de gráficos, nos quais seis categorias foram consideradas, respetivamente: o caso dos alimentos, o caso das refeições/ocasiões, o caso dos utensílios, o caso das ações, o caso de partes do corpo e o caso de aspetos negativos. Esta

classificação, com seis categorias, foi por nós proposta, após a análise dos *corpora* de provérbios alimentares nas duas culturas em apreço. Através da exibição de dados visuais, podemos estudar as semelhanças e diferenças entre os provérbios das dietas chinesa e portuguesa mais detalhadamente.

No terceiro capítulo, estabelecem-se comparações entre os nomes alimentares constantes nos provérbios portugueses e chineses, nomeadamente apresentando as diferenças e semelhanças entre pão, massa e arroz; vinho e baijiu (aguardente chinesa), café e chá. Através de alguns exemplos específicos, podem-se ver claramente as diferentes características culturais da China e de Portugal nas diferenças alimentares.

No final da dissertação, expõem-se as conclusões a que se chegou com o presente estudo, apresentando algumas sugestões sobre os estudos e as pesquisas dos provérbios portugueses e chineses, refletindo sobre as suas limitações e apresentando ainda sugestões para outros estudos.

Capítulo 1. Pressupostos teóricos

1.1 Definições de provérbio

1.1.1 O provérbio em Portugal

Provérbio (do latim *proverbium*), é uma frase de carácter popular, com um texto curto de autor anónimo que é várias vezes repetido e se baseia no senso comum de um determinado meio cultural. Como afirma Ana Cristina Macário Lopes na sua tese: “Na cultura clássica, o conceito de *proverbium* equivale ao conceito de *παροιμία*; a *παροιμία* ou o *proverbium* caracterizavam-se, na antiguidade greco-latina, por dois traços essenciais: verdade e atemporalidade” (Lopes, 1992). Os provérbios são a cristalização da sabedoria humana, a essência da linguagem, a expressão de uma cultura nacional, a mais popular, a mais concisa, a mais vívida, a mais prática e popular linguagem. Do ponto de vista cultural, o conteúdo dos provérbios abrange uma ampla gama, refletindo a vida social, história, costumes, hábitos e outros aspetos de um país. Do ponto de vista da forma linguística, a mensagem é concisa, ideológica, artística e filosófica. Portanto, a importância dos provérbios não pode ser ignorada.

Na língua portuguesa, outros termos sinónimos de provérbio também são frequentemente usados na comunicação cotidiana, nomeadamente: adágio, sentença, máxima, refrão, etc. Embora a pesquisa moderna sobre o provérbio seja muito extensa, academicamente, não há uma definição autorizada e única de provérbios. Tal como apresenta Oliveira no seu estudo, a autora menciona a mesma opinião, afirmando que:

“É difícil delimitar completamente a diferença que existe entre aforismo e cada um dos termos: adágio, sentença, máxima, provérbio, refrão, axioma e apotegma, pois todas elas contêm o sentido de uma proposição ou frase breve, clara, evidente e de ensino profundo e útil. Nenhum autor antigo, nem moderno, todavia conseguiu expor clara e terminantemente as diferenças entre umas e outras.” (Oliveira, 1991)

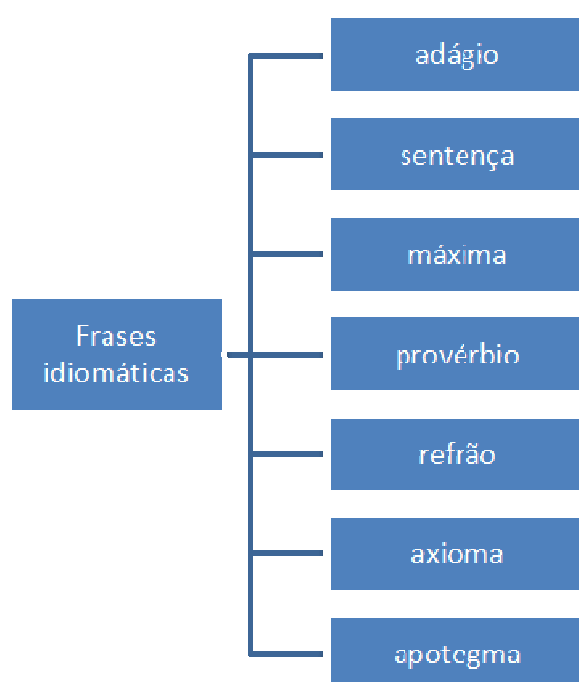


Figura 1 – Frases idiomáticas

Como existem muitos tipos diferentes de provérbios, de acordo com a pesquisa de Oliveira, é difícil descrever a diferença entre um provérbio e cada um dos outros termos porque eles têm sempre algumas características comuns, mas não são idênticos. Apesar dos diferentes significados e complexidades de vários termos de provérbios, ainda tentamos dar ao provérbio uma definição geral para descrever a singularidade dele e, por causa de sua incerteza, tornar o provérbio uma categoria linguística muito interessante.

Segundo o estudo da autora Ana Cristina Macário Lopes, os provérbios estão relacionados a um conceito relativamente abrangente:

“O provérbio é um texto breve e sentencioso, que se transmite oralmente de geração em geração, acabando por adquirir o estatuto de texto anónimo institucionalizado. Através dos provérbios, exprime-se uma determinada visão do mundo, sob a forma de supostas verdades omnitemporais que configuram regularidades induzidas por generalização empírica, consensualmente aceites pela comunidade, e veiculam-se normas de conduta socialmente consideradas exemplares.” (Lopes, 1992)

1.1.2 O provérbio na China

Provérbios são declarações concisas, populares e profundamente fixas que circulam entre as pessoas. O provérbio parece na forma de uma frase, a qual pode conter uma única oração ou pode ser uma frase composta. O padrão geral da frase é puro, o texto é refinado, a maioria deles é rimada e vívida, adequada para que as pessoas a difundam amplamente. Como afirma Zhang Yipeng no seu livro sobre os provérbios chineses:

“Os provérbios originaram-se da prática dos povos e estavam profundamente enraizados no solo fértil da vida das pessoas. É uma valiosa experiência acumulada por pessoas de todas as nacionalidades do mundo em longo prazo, luta e vida, e é também a cristalização da sabedoria e do talento artístico do povo.” (Zhang, 2004)

Como o provérbio português, existem cinco classificações de provérbios chineses, cada uma tem uma grande proporção de língua, cultura e história chinesa. Apresentam-se neste trabalho duas categorias diferentes das dos provérbios portugueses: cheng yu e xie houyu. Os cheng yu são expressões fixas que consistem sempre em quatro caracteres chineses, têm estruturas organizadas, sílabas puras e significados brilhantes. Os xie houyu, de acordo com Liu, “são considerados como uma categoria muito especial, só existente na língua chinesa, estão enquadrados na categoria dos provérbios” (Liu, 2012). A tradução de xie houyu em português é unidades antecedente/consequente, que consiste em duas partes, a parte superior é geralmente a descrição de expressão idiomática e a parte inferior explica o significado dela e usa-se a metáfora ou trocadilho para expressar o seu significado real.

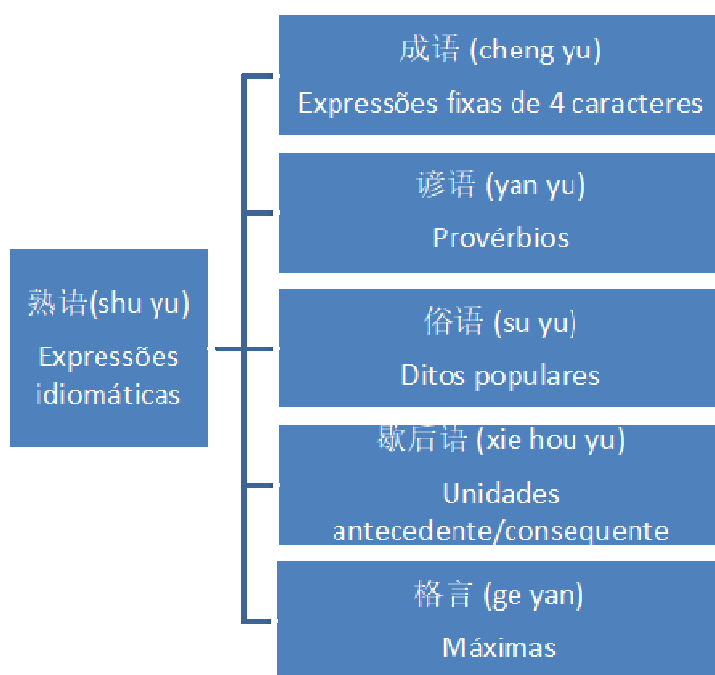


Figura 2 – Expressões idiomáticas

Não há dúvida de que o provérbio tem sido transmitido de geração em geração, tal como apresenta Sia (2011) no seu estudo; o autor menciona a grande importância para o

desenvolvimento cultural e a herança histórica de um país, afirmando que “O provérbio é o sal numa língua, que nasce no oceano da vida. É a cristalização de experiência da vida e de luta do povo.” (Sia, 2011)

1.2 Origens e desenvolvimento dos provérbios entre os dois países

1.2.1 Processo de formação

De acordo com Xatara (2002, p. 13), “o provérbio aparece pela primeira vez em textos do século XII, e o mais antigo estudo, assinado por Henri Estienne, data de 1579 – embora a mais antiga coleção de provérbios seja a do inglês John Heywood, de 1562”.

No entanto, a origem dos provérbios é muito mais antiga do que o século XII. No período em que os seres humanos e as linguagens apareceram, haveria provérbios. Entretanto, devido ao facto de os provérbios serem produtos transmitidos boca-a-boca pelo ser humano, eles não puderam ser todos arquivados, pelo que alguns provérbios também se perderam com a história e o tempo. Hoje em dia, as pessoas não sabem o tempo exato nem o lugar em que foram produzidos, mas não há dúvida de que a sua produção é acompanhada pelo desenvolvimento histórico e pelo progresso social. Embora não possamos verificar a localização do provérbio, podemos saber que, antes da era dos descobrimentos, os antigos provérbios já começaram a circular no Ocidente e no Oriente desde muitos anos atrás, e passaram para o presente, fazendo parte da cultura filosófica dos gregos, romanos e egípcios, tornando-se também uma parte importante do Taoísmo, do Confucionismo e do Budismo no Oriente.

De acordo com a pesquisa teórica de Steinberg, pode-se concluir que a origem dos provérbios não é apenas difícil de determinar no tempo histórico; essa contradição é mais proeminente nos países imigrantes. “Alguns provérbios podem ter tido origem em outros países e, com a miscigenação de raças, ter-se enraizado e naturalizado na outra língua, tornando o reconhecimento de sua origem quase impossível” (Steinberg, 1985). Por isso,

é difícil saber onde ele surgiu primeiro. Esse fenómeno é mais pronunciado no sistema da língua latina, pois nunca se sabe de que país provém um provérbio porque pode ser traduzido para qualquer idioma em latim. Dá-se um exemplo para ilustrar, de acordo com a pesquisa de Xatara e Succi:

“O provérbio ‘O costume faz a lei’, por exemplo, parece revelar um valor universal, visto se poder encontrar correspondentes em várias línguas: L’usage fait la loi (francês), L’uso fa la legge (italiano), Costumbre hace ley (espanhol), Custom rules the law (inglês).” (Xatara & Succi, 2008. pp. 1-4)

No mundo oriental, de facto, desde que houvesse texto, os provérbios já haviam sido produzidos. Du Wenzhao, um estudioso da Dinastia Qing, disse: “Os provérbios são produzidos a partir da linguagem, não de palavras”. Ao falar sobre expressões chinesas, segundo o livro *Palavras*, afirma-se que:

“A maioria de nossas expressões idiomáticas são produzidas pelo público em geral, e todas elas vêm das profissões e interesses dos povos. A origem de expressões idiomáticas é a mesma que a produção de palavras, principalmente por classes não-intelectuais. As nossas melhores expressões idiomáticas, como as melhores palavras, não são produzidas em bibliotecas, salas de recepção ou teatros magníficos, mas em fábricas, cozinhas e granjas.” (Wu, 1983, p116)

Na vida e no trabalho cotidiano, os seres humanos primitivos precisam de trocar opiniões e sugestões sobre os assuntos. Para coordenar ações, como ferramenta de troca das ideias, é criada a linguagem. Na ausência de palavras, eles tiveram que usar o método de boca-a-boca para difundir o conhecimento que adquiriram no trabalho produtivo para a sociedade e passá-lo para as gerações futuras. Os provérbios são produzidos numa

linguagem sucinta que está de acordo com as necessidades desta época. A origem dos provérbios ainda não foi documentada, mas a partir dos provérbios citados na literatura Pré-Qin, os julgamentos mais conservadores têm uma história de cerca de três mil anos.

A origem dos provérbios começou muito antes da antiga linguagem escrita, já que eram utilizados pelo povo muito antes do aparecimento dos caracteres. O provérbio é, por vezes, descartado como “selvagem, vulgar”, o que mostra que o provérbio não é uma declaração de um estudioso literato, mas uma afirmação popular do povo. Como Wu Zhankun e Ma Guofan disseram nos seus livros: “A história do provérbio não é do poder, mas do povo, da boca dos agricultores rurais” (Wu, 1983, p29). Portanto, é um facto inegável que os provérbios são derivados da expressão oral.

1.2.2 Desenvolvimento

O Movimento Vernacular surgiu em simultâneo com o “Movimento 4 de Maio” em 1919 na China (O Movimento 4 de Maio foi um movimento anti-imperialista, cultural e político que cresceu de manifestações estudantes em Pequim, em 4 de maio de 1919; eles protestavam contra a fraca resposta do governo chinês em relação ao Tratado de Versalhes). Os académicos pararam de defender a língua chinesa clássica usada antes, e consequentemente começaram a defender que a escrita se aproximasse da linguagem falada do domínio público, isto é, usasse o vernáculo chinês até hoje. Portanto, a coleta e a pesquisa de provérbios são valorizadas pelos estudiosos da nova era. De facto, as línguas de todas as nacionalidades do mundo, sejam elas chinesa, inglesa ou russa, têm os seus próprios provérbios, que são frases fixas ou frases com significados únicos na linguagem. Tais frases fixas geralmente não são arbitrariamente mutáveis em uso. No caso do provérbio chinês, o estudo das expressões idiomáticas ocorreu no final da década de 1970 e início da década de 1980.

Os provérbios são mais estáveis do que o vocabulário geral, mas isso não significa que não haja mudanças no seu desenvolvimento. Também mudará com o progresso da sociedade e com a melhoria contínua da compreensão das pessoas.

Há muitos provérbios chineses que foram transmitidos há cinco mil anos e ainda são usados hoje, tais como alguns pensamentos de Confúcio, como por exemplo, “Vida e morte são determinadas pelo destino” ou “Não corrigir as próprias falhas é cometer a pior delas.”, entre outros. As expressões antigas ainda estão ativas na boca das pessoas. Apesar de várias expressões antigas serem usadas nos dias de hoje, existem também frases de cariz proverbial que foram criadas mais recentemente em consequência de mudanças e desenvolvimento social. Por exemplo, no livro *Ji Gong* (GUO, 2013, p. 213) é referido que “o papel não pode segurar o fogo” (significa que é impossível esconder a verdade). Este provérbio foi criado após a invenção técnica da fabricação de papel e da mesma forma, depois do descobrimento do ferro, a expressão relacionada com o ferro também apareceu. De acordo com o livro *Noite Profunda* do Zhang Hen Shui (2013, p. 57), “Martelado quando o ferro foi queimado a uma certa temperatura.” (este provérbio significa que se deve esperar pelo momento mais oportuno para obter sucesso mais facilmente. Ao trabalhar o ferro quando este atinge a temperatura de fundição permite moldá-lo, caso contrário o processo torna-se muito mais difícil ou impossível). Isto mostra o equilíbrio da natureza e da sociedade, de superficial a profundo, de um lado para outro, passo a passo, de baixo para cima.

Desde os tempos antigos até aos tempos modernos, os provérbios chineses cresceram como cogumelos após a fundação da Nova China. O número de provérbios aumentou, juntamente com a qualidade dos mesmos, o que tornou o idioma mais rico e colorido. Após a fundação da República Popular da China, um grande número de provérbios foi cantado para elogiar o Partido Comunista: “Não há melhor combinação do que o sol, nada melhor do que o Partido Comunista”. Há também alguns novos

provérbios que elogiam as mulheres: “As mulheres podem superar metade do céu”, o que mostra a ascensão do *status* das mulheres e o progresso e desenvolvimento da sociedade.

O número de novos provérbios aumentou, no entanto, os provérbios estão a passar constantemente por processos de adaptação (novo metabolismo). Com o desenvolvimento da política social, da economia e do progresso científico, as expressões que careciam de cientificidade, com parcialidade ou perda de prática orientadora, desapareceram gradualmente. Tudo sempre se desenvolveu na direção da inovação, de acompanhar os tempos e seguir a tendência da sociedade e o mesmo se aplica aos provérbios. O livro *Estudo dos Provérbios Chineses* do Wu ZhanKun (2000, p. 557) menciona: “A visão geral das mudanças nos provérbios chineses só pode ser baseada nos documentos antigos. Segundo os registos dos antigos materiais escritos, alguns provérbios antigos encontrados na literatura antiga desapareceram ou mudaram os seus significados na Idade Média. Alguns provérbios desapareceram nos tempos modernos também, ao mesmo tempo, o conceito deles não faz sentido hoje.”.

Na antiga sociedade, o dinheiro era visto como onipotente. Por este motivo, havia provérbios como “o dinheiro pode mover até os deuses” ou “o dinheiro é vida, vida é dinheiro” para descrever o poder do dinheiro, ou seja, com dinheiro pode fazer-se o que se quiser. Sendo a riqueza representativa de grande poder, o dinheiro também determina o alto e baixo nível da identidade humana. Quando esta sociedade antiga foi derrubada, estes pensamentos no sentido de propagar dinheiro como onipotência também foram derrubados.

No que diz respeito ao *status* das mulheres, o *status* social e as suas funções nunca foram importantes e passivas. Em algum pensamento feudal, os homens são qualificados para o trabalho físico pesado, então eles dominam a era da agricultura e isso determinou um *status* social superior em relação ao das mulheres. As mulheres fazem apenas tarefas domésticas sem independência, formando assim um padrão de escravos masculinos e femininos por muito tempo. Além disso, as mulheres são vistas como uma origem de

desastre; devido a isso, na China antiga, não importa se é um evento nacional ou um plano familiar, as mulheres não têm o direito de se importar. De facto, as pessoas antigamente não tratavam as mulheres como seres humanos e insultavam-nas profundamente, o que é notório, por exemplo, nas expressões “mulher casada, salpicos de água.” e “incompetência das mulheres é virtude”. Felizmente, desde a vitória da Revolução Chinesa, todos os velhos ideais que prendem as mulheres mudaram e esses pensamentos negativos gradualmente desaparecem com o tempo.

O conceito de que o *status* masculino é superior ao feminino não existe apenas na cultura tradicional chinesa. Nos provérbios de língua portuguesa, o *status* das mulheres também é discriminado; no entanto, o machismo não é exclusivo de uma cultura particular. Uma mentalidade masculina pode ser totalmente encontrada em provérbios brasileiros: “Mulher, cachaça e bolacha, em toda parte se acha”; “A mulher e a mula, o pau as cura”; “Lágrimas de mulher, valem muito e custam-lhe pouco”; “A mulher e a cachorra, a que mais cala é a melhor”; “A mulher ri quando pode e chora quando quer”, “Mulher é como alça de caixão, quando um larga vem o outro e põe a mão”. (Xatara & Succi, 2008, pp. 41–42). Hoje em dia, com a disseminação de novas ideias, a igualdade de género tornou-se cada vez mais uma ideia dominante e as mulheres começaram a desempenhar um papel único na vida social.

Além do preconceito sexual, o preconceito racial é muito óbvio. Na longa história, a extrema pobreza e as crescentes disparidades económicas entre o Hemisfério Norte e o Hemisfério Sul levaram à intolerância de minorias étnicas, povos indígenas e imigrantes em alguns países, e ocorreram casos de discriminação racial e violência. A influência da discriminação racial penetrará, portanto, na cultura e na vida de vários países. Por exemplo, o preconceito contra a raça negra também pode ser visto em provérbios. Como afirma Xatara no seu estudo sobre os provérbios brasileiros: “Negro não é inteligente, é esprevidado”; “Negro não nasce, vem a furo”; “Negro só entra no céu por descuido de São

Pedro”, “Negro quando não caga na entrada, caga na saída” (Xatara & Succi, 2008, pp. 41–42). Ver também, a este propósito o estudo de Baronas, 2013.

Hoje em dia, com o desenvolvimento da cultura dominante na sociedade, têm-se notado muito mais esforços e trabalhos desenvolvidos pela sociedade. Por exemplo, as Nações Unidas continuaram a sua campanha de 30 anos contra a discriminação racial em questões étnicas desde 1973. Neste ano de ação ainda é muito significativo, salvaguardando ainda mais os direitos humanos e a igualdade racial. “É interessante notar, contudo, que em revanche a esses, surgem outros preconceituosos, em sinal de protesto: ‘Carne de branco também fede’; ‘Penico também é branco’; ‘Galinha preta põe ovo branco’” (Xatara & Succi, 2008, p. 41).

Os provérbios pertencem à categoria histórica e continuam-se a desenvolver. Algumas expressões antigas foram eliminadas com o desenvolvimento da sociedade e houve a criação de novos provérbios. Os provérbios não são estáticos, foram transformados pelas mudanças dos tempos e mudaram para ocupar um "lugar" na sociedade. Portanto os provérbios serão sempre enriquecidos e sempre jovens.

1.2.3 Valor cultural e social

1.2.3.1 No caso das publicidades

Os provérbios têm grande valor na sociedade moderna e têm o papel de promover o progresso social tanto na comunicação cultural quanto na comercial. Os provérbios constituem, realmente, uma dimensão específica entre as construções linguísticas de uma língua particular. No que diz respeito aos negócios, quando o chefe de uma empresa quer que as pessoas aceitem e comprem os seus produtos mais rapidamente, ele precisa de tornar o *slogan* da empresa muito atraente. Neste caso, o uso de provérbios em publicidade é muito frequente porque os provérbios têm as características importantes da

comunicação comercial eficaz: forma curta e fácil de ser memorizada, ganhando a simpatia do consumidor que se identifica com o tema anunciado e despertando confiabilidade ao produto.

Nesta sociedade da informação, se estiverem a andar num beco tranquilo ou nas ruas movimentadas, podem ver-se todos os tipos de cartazes à beira da estrada. Uma boa publicidade faz com que as pessoas nunca se esqueçam, e ao mesmo tempo é o começo de um negócio em expansão. Portanto, muitas pessoas esforçam-se para ser novas e únicas em design de publicidade, especialmente na linguagem publicitária e até mesmo desenhar sobre os clássicos da cultura nacional – expressões idiomáticas. Tomando emprestada a estrutura original das expressões idiomáticas, usando meios homofônicos para transformar provérbios numa linguagem de sinais apropriada para o seu próprio negócio, expressando vividamente as características dos produtos e influenciando efetivamente os consumidores, este é um método comum usado nas linguagens de propaganda nos últimos anos. Segundo o estudo do autor Peng ZeRun (2007, p. 32), ele definiu o uso generalizado dos provérbios em publicidade: “Um provérbio formado por palavras homofônicas ou quase sonoras que os homónimos são convertidos em palavras, a sua forma e sílaba são semelhantes a uma expressão bem conhecida, mas o significado é completamente diferente, chamamos de “linguagem harmónica”.”

Existem muitas publicidades de provérbios usados em publicidade na China, o presente estudo mostra apenas alguns exemplos aqui:

CH: 骑乐无穷——某摩托车广告语
PT: Equitação é interminável - um slogan da motocicleta



Figura 1: Slogan da motocicleta

Acedido em 27-10-2015, em <http://www.nipic.com/show/13534763.html>

O protótipo deste provérbio é “não há fim para a felicidade” (其乐无穷), mas como a pronúncia da “equitação” (骑) e do primeiro carácter do provérbio “其” são as mesmas, o primeiro carácter é substituído pela equitação relacionada à moto e o significado do provérbio é usado como um slogan para empresas de motocicletas.

CH: 随心所浴——热水器广告

PT: Toma o melhor banho - uma publicidade de aquecedor de água



Figura 2: Publicidade de aquecedor de água

Acedido em 05-03-2018, em <https://ibaotu.com/sucal/616626.html>

O provérbio original é “faça o que quiser” (随心所欲), e o slogan substituiu o último carácter “欲” (desejo) para o “浴” (banho), os quais se pronunciam a mesma forma, torna-se uma publicidade perfeita para o produto de aquecedor de água, ou seja, podem-se tomar banho com boa qualidade.

CH: 百衣百顺——某名牌服装广告语

PT: Cem roupa sem problema - um slogan de loja das roupas



Figura 3: Slogan de loja das roupas

Acedido em 14-05-2019, em <http://www.nipic.com/show/4/79/5934bb6e5c973f5e.html>

“Cem roupa sem problema” é a tradução literal, significa que todas as roupas são muito adequadas e não há problema nenhum. A publicidade vem do provérbio “tudo correu bem” (百依百顺), ou seja, de acordo com a forma da substituição, o carácter “衣” (roupa) na publicidade ocupou a posição do carácter “依” (adequado) no provérbio. Hoje em dia, existem várias lojas chinesas com nomes que seguem esta estratégia.

CH: 食全食美——某饭店广告语

PT: Comida deliciosa - um slogan de restaurante (comida)



Figura 4: Slogan de comida

Acedido em 09-07-2018, em <http://www.nipic.com/show/20660509.html>

Este é um exemplo típico dum slogan de restaurante chinês, o carácter “食” significa comer ou comida, mas faz a substituição com o carácter “十”, o que significa dez em mandarim. O provérbio original “十全十美” tem uma definição de “ser o apogeu da

perfeição”, quando se usa na publicidade, tornando o significado para a comida perfeita, ou seja, comida deliciosa.

CH: 天尝地酒——某酒类广告语
PT: Os deuses aproveitam o vinho - um slogan de vinho



Figura 5: Slogan de vinho

Acedido em 11-01-2017, em <https://weidian.com/p5/diary/pages/diary.php?id=13260718>

Neste slogan o chefe da empresa do vinho muda dois caracteres no provérbio, substituindo o carácter “长” (longo) por o “尝” (aproveitar), e o carácter “久” (sempre) por o “酒” (vinho), os sons dos caracteres são totalmente iguais, mas mudam-se os significados. O provérbio original refere-se “para sempre” e a publicidade usada pela empresa significa-se os deuses aproveitam o vinho.

CH: 一步到胃——胃药广告
PT: Um passo para o estômago - uma publicidade de remédio de estômago



Figura 6: Publicidade de remédio de estômago

Acedido em 14-08-2018, em <http://www.nipic.com/show/21034272.html>

O provérbio chinês original é “一步到位”, o que se traduz por “um passo atinge a posição correta.” Substitui o carácter “位” (posição) por o carácter “胃” (estômago), os quais têm a mesma fonética para ler e usa-se no caso de remédio. Ou seja, a publicidade significa que “depois de tomar este remédio, o efeito irá diretamente para o estômago.”

Os exemplos acima mostram o uso de provérbios chineses em publicidade. Da mesma forma, na língua portuguesa, o provérbio também desempenha um papel importante e tem um profundo impacto no desenvolvimento de negócios. Como se lê numa análise e introdução ao estudo *Provérbios, metáfora e publicidade: a sedução pelo implícito* de José Teixeira:

Como é frequentemente referido, um provérbio transporta uma determinada visão do mundo, sendo uma tomada de posição valorativa perante opções diferentes que, por vezes, outros provérbios também representam. Quando é

defendida, no anúncio, a visão do mundo que o provérbio transporta, este funciona como suporte e apoio ideológico dos valores a que se quer que o consumidor adira. (Teixeira, 2016, p. 230)

Para mostrar a semelhante influência na área de propagandas entre provérbios portugueses e chineses, encontram-se também alguns exemplos nas marcas portuguesas.



Figura 7: A publicidade da marca OIKOS (I). (Teixeira, 2016, p. 239)

Referindo-se à análise da imagem do slogan da pesquisa de José Teixeira, podemos saber que, assim como o uso provérbio chinês na área de publicidade, devido à substituição das palavras no provérbio português podemos ter uma nova expressão, esse método é adequado para a promoção de produtos da empresa. O provérbio original é: “entre marido e mulher ninguém mete a colher”, agora já não tem mais o significado transmitido pelo provérbio, e o valor da aceitabilidade social diminui com o desenvolvimento social. Mas este provérbio pode ser aplicado à publicidade, ele não expressa mais os valores tradicionais do casamento, mas através da engenhosa conversão do vocabulário, os produtos de iogurte e os consumidores são trazidos para mais perto e a metáfora humorística faz com que as pessoas aceitem melhor o produto e ao mesmo tempo potencia o aumento das vendas da empresa.



Figura 8: A publicidade da marca OIKOS (II). (Teixeira, 2016)

Da mesma forma, “quem come por gosto não cansa”, esse slogan também mudou só uma palavra, flexível para transformar o provérbio original numa nova forma, melhor para atrair a atenção e a compaixão dos consumidores. A expressão original é: “quem corre por gosto não cansa”, de acordo com as opiniões de José Teixeira, “Já não a de metaforização, mas a assonância fônica que permite que a contraposição lexical corre/come funcione como mecanismo possibilitador de novo jogo semântico” (Teixeira, 2016, p. 239).



Figura 9: O anúncio da marca SUPER BOCK. (Teixeira, 2016)

Explicando este anúncio, o autor afirma o seguinte:

Se a visão do mundo que um provérbio agasalha pode ser aproveitada ou contrariada, ela também pode ser neutralizada, porque posta em segundo plano. É o que acontece na maior parte dos casos, porque, frequentemente, não é a visão do mundo que o provérbio implica que justifica a sua utilização, mas “apenas” os valores de conotação de comunidade e cumplicidade de partilha, de pertença de grupo. E por isso, é indiferente a ideia, valor ou ideologia que o provérbio original quer mesmo defender, sendo tudo isto carnavalizado, geralmente através do humor que resulta da sua transformação. Se o provérbio *Para baixo todos os santos ajudam* envolve uma ideia pessimista de que *Um mal nunca vem só*, de que é mais fácil encontrar quem nos queira prejudicar do que quem nos queira ajudar, no anúncio da Figura [9] a sua utilização nem é para confirmar nem para refutar essa perspetiva, mas para fazer humor com a sua expressão. Reinterpreta-se o provérbio de molde a que o significado de comunidade que a expressão possui ganhe um novo valor que contraposto ao valor original se transforma num jogo que desperta o humor. O provérbio aplica-se, agora, a situações muito diferentes das que se aplica em comunidade (por isso é que tem de ser *reinterpretado* nos seus componentes): já não diz respeito a pessimismo e a coisas más, mas a cerveja e a coisas boas, à facilidade de fazer com que uma cerveja virada “para baixo” entre num copo. Esta comparação entre um assunto sério que o provérbio usualmente retrata (os males e o sofrimento da vida) e o assunto irrisório que é o de que a cerveja, tal como a vida, também pode cair “para baixo” obriga a reinterpretar toda a componente linguística do provérbio, a passar do sentido metafórico mais abstrato (as quedas

da vida) para o sentido físico (a queda da cerveja no copo), resultando todas estas associações no humor que inevitavelmente aparece ao falante que “descobre” as ligações entre o provérbio original e a interpretação que aqui tem de ter. ao falante que "descobre" as ligações entre o provérbio e a interpretação que tem aqui. (Teixeira, 2016, pp. 232-233)

Para além dos exemplos apresentados no estudo de Teixeira 2016 acima referido, muitos outros exemplos se poderiam dar de slogans publicitários que se apropriam ou desconstróem provérbios portugueses. Vejamos, por exemplo, os slogans citados por Pinto (1997, p. 123):

- *Depressa e bem? Já há quem. Kodak Express.* (Fotografias Kodak)
- *À noite nem todos os gatos são parvos.* (Preservativos Rendells)
- *Tanto vale só como bem acompanhado.* (Pizza Hut)
- *Depois da tempestade vem a Bonança.* (Companhia de Seguros Bonança)
- *Para grandes males... grandes médicos.* (Médicis)
- *Casa Nova, Vida Nova.* (UBP)
- *Nem só de um grande motor vive um automóvel.* (Carglass)
- *Por detrás de um grande homem há sempre uma grande cerveja.* (Super Bock)
- *Grão a grão. Literalmente.* (Sical)
- *Depressa vamos longe.* (EMS Correio Urgente)

Em suma, quer se trate de um provérbio tradicional chinês ou de um provérbio português, é transformado numa publicidade de forma humorística através de uma simples transformação de vocabulário e é utilizado no desenvolvimento comercial para atrair a atenção e o poder de compra dos consumidores. Aqui está uma citação do estudo de Xatara e Succi para resumir os pontos acima:

“A quebra de um conceito estabelecido é, por sua vez, um recurso moderno e muito interessante em propagandas, que tomam como base provérbios de sabedoria “indiscutível “e os contradizem, inserindo um novo conceito a fim de causar efeito de estranhamento, por vezes até risos, prendendo, assim, a atenção do recetor e atingindo, conseqüentemente, o objetivo almejado.” (Xatara & Succi, 2008, p. 42)

Quanto à forma, o provérbio, em publicidade, pode ser incluído no anúncio sem alteração da sua forma linguística original, ou pode sofrer alterações, nomeadamente substituições lexicais, alterações sintáticas ou supressões lexicais (Duarte, Coimbra & Moutinho, 2006), como se pode observar nos exemplos acima fornecidos.

1.2.3.2 No caso das fábulas

Em contos infantis, e sobretudo em fábulas, os provérbios figuram muitas vezes com o intuito de educar ou advertir, pois carregam mensagens que procuram orientar as atitudes do leitor (LYSARDO-DIAS, 2001, p. 33). Os provérbios, na maioria das vezes, aparecem no título ou no primeiro enunciado da matéria, para captar a atenção do leitor. No entanto, se aparecem no fim, funcionam como moral e desfecho da história.

Os contos infantis geralmente contêm alegorias ou lições óbvias. A estrutura delas é curta e usam-se metáforas para tornar as lições ou verdades profundas refletidas nas histórias simples. O cenário da história da fábula está relacionado ao futuro da fábula. A China tem tido sempre algumas fábulas famosas, por exemplo, a fábula do Yu Gong se afasta das montanhas encerra com a moral da história “quem persiste pode finalmente ter sucesso”; a fábula de à espera de lebres pela árvore encerra com “quem não faz nada não apanha nada”. O sucesso dos contos é muito legível, independentemente do nível cultural

das pessoas, pode perceber-se a verdade contida numa história clara e concisa. Uma grande parte da história das crianças é a essência da história e as pessoas usam um provérbio para resumir e condensar esses ensinamentos numa frase ou sentença curta para expressar convenientemente toda a história e para contar um significado significativo.

A fábula tem sido popular desde a dinastia Primavera e Outono na China, e é uma criação oral popular. Nos escritos dos filósofos pré-Qin, a fábula é frequentemente usada para esclarecer a verdade. Após as dinastias Han e Wei, na criação de alguns escritores, as fábulas eram frequentemente usadas para satirizar a realidade. Por exemplo, os três animais mais comuns e representativos, ratos, cobras, burro, ironicamente representam-se cegamente arrogante e complacente; neste sentido, os autores chineses usam alguns provérbios que aludem aos três animais para expressar o significado profundo da fábula, pelo que são especialmente comuns em trabalhos de literatura infantil.

Além da fábula chinesa, nos contos ocidentais também se usam os provérbios para esclarecer a moral e desfecho da história e para despertar a atenção do leitor. Exemplificando, segundo o estudo da Cláudia Maria Xatara, a fábula da galinha dos ovos de ouro encerra com a moral da história “Quem tudo quer nada tem”; a fábula da coruja e da águia encerra com “Quem o feio ama bonito lhe parece”; a fábula das uvas e da raposa com “Quem desdenha quer comprar”; da tartaruga e da lebre com “Devagar se vai ao longe”; do leão e do rato com “Ninguém é tão inútil que não possa ser útil a alguém” (Xatara & Succi, 2008, p. 44).

Na verdade, as fábulas e os provérbios encerram um posicionamento crítico sobre as condutas humanas, demonstrando assim a moral da história. Portanto, através do conteúdo dessas duas seções, podemos saber que os provérbios têm o impacto significativo e o valor respeitável no desenvolvimento social, não apenas nas atividades comerciais, mas também na comunicação cultural e na criação literária.

1.3 Razão por que os alimentos respondem por uma grande proporção de provérbios

Nesta secção, seguindo uma apresentação geral aos provérbios portugueses e chineses, vamos analisar e pesquisar as razões pelas quais os nomes de comidas respondem por uma grande proporção de provérbios. Com o presente trabalho, estudamos os provérbios com nomes de comida, no sentido de conhecer melhor e mais profundamente a língua e a cultura chinesas e portuguesas. No entanto, de qualquer maneira, não deixaremos de afirmar as funções e a alta importância dos alimentos na nossa vida quotidiana.

Em primeiro lugar, analisamos a importância da comida para os seres humanos a partir duma perspectiva histórica. Ao longo dos séculos, a abundância de alimentos é a premissa e a garantia para a continuação da vida. A suficiência e a segurança dos alimentos estão relacionadas à segurança de um país.

Felipe Fernández-Armesto, historiador britânico e autor de várias obras populares da história, publicou um livro *Food: A History* (Fernandez-Armesto, 2001) através dos seus anos de pesquisa e exploração da história da comida, ele resumiu num trabalho descrevendo a história do desenvolvimento de alimentos. Ao ler o seu trabalho, podemos tirar as seguintes conclusões: quer se trate de invenção humana quer de evolução natural, no longo prazo, as atividades agrícolas mudaram o mundo de forma mais profunda do que as outras mudanças humanas. Seja em face do mundo, da estrutura ecológica ou da dieta humana, o impacto das atividades agrícolas não é comparável às atividades anteriores de caça, pesca e pecuária. Na cadeia alimentar humana, quase todos os animais são alimentados com ração e a produção agrícola ainda domina a economia mundial. Naturalmente, na sociedade de hoje, o número de pessoas envolvidas na produção agrícola não é o maior. Novas atividades industriais surgiram na revolução industrial e na

revolução pós-industrial, e as indústrias secundárias e terciárias desenvolveram-se gradualmente, no entanto, a indústria de alimentos e a agricultura, como as suas principais indústrias, ainda mantêm o seu domínio económico. Hoje em dia, ainda confiamos inteiramente na comida para sobreviver e é a base para toda a vida. O comércio, a indústria e a agricultura são os três principais componentes do desenvolvimento da sociedade humana moderna, mas a posição da agricultura está sempre em primeiro lugar. Por exemplo, há vários provérbios chineses que mostram a importância do alimento das pessoas e do país, em seguida, escolhemos e apresentamos alguns exemplos relativamente populares na cultura chinesa.

CH: 广积粮，缓称王
PY: Guǎng jī liáng, huǎn chēng wáng
PT: Reabasteça a comida primeiro, depois construa o país.

Este provérbio expressa o conceito tradicional de governar o país. Antes de construir um estado, primeiro deve armazenar-se alimentos suficientes e desenvolver a agricultura e depois continuar a estabelecer outras indústrias. O provérbio não é usado apenas no período em que os antigos imperadores governaram o país, mas também aplicado à sociedade de hoje. É uma metáfora para dizer que quando quiser efetuar algo, faz a parte mais importante antes de tudo, é uma chave para ter sucesso no final.

CH: 兵马未动，粮草先行
PY: Bīng mǎ wèi dòng, liáng cǎo xiān xíng
PT: Soldados e cavalos não se movem, comida e forragem primeiro transporte.

Da mesma forma, no presente provérbio mostra-se o significado semelhante acima. Durante a guerra entre o antigo império chinês da Dinastia Song, havia estratégias para os generais deixarem a comida e a forragem transportarem-se primeiro para o campo de batalha e depois deixar os cavalos e soldados seguirem o passado. A analogia é preparar-se antecipadamente antes de fazer algo. A mesma razão mostra a posição de liderança e a importância da comida na civilização humana e na vida social.

CH: 巧妇难为无米之炊
PY: Qiǎo fù nán wéi wú mǐ zhī chuī
PT: Mesmo a dona de casa mais engenhosa não pode criar milagres a partir de uma cozinha sem comida.

Este provérbio é a sabedoria popular na cultura chinesa, o significado literal é mesmo que seja uma mulher inteligente, não se pode cozinhar sem alimentos. Hoje em dia, usamo-lo com o sentido mais profundo, embora haja pessoas que sejam mais capazes do que outras, dificilmente conseguirão algo se não tiverem as condições necessárias para fazer as coisas.

CH: 民以食为天
PY: Mín yǐ shí wéi tiān
PT: Comida é a primeira necessidade do homem.

Este provérbio vem de *Shi Ji* (Si, 2016), o provérbio original é “o rei considera o povo como o mais importante e as pessoas consideram a comida como a primeira necessidade da vida”, salientando o respeitável pela comida.

Comparativamente, no caso Português ou ocidental, a comida também desempenha um papel importante na vida humana. Sem dúvida, toda a tradição de dieta no mundo representa uma perspectiva específica das pessoas em todos os países, o modo de pensar, o modo de viver e a sua visão do mundo. Através da disseminação da cultura alimentar, sentimos que estamos numa comunidade cultural. Neste sentido, a dieta pode ser usada como um critério importante ou mesmo decisivo. O professor Kwang-chih Chang, Ex-Diretor do Departamento de Antropologia da Universidade de Harvard, sugeriu uma vez que “uma das melhores maneiras de alcançar um núcleo cultural é atingir o seu estômago” (HE, 2006). Por outras palavras, a maneira mais rápida de aprender sobre a cultura dum país é experimentar e pesquisar a sua comida. No entanto, a importância dos alimentos para os seres humanos não é apenas a nível cultural, mas também tem um impacto importante na saúde humana. Nos provérbios portugueses, por exemplo, podemos encontrar muitas expressões relacionadas à saúde. De acordo com o estudo académico de Celeste Antão, dividem-se os efeitos sobre a saúde dos provérbios alimentares em três categorias: moderação, excessos e repercussões. A tabela a seguir pode ilustrar este ponto de vista.

Moderação	Para longa vida, regra e medida no beber e na comida. A saúde, como a fortuna deixa de favorecer os que abusam dela. Come para viver e não vivas para comer. Nada faz como o vinho se tornado com tino.
Excessos	O bom comer faz mau dormir. Come como são e bebe como doente. De fome ninguém morreu, mas sim de muito que comeu. Gota é mal de rico; cura-se fechando o bico. Mais mata a gula que a espada. Beber para esquecer.

	<p>Comer toda a vianda e temer toda a maleita.</p> <p>De fome não vi morrer, mas sim de muito comer.</p> <p>Comer até adoecer, jejuar até sarar.</p>
Repercussões	<p>De grandes ceias estão as sepulturas cheias.</p> <p>Se és um velho comilão, encomenda o teu caixão.</p> <p>Ao que demais comer, abre-lhe o garfo a cova.</p> <p>Gordura é formosura.</p> <p>Magreza é beleza.</p> <p>Grande prazer, não escusa o comer.</p> <p>Se bebes demais tropeças e caís.</p>

Quadro I- Provérbios relativos à moderação, excessos e repercussões na alimentação (Antão, Pereira, Veiga-Branco, & Sousa, 2016, p. 569)

De acordo com os exemplos acima, podemos ver que o impacto dos alimentos para a saúde das pessoas se reflete em todos os aspetos. Como estamos familiarizados com o provérbio “Para longa vida, regra e medida no beber e na comida”, explica-se muito bem a importância da alimentação e da bebida controlada e saudável. O que precisamos admitir é que para além de uma necessidade fundamental, a alimentação é um dos fatores do ambiente que mais afetam a saúde. É necessário "saber comer" (Antão, 2011) - saber escolher os alimentos de forma e em quantidades adequadas às necessidades diárias, ao longo de diferentes fases da vida.

“Se bebes demais tropeças e caís”, na sabedoria popular, significa que se beber demais fica tão bêbado e o seu cérebro fica tão alterado que não tem equilíbrio. É expressiva quando enfatiza os malefícios do álcool, nomeadamente quando este é excessivo. Referência como “Bebidas fortes, homens fracos”, significa que quando os homens bebem bebidas fortes frequentemente são mais fracos e não conseguem ser

racionais. Na verdade, o presente provérbio também pode ter o significado mais profundo como violência doméstica, em que os homens batem às mulheres quando estão bêbados porque beberam muitas bebidas fortes. De acordo com o Diário do Minho do dia 6 de março de 2019 (Cerqueira, 2019), o número de vítimas de violência doméstica volta, assim, a subir para 12 vítimas em 2019 em Portugal. Ao longo de todo o ano de 2018, em Portugal, morreram 28 mulheres vítimas de violência em contexto doméstico, segundo a UMAR (União de Mulheres Alternativa e Resposta). Desde então, o dia 7 de março assinala-se o primeiro dia de luto nacional pelas vítimas de violência doméstica. Segundo Mariana Vieira da Silva, ministra da Presidência e da Modernização Administrativa, que fez a proposta ao Conselho de Ministros, para consciencializar sobre o problema e homenagear as vítimas.

Segundo o estudo *Provérbios conducentes à mudança de estilos de vida: contributos na promoção da saúde* (Antão, 2011), podemos captar as seguintes conclusões:

A roda dos alimentos é composta por sete grupos de alimentos de diferentes dimensões os quais indicam a proporção de peso com que cada um deles deve estar presente na alimentação diária. Assim:

- Cereais derivados e tubérculos 28%
- Hortícolas 23%
- Frutas 20%
- Lacticínios 18%
- Carne, pescado e ovos 5%
- Leguminosas 4%
- Gorduras e óleos 2% (Antão, 2011, p. 208)

De acordo com a análise dos dados acima, podemos saber que cereais derivados e tubérculos, hortícolas e frutas têm uma grande proporção de efeitos sobre a saúde humana, enquanto que gorduras e óleos tem uma pequena proporção. Esta conclusão é um bom contador do impacto de cada parte dos alimentos na saúde humana e na cultura alimentar.

Em seguida, o segundo capítulo apresentará em detalhe a expressão de cada parte dos alimentos nos provérbios. A conclusão desse dado também claramente estabelece uma base teórica para o presente trabalho sobre provérbios alimentares.

Capítulo 2. Apresentação geral dos alimentos nos provérbios portugueses e chineses

2.1 Breve apresentação da Comida Chinesa e da Dieta Mediterrânica

2.1.1 Apresentação geral da Dieta Mediterrânica

Nutricionistas descobriram que as pessoas que vivem em Itália, Espanha, Grécia, Marrocos e outros países que ficam na costa mediterrânica da Europa têm baixa incidência de doenças cardíacas, sempre têm longa vida e poucas doenças modernas, como diabetes e colesterol alto. Depois de muitas investigações e análises, o mistério gradualmente foi descoberto e encontrada uma relação com a estrutura da dieta da área, ou seja, é a dieta popular que chamamos hoje: a Dieta Mediterrânica.

Segundo o estudo de Lucília Chacoto *A dieta mediterrânica nos provérbios portugueses* (Chacoto, 2014), podemos aprender sobre o status internacional e a influência da dieta mediterrânea:

Considerada Património Imaterial da Humanidade desde 4 de dezembro de 2013, a Dieta Mediterrânica é definida como um estilo de vida saudável, fruto de um regime nutricional equilibrado. Dieta alimentar à base de produtos locais, colhidos sazonalmente e confeccionados segundo receitas tradicionais. As refeições desempenham uma função social e cultural, pois são partilhadas com familiares e amigos, no quotidiano ou em ocasiões festivas. Quer o repouso, necessário para restaurar forças físicas e anímicas, quer o exercício físico moderado (praticado diariamente) são parte integrante deste estilo de vida milenar – a Dieta Mediterrânica – que tem vindo a ser transmitido de geração

em geração e é visto pela ciência contemporânea como um modelo a adotar. (Chacoto, 2014, p. 164)

No processo histórico de ascensão e desenvolvimento das atividades agrícolas, algumas comidas tiveram um impacto tremendo na vida humana e, portanto, atraíram atenção especial dos seres humanos. A alimentação mediterrânica assenta em três alimentos: o pão, o vinho e o azeite. Esses alimentos correspondem ao modelo dietético elaborado pela ideologia grega e romana. De acordo com o mesmo estudo da Lucília Chacoto (Chacoto, 2014, p. 164), explicou-nos melhor a importância destes alimentos para o povo do mediterrâneo: “Na liturgia cristã, o pão e o vinho são, respetivamente, o corpo e o sangue de Cristo”. Ou seja, tornando-se misteriosamente o corpo e o sangue de Cristo, os sinais do pão e do vinho continuam a significar também a bondade da criação.

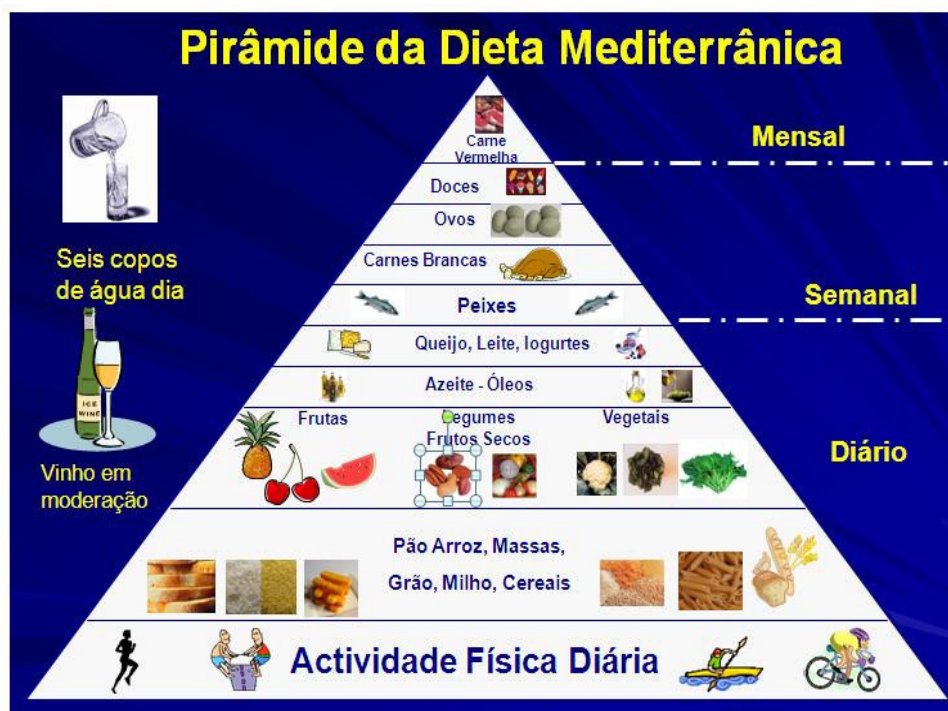


Figura 10: A pirâmide alimentar mediterrânica. Acedido em: <http://www.fpcardiologia.pt/o-conceito-de-dieta-mediterranica-e-piramide-alimentar-mediterranica/>

Ao estudar a pirâmide alimentar mediterrânea (Figura 10), podemos saber que nessa dieta não há proibições. Em outras palavras, a dieta caracteriza-se pelo consumo de alimentos naturais encontrados com facilidade na região mediterrânea como azeite, vinho, sementes e uma variedade de ervas de cheiro. Além disso, o cardápio mediterrâneo é rico em: frutas, cereais, hortaliças, leguminosas, oleaginosas, peixes, leite e derivados. O baixo consumo de carnes vermelhas, gorduras de origem animal, doces e produtos industrializados e alimentos com muita gordura e açúcar, também faz parte do cardápio.

No último piso da pirâmide podemos saber que, além de uma dieta equilibrada, na dieta mediterrânea também se enfatiza o princípio da quantidade certa e do equilíbrio, um estilo de vida saudável, uma atitude otimista em relação à vida e ao exercício diário.

A Doutora Elena S. George da Universidade de Deakin publicou um estudo *A Mediterranean Diet Model in Australia: Strategies for Translating the Traditional Mediterranean Diet into a Multicultural Setting*, do ponto de vista científico, explicando-se a racionalidade da dieta mediterrânea, que detalha os efeitos dessa dieta nas três refeições diárias dos seres humanos, para que possamos tirar as seguintes conclusões.

Como a primeira refeição do dia, o pequeno-almoço, o plano de dieta tem como objetivo incorporar grãos integrais e altos teores de ácidos gordos monoinsaturados e antioxidantes, considerando o que era facilmente acessível. As opções variavam de papas com frutas, além de incluir componentes mais tradicionais, como mel e canela, a pão de soja e linhaça com tomate picado, cebola, ervas, azeite extra-virgem e sumo de limão ou ovos com tomate estufado ou abacate também foram incluídos. Iogurte grego com frutas, mel, canela e nozes também foram incorporados ao plano de refeições. Chá ou café de ervas foram incluídos diariamente. Componentes menos tradicionais, como o uso de produtos lácteos com baixo teor de gordura, soja e pão de linhaça, foram substituídos para garantir uma proporção ideal de gordura para o plano de refeições.

As refeições do almoço destinavam-se a ser ricos em vegetais, cereais integrais e ácidos gordos monoinsaturados. As opções variavam de pão de soja e linhaça, peixe e salada ou vegetais assados e queijo feta com azeite extra-virgem, sopas à base de leguminosas ou refeições com sobras de jantar. Refeições menores também eram acompanhadas por um pedaço de fruta. O peixe enlatado, por exemplo, é um componente menos tradicional das refeições que foi incluído para atender aos desejáveis perfis de ácidos gordos, ao mesmo tempo em que mantém a conveniência frequentemente desejada nas sociedades ocidentais.

O jantar também era rico em vegetais, cereais integrais e ácidos gordos monoinsaturados. A maioria das refeições durante o jantar exigia um pouco de comida, mas, como mencionado anteriormente, os recursos convenientes da refeição poderiam ser usados no lugar disso. Além disso, havia dicas sobre como as principais refeições poderiam ser alteradas ou tornadas mais convenientes. As refeições principais no jantar incluíam peixe, pequenas porções de carne branca duas vezes por semana e carne vermelha, que era limitada a uma vez por semana. Havia pelo menos dois dias vegetarianos por semana e pelo menos dois pratos de lentilha por semana. Os planos de refeições foram planeados para que as refeições pudessem ser deslocadas entre as refeições, dias e semanas, para atender às preferências individuais e compromissos de tempo.

Ao conhecer as relações entre a dieta mediterrânica e as três refeições, podemos compreender claramente a ligação intimamente entre os provérbios portugueses e a cultura alimentar.

Vegetables		Carbohydrate		Protein		Condiments
Green salad mix		Whole grain crackers		Canned lentils or legumes		EVOO*
Frozen vegetables		Microwavable rice		Canned chicken		Salt (minimal) +/- pepper
Cucumber, tomato and carrot	+	Wholegrain bread	+	Canned fish (e.g. tuna, sardines, salmon, mackerel, herring)	+	Lemon juice
Cabbage and carrot shredded		Potato (all varieties) – small for microwaving		Boiled egg (s)		Vinegar
Rocket and/or spinach leaves		Cous-cous (add boiling water, cover for 3 min)		Nuts or nut butter		Herbs +/- spices

*EVOO should be added to all meals

(EVOO: extra virgin olive oil.)

Figura 11: A summary of the Mediterranean Diet inspired “Cook free” meals based on the resource provided to study participants. (George, 2018)

A Figura 11 foi fornecida às pessoas como parte de ideias de alimentos para capacitá-los a implementar os princípios dessa dieta dentro da sua própria dieta e estilo de vida. A necessidade de alimentos rápidos e convenientes é bem reconhecida nos estilos de vida ocupados de hoje. Para acomodar esses estilos de vida, foram fornecidos recursos para ajudar todas as pessoas a criar refeições com escolhas que exigiam preparação mínima. Estas opções convenientes permitiram escolhas nutritivas, mantendo os principais elementos do modelo de dieta mediterrânea sem a necessidade de habilidades ou equipamentos de cozimento expansivos. Essas opções de refeições rápidas e fáceis foram projetadas dentro de um recurso que poderia ser fornecido a todas as pessoas, mas enfatizado para aqueles que tinham habilidades culinárias limitadas ou para refeições, como almoço no trabalho, onde havia tempo limitado ou acesso a equipamentos de

cozinha.

Através da análise e introdução acima, podemos saber que a dieta mediterrânea não só nos fornece uma dieta saudável e razoável, mas também uma cultura alimentar colorida que condensa todos os aspetos do Mediterrâneo, da mesa ao plantio, colheita, pesca, armazenamento, processamento, cozinhar e comer, com todas as competências, conhecimento e prática. Ao mesmo tempo, é também uma parte importante dos costumes e festivais do povo local e, na verdade, muitas canções, provérbios, mitos e lendas também são derivados disso. Em seguida, o segundo subcapítulo apresentará em detalhe as relações entre a dieta mediterrânea e os provérbios e mostrará alguns exemplos deles.

2.1.2 Apresentação geral da Comida Chinesa

Os nossos ancestrais pensaram desde o início que, se as pessoas quiserem viver uma vida mais longa e saudável, elas devem ter uma estrutura científica e prática completa na sua dieta, ou seja, devem ter um hábito alimentar relativamente fixo e razoável. De acordo com a conclusão do livro *Cultura Alimentar Chinesa e Estrangeira* (HE, 2006), na China, a estrutura de alimentos tinha principalmente as três características a seguir:

(1) Grãos e alimentos cozidos são os principais pilares. Desde a era neolítica, a China entrou na sociedade agrícola e a dieta das pessoas começou a ser dominada por grãos. Depois do Período da Primavera e Outono e do Período dos Reinos Combatentes, o trigo tornou-se o alimento básico do Norte, enquanto o arroz era o único no Sul. Depois de milhares de anos, seu *status* de alimento básico permaneceu inalterado. Devido à produtividade desenvolvida na China antiga, o povo han que vive na região das Planícies Centrais sempre usou fogo para cozinhar. Por sua influência, a maioria dos outros grupos étnicos na China usam principalmente alimentos cozidos, e apenas alguns hábitos alimentares crus são retidos.

(2) À base de vegetarianos, suplementados por carne. O livro do Chunpeng Yao (Yao, 2010, p. 147) propõe uma estrutura de dieta científica em que “os legumes são os principais, os cereais são ajudados, as carnes são benéficas e as frutas são preenchidas”, e na verdade, cereais, frutas e legumes são alimentos vegetais. É este tipo de estrutura alimentar que se baseia principalmente nos alimentos, complementados por uma quantidade adequada de alimentos onívoros, como carne, produtos de soja, vegetais, frutas, etc., que encarnam a essência do pensamento de saúde na dieta chinesa.

(3) Preste atenção aos cinco sabores. Salgado, doce, amargo, picante e azedo são os mais usados na dieta chinesa. É uma característica importante da estrutura de dieta da China para se concentrar nos cinco sabores e não apenas num deles.

A China tem uma grande área, por isso os hábitos alimentares variam de região para região. Os restaurantes chineses que prevalecem em todos os países do mundo não podem representar toda a comida chinesa. Devido a razões geográficas, as províncias litorais e as cidades do sul da China representadas por Guangdong, Zhejiang e Xangai têm prioridades para ir lá fora e espalham os hábitos alimentares costeiros para todos os lugares do mundo. As características alimentares das áreas do interior da China raramente se espalham para o estrangeiro, mas ocupam uma proporção muito importante na dieta chinesa.

Há muitas maneiras de dividir a região da cultura alimentar chinesa, mas é muitas vezes controverso. O estilo de culinária na China muda gradualmente com a região, especialmente na fronteira onde as regiões se encontram, há frequentemente casos mistos de culinária. A região de cultura alimentar da China pode ser dividida em duas partes, a área de dieta do Norte, com o trigo como alimento principal e a área de dieta do Sul com arroz como alimento básico.



Figura 12: Mapa de distribuição do uso farinha e arroz da China. Acedido em. <http://wap.art.ifeng.com/?app=system&controller=artmobile&action=content&contentid=3450837>

Na figura 12, o vermelho representa farinha e o azul representa arroz. Nas regiões do norte da China, as pessoas comem massa ou alimentos à base de farinha como principal fonte de alimento, enquanto o arroz no sul da China é o foco da dieta diária. De acordo com a imagem, podemos ver que a dieta chinesa pode ser dividida em duas partes, no Norte e no Sul, ou seja, a diferença entre arroz e farinha.

Segundo as teorias referidas no estudo *The diet of the South and the North in China* (Chang, 2015), pode-se confirmar a exatidão da classificação da dieta expressa na figura.

Referred to the differences of the South and North, we should first think of the Southern staple food is rice, Northern is flour. The

staple food's difference causing the entire diet a huge difference.
(Chang, 2015)

O Norte da China está localizado principalmente na zona temperada média e na zona temperada quente, a precipitação é menor, a temperatura é mais baixa e a terra cultivada é majoritariamente na terra firme, sendo adequada para o plantio de trigo e milho, painço e sorgo, que são secos e resistentes ao frio.

A região meridional está localizada principalmente na zona subtropical e nos trópicos, o clima no Sul é quente e chuvoso, e a terra cultivada é dominada por campos de arroz; portanto, na agricultura local, é adequado o cultivo de arroz com alta temperatura e chuva.

Por outras palavras, o alimento básico da China não é apenas o arroz, que é um dos equívocos da dieta chinesa em outros países do mundo. As pessoas do Noroeste têm pouco hábito de comer arroz. A sua principal fonte de alimento é a farinha e podem fazer centenas de comidas com apenas farinha.

Além do alimento básico para classificar a dieta chinesa entre Norte-Sul, de acordo com o estudo *Diferenciação regional e tendência de desenvolvimento da cultura alimentar chinesa* publicado em 1994 na revista *Acta Geographica Sinica* (Chen, n.d.), classificações dietéticas mais detalhadas podem ser divididas em quatro categorias de acordo com o gosto: Lu, Huaiyang, Sichuan e Cantonês.

A culinária de Lu, ou cozinha do Norte, tem um gosto principalmente salgado e carnes de animais de quinta são os ingredientes fundamentais, por exemplo frango, porco, vaca e ovelha são usados como alimentos representativos. Culinária Lu é baseada principalmente nos alimentos à base de farinha e no uso de vaca e carneiro, o que também é uma característica importante da dieta do norte da China. Os pratos especiais feitos com farinha são massa, jiaozi (uma espécie de rissol de carnes ou vegetais), baozi (pão chinês), etc.

Na culinária de Huaiyang, localizada na parte central da China, o sabor principalmente é doce e agridoce. Durante o período antigo da China, Huaiyang era o centro económico e político da Dinastia Tang, também tinha um centro de transporte de água e terra e um centro de comércio interno e externo. Por isso, a gastronomia aqui é mais aceitável por toda a gente. Por exemplo, a maioria dos restaurantes chineses noutros países usa o sabor da cozinha de Huaiyang, espalhando-se por todo o mundo. Por outras palavras, Culinária Huaiyang está mais de acordo com os hábitos alimentares da maioria das pessoas e pode rapidamente permitir que mais pessoas aceitem esse sabor. Existem muitos rios na região de Huaiyang e os produtos aquáticos são extremamente ricos durante todo o ano, pelo que os ingredientes desta cozinha são principalmente peixe e marisco.

A culinária de Sichuan concentra-se no uso da pimenta a gosto, pelo que o sabor picante é a chave para esta cozinha. Localizado na parte sudoeste da China, o terreno da bacia montanhosa, o clima frio e húmido é uma condição importante que afeta os hábitos alimentares das pessoas no Sudoeste. As condições de temperatura fria e húmida permitem que a culinária de Sichuan permaneça na região sudoeste, e o efeito suor das pimentas pode atenuar as ondas de calor e a humidade do clima. Fica nas profundezas das montanhas, de modo que os ingredientes dos pratos são principalmente relacionados à caça selvagem nas montanhas. Cogumelos frescos e selvagens, peixes, camarões e vegetais silvestres são todos refletidos na culinária de Sichuan.

Culinária cantonesa refere-se às áreas costeiras do sul da China e está centrada na região de Cantão, Macau e Hong Kong. O gosto é leve e enfatiza o sabor original da comida. As técnicas de cozimento são principalmente cozidas no vapor, fervidas e não colocam muitas especiarias, buscando um sabor delicioso. Por estar localizado na costa sul da China, frutos do mar, peixe e camarão são as principais características da culinária cantonesa, no entanto os animais de quinta, como bovinos e ovinos, raramente aparecem na mesa do sul.

2.2 Os nomes de comida mais populares entre os dois países

A fim de mostrar mais claramente as diferentes manifestações das dietas chinesa e portuguesa nos provérbios, o presente estudo procedeu à sua análise e comparação na forma de gráficos, nos quais seis categorias foram consideradas, respetivamente: o caso dos alimentos, o caso das refeições/ocasiões, o caso dos utensílios, o caso das ações, o caso de partes do corpo e o caso de aspetos negativos. Através da exibição de dados visuais, podemos estudar as semelhanças e diferenças entre os provérbios das dietas chinesa e portuguesa mais detalhadamente.

Para distinguir melhor o número de vezes em que os nomes de comida chinesa e portuguesa são mencionados nos provérbios, o gráfico vermelho representa os dados da China e o gráfico azul representa os de Portugal.

Existem várias recolhas de provérbios, quer chineses, quer portugueses. No caso dos provérbios portugueses, são especialmente exaustivas as compilações de Fernando Ribeiro de Mello (1988), Orlando Neves (1991) e especialmente a de José Pedro Machado (1997). Por só nos interessarem aqui os provérbios sobre comida, utilizámos, como base para a constituição do *corpus* do presente estudo, as recolhas de Mimoso, A. (2006), Chacoto, L. (2014), e Wen, D. Z. (2004).

2.2.1 O caso de alimentos

No gráfico 1, podemos saber que os seis alimentos mais citados nos provérbios na China são o baijiu (a bebida alcoólica), a galinha, a soja, o arroz, a massa e a carne. Esses alimentos registam entre 25 e 39 ocorrências nos provérbios chineses. Olhando para o

gráfico português, os alimentos principais são o pão, o vinho, a sopa, a carne, a galinha e as frutas. Ficamos agradavelmente surpreendidos ao ver que os alimentos que a China e Portugal prestam atenção nas suas dietas são surpreendentemente semelhantes: álcool, carne, frutas e pão (ou alimentos à base da farinha na China) são o foco de vida dos povos dos dois países por séculos. Ou seja, embora as diferenças entre a China e Portugal em termos de história, geografia, hábitos de viver e culturais sejam muito grandes, existem semelhanças entre os dois países em termos de dieta quotidiana.

Mas, ao mesmo tempo, também podemos ver que, nos dados listados nos gráficos, China e Portugal têm as suas características específicas. Primeiro olhamos para o gráfico chinês, o arroz surge em 27 provérbios chineses, sendo o terceiro alimento mais citado, enquanto que, no que respeita aos provérbios portugueses, o arroz surge em apenas 5 provérbios, colocando-se este alimento em 23.º lugar na lista. Estes resultados mostram, portanto, de uma forma muito clara que este alimento é muito mais foco de atenção na paremiologia chinesa do que na portuguesa.

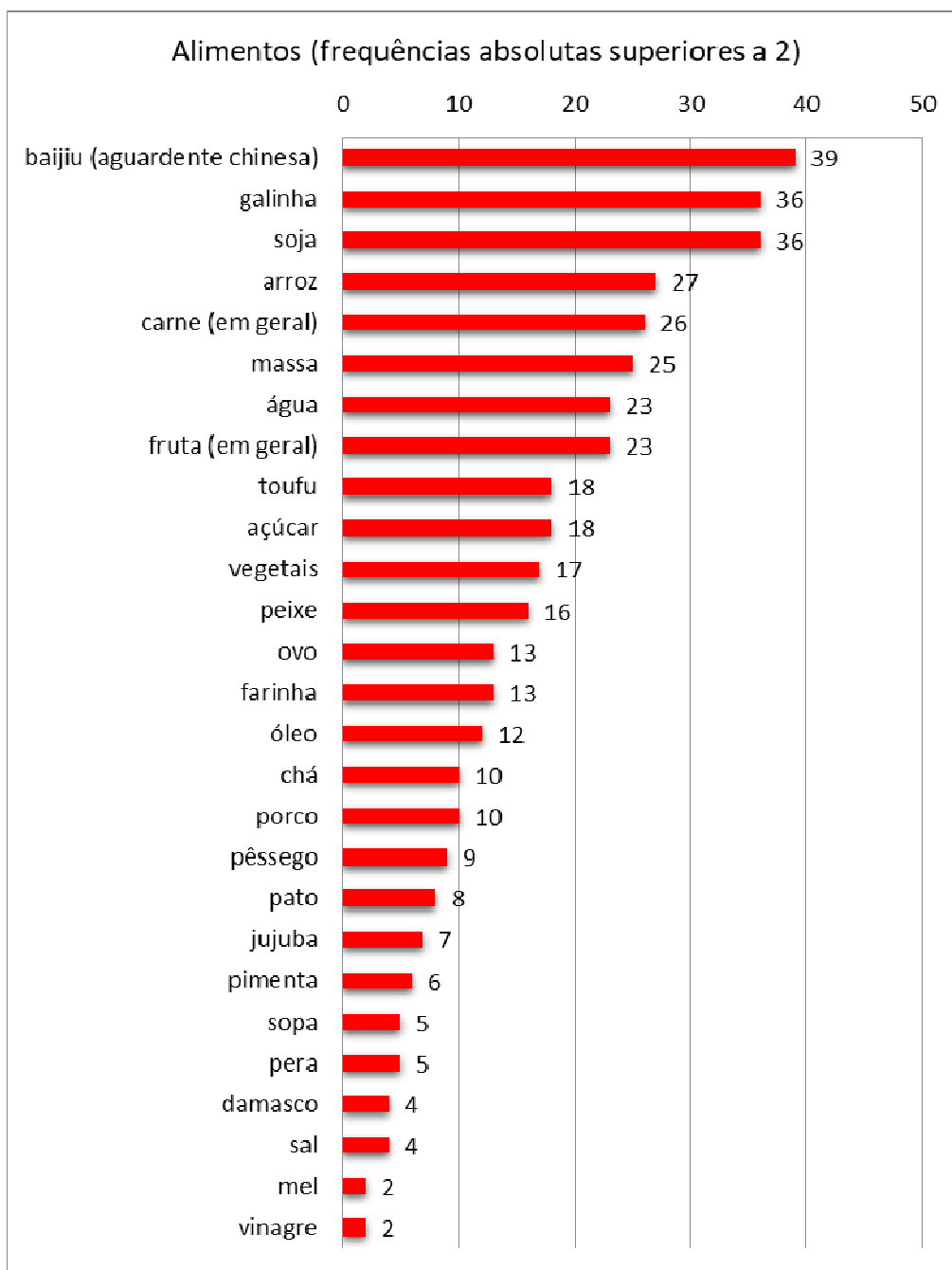


Gráfico 1: O número de vezes em que nomes de alimentos aparecem nos provérbios chineses do corpus estudado.

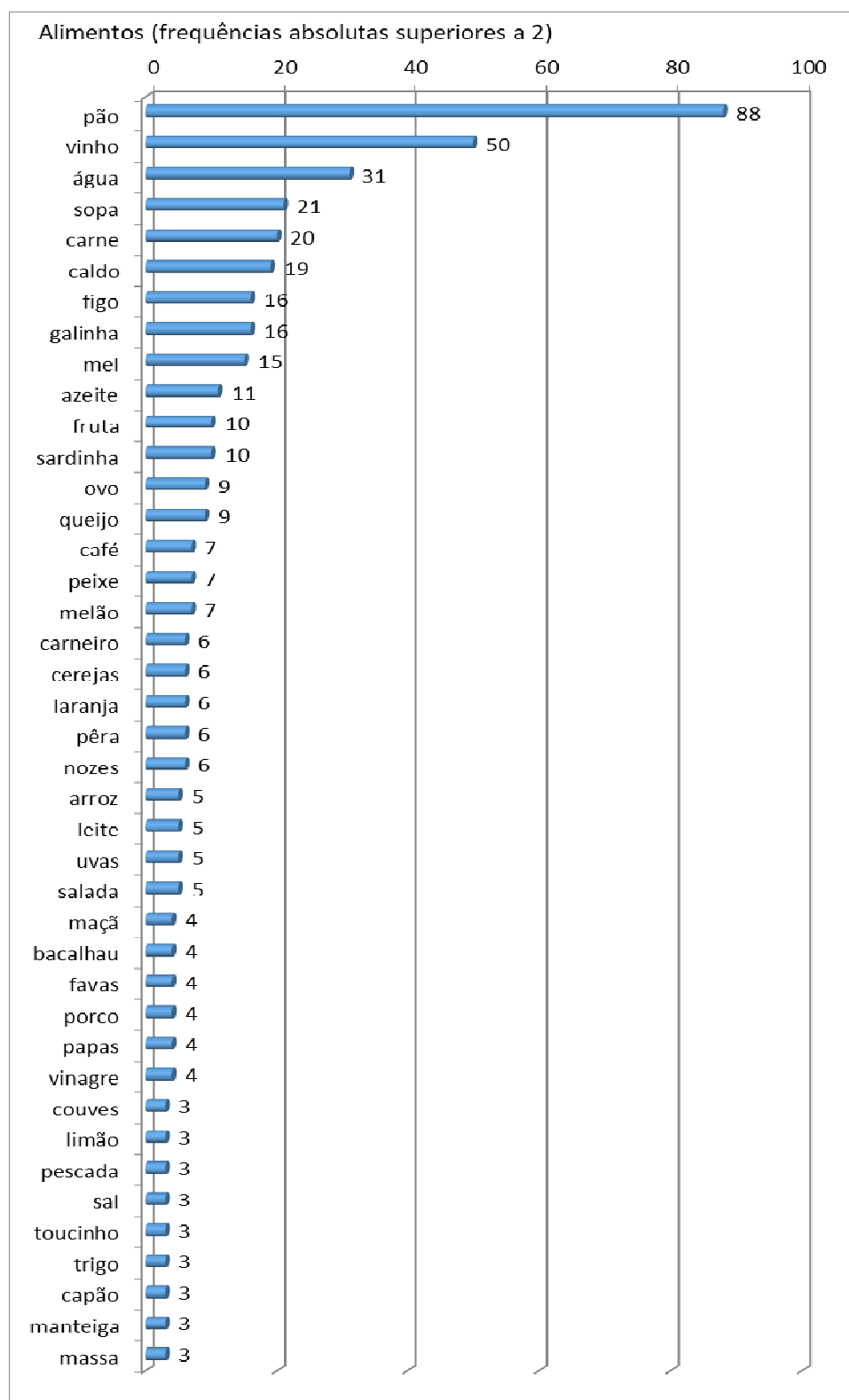


Gráfico 2: O número de vezes em que nomes de alimentos aparecem nos provérbios portugueses do corpus estudado.

O mesmo é verdadeiro para a massa, com a introdução do subcapítulo anterior, sabemos que a importância da massa na culinária do norte da China é refletida no gráfico 1, pois podemos ver que a massa regista 25 ocorrências, enquanto no gráfico 2, relativo aos provérbios portugueses, verificamos que a massa surge apenas 3 vezes. Além disso, a sopa também é uma grande diferença. No gráfico chinês, a sopa surge apenas 5 vezes, enquanto nos provérbios portugueses, se adicionarmos sopa e caldo juntos, contam-se 40 ocorrências.

Além dessas comparações, também podemos ver muitos tipos diferentes de alimentos nos dois países, refletindo características específicas dos dois tipos de alimentação. Por exemplo, o tofu, o óleo, o chá, o damasco, a jujuba que aparecem nos dados chineses, são quase inexistentes nos provérbios portugueses. O azeite, o figo, o queijo, o café e a manteiga que aparecem na dieta portuguesa não fazem parte dos hábitos alimentares chineses e não surgem nos seus provérbios. Como a China não cultivava oliveiras, mais óleo é usado em vez de azeite na mesa. Além disso, os figos são também uma das frutas da região mediterrânea, e ao contrário, jujuba e damasco não costumam aparecer na mesa portuguesa. Como todos nós sabemos, a diferença entre o chá e o café é também uma grande diferença na dieta sino-portuguesa. Em resumo, os nomes de alimentos listados acima diferenciam as dietas dos dois países.

2.2.2 O caso de refeições/ocasiões

No caso de refeições, podemos saber que a classificação de ocasiões no provérbio dietético chinês é muito limitada. De acordo com o gráfico 3, basicamente, a dieta chinesa é apenas dividida em três partes: o pequeno-almoço, o almoço e o jantar. Na realidade, é verdade que os chineses costumam ter simplesmente três refeições por dia,

não há quase nenhum hábito de adicionar refeições entre os três. Para a cultura alimentar portuguesa, podemos aferir nos dados analisados que as três refeições básicas apenas explicam uma partes dos hábitos de comer pois, além disso, existem a ceia, a merenda, a bucha. São também referidas refeições festivas: o batizado, o banquete, etc. Por outras palavras, o lanche desempenha um papel importante na cultura alimentar portuguesa, enquanto que a palavra é quase inexistente na dieta tradicional chinesa.

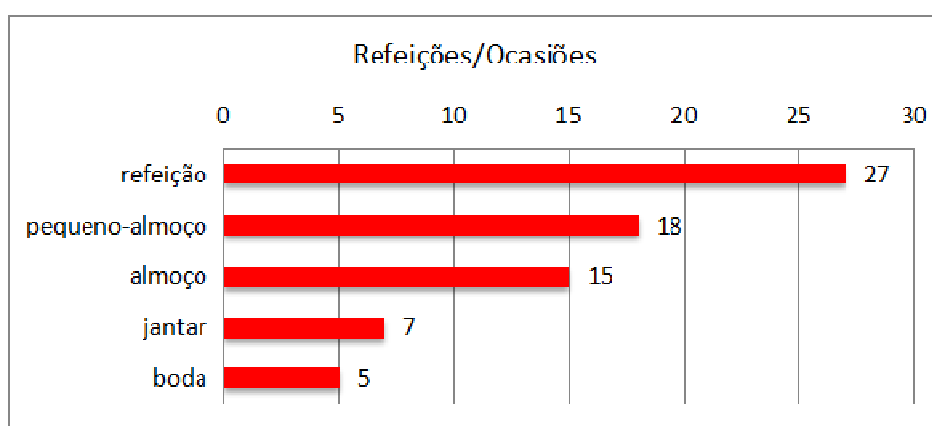


Gráfico 3: O número de vezes que nomes de refeições/ocasiões aparecem nos provérbios chineses.

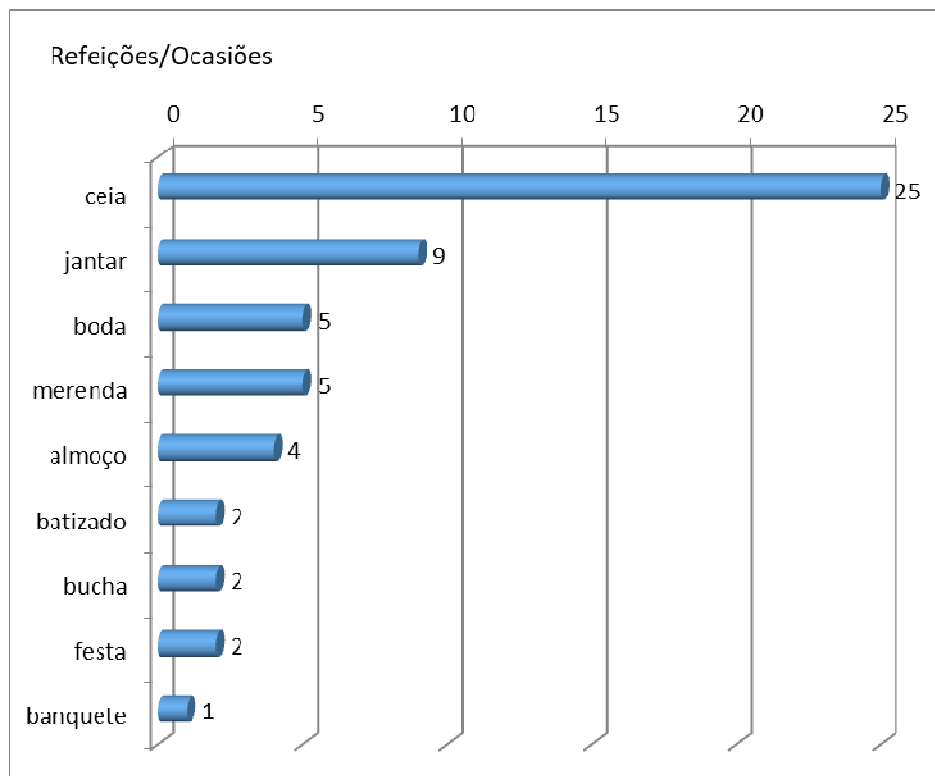


Gráfico 4: O número de vezes em que nomes de refeições/ocasiões aparecem nos provérbios portugueses.

Quando analisamos o gráfico 3 em mais detalhe, descobrimos que a proporção de três refeições na dieta chinesa é muito diferente. O pequeno-almoço representou 18 vezes do total, seguido pelo almoço, representando 15 vezes, enquanto o jantar representou apenas 7 vezes. Na verdade, isso está relacionado ao conceito tradicional de dieta e saúde na China ao longo dos anos. Há um provérbio que regista especificamente esse fenómeno cultural:

CH: 早餐吃的像皇帝，午餐吃的像平民，晚餐吃的像乞丐。

PY: Zǎocān chī de xiàng huángdì, wǔcān chī de xiàng píngmín, wǎncān chī de xiàng qǐgài.

TL: Coma o pequeno-almoço como o imperador, almoce como os civis, jante como um mendigo.

Por outras palavras, o pequeno-almoço deve ser comido muito melhor porque pode ser absorvido e consumido durante o dia, e ao almoço deve-se comer relativamente menos, porque as pessoas raramente se exercitam à tarde e o jantar deve ser consumido o mínimo possível devido à absorção noturna e o sistema digestivo não ser muito bom à noite também. De acordo com esta convicção popular, comer muito ou muito bem no jantar não só afetará o sono, mas também desencadeará um desequilíbrio do metabolismo das pessoas, aumentando a carga do estômago e levando à obesidade. Este provérbio ainda manteve o seu significado orientador e é precisamente por causa desse conceito alimentar que sempre afetou a vida e a saúde do povo chinês.

Já para os provérbios portugueses, a ceia é um hábito alimentar muito importante no dia-a-dia. No gráfico 4 podemos tirar conclusões muito diferentes da cultura alimentar chinesa. Assim, nos provérbios portugueses, a ceia surge 25 vezes, o jantar 9 vezes, o almoço 4 vezes e nenhum pequeno-almoço é visto nos provérbios portugueses. Além dessas refeições, a merenda também responde por 5 vezes.

Em outras palavras, através da comparação dos dois gráficos, descobrimos que as refeições das duas culturas são quase completamente opostas. Podemos encontrar os provérbios portugueses sobre a ceia e a merenda facilmente, como “Quem bem ceia, bem dorme.”, “Quem bem de ceia toda a noite esperneia.”, “Jantar tarde e cear cedo, tiram merenda de premeio.”. Ambas as palavras mostram a sua posição importante na cultura alimentar portuguesa.

A dieta é uma das partes importantes da civilização humana. Por diferentes culturas alimentares, podemos também especular sobre as diferenças na vida social entre a China e Portugal.

2.2.3 O caso dos utensílios

Nesta categoria, o caso de utensílios, existem alguns substantivos que utilizam uma grande proporção dos provérbios dos dois países, como a panela, a faca, a colher e o copo, que são os utensílios básicos de cozinha na China e em Portugal.

No caso da panela, registamos os provérbios portugueses “Comei cá da panela que limpa é ela.”, “Meio-dia, barriga vazia; panela ao lume é o nosso costume.”, “Por mais santo que seja o dia a panela tem de ferver.”, entre outros.

A cultura chinesa também tem vários provérbios sobre a panela:

CH: 一锅粥打翻在地，收不了场。

PY: Yī guō zhōu dǎ fān zài dì, shōu bù liǎo chǎng.

TL: Uma panela de papas derramada no chão e não pode ser recuperado.

PT: Não vale a pena chorar sobre leite derramado.

CH: 不会做饭的看锅，会做饭的看火。

PY: Bù huì zuò fàn de kàn guō, huì zuò fàn de kàn huǒ.

PT: Quem não sabe cozinhar, observa a panela; quem sabe cozinhar, observa o fogo.

Normalmente, os provérbios chineses têm significados profundos. A tradução literal do segundo exemplo é que as pessoas que não cozinham frequentemente verificam se a comida está pronta ao julgar a panela, abre sempre a tampa para ver se a comida está

cozida ou não, mas muitas vezes a tampa espalha facilmente o calor no ar. As pessoas que cozinham bem vão observar o fogo no fundo da panela para julgar se a comida está pronta. Este provérbio tem uma metáfora para observar o assunto exterior, não olhe apenas para a superfície, deve aprender a ver as mudanças nos detalhes internos. Só a superfície é muitas vezes cega por algumas ilusões. Só compreende a conotação central das coisas, pode-se limpar a essência delas e faça o julgamento correto.

Além das mesmas palavras usadas, analisamos as diferenças entre os nomes de utensílios alimentares dos dois países. De acordo com o gráfico 5, podemos ver que os pauzinhos apareceram 17 vezes e a tigela apareceu 4 vezes na parte chinesa. Os pauzinhos e a tigela comumente usados nas dietas chinesas, mas são quase invisíveis nos provérbios portugueses. Na parte portuguesa, temos o garfo e a faca, que não fazem parte da cultura alimentar chinesa. O significado da palavra faca nos provérbios chineses geralmente se refere à culinária de cortar carne, ou seja, é uma preparação antes de cozinhar, mas quase não aparece nenhuma faca numa mesa de refeição. Então, a faca em Portugal é como os pauzinhos na China.

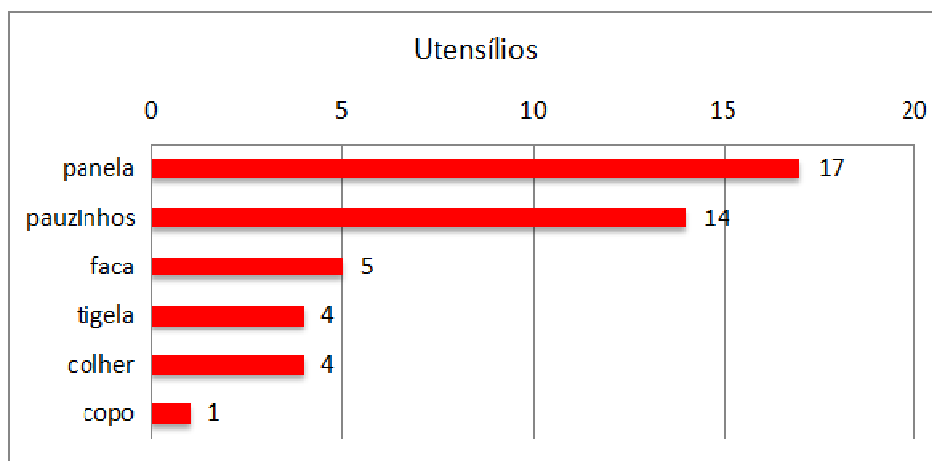


Gráfico 5: O número de vezes em que nomes de utensílios aparecem nos provérbios chineses.

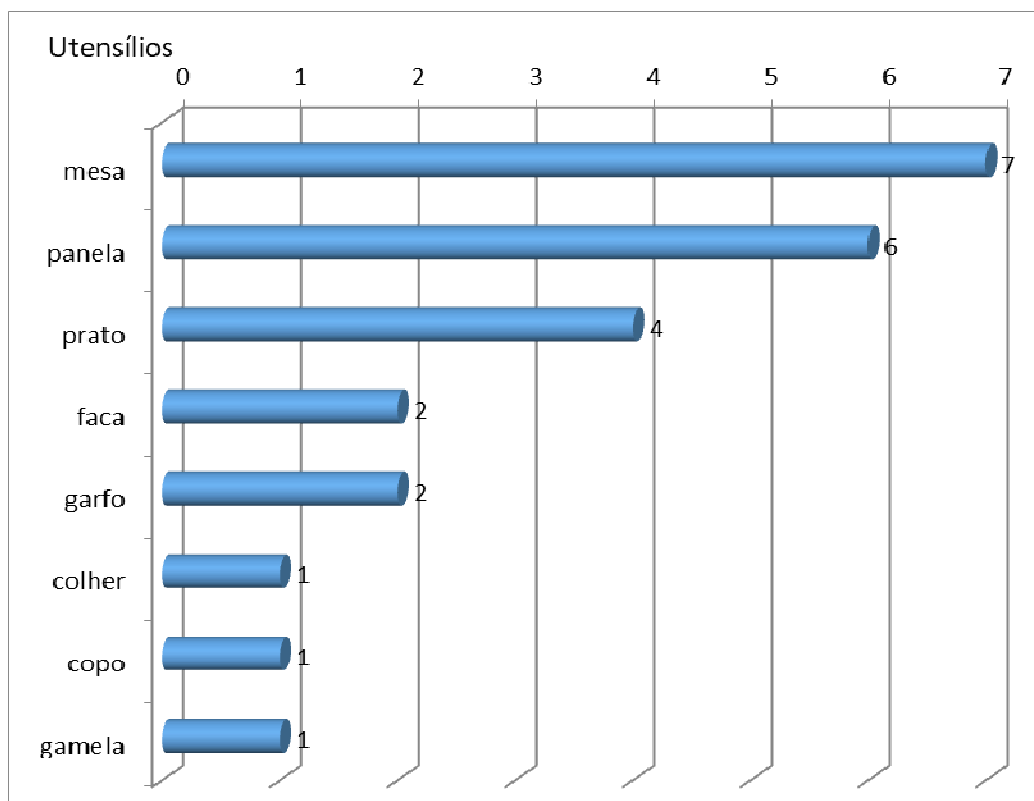


Gráfico 6: O número de vezes em que nomes de utensílios aparecem nos provérbios portugueses.

Da mesma forma, os portugueses usam prato como dispositivo de carregar comida, enquanto a China está acostumada a usar tigelas, e a razão vem dos diferentes hábitos gastronómicos dos dois países. O prato é realmente conveniente e fácil de usar para comer no ocidente. Porque o talher ocidental é o garfo e a faca, o prato é uma louça aberta que é muito conveniente para cortar alimentos com garfos e facas. Para a comida chinesa, os pauzinhos são usados como utensílios principais, já que na comida chinesa é necessário cortar os alimentos em pequenos pedaços durante o processo de cozimento, para que os alimentos possam ser diretamente recolhidos pelos pauzinhos sem corte secundário, por isso é conveniente comer na tigela. Tomando vaca como exemplo, o bife na dieta ocidental é um prato muito comum, mas a China não se tem o hábito de comer um pedaço inteiro de bife. Na questão do processamento da carne, os pratos chineses

apresentam-na geralmente cortada em pedaços pequenos antes de estufar, o que é conveniente para usar os pauzinhos.

Constata-se também que, através dos provérbios, se ensina quais os utensílios adequados para servir à mesa os diversos alimentos: “De sopas a tigela – de carne a escudela” (Chacoto, 2014, p. 171). Em outras palavras, observando a diferença entre os provérbios dos dois países, podemos facilmente encontrar as desigualdades na cultura de alimentos entre a China e Portugal através das dissemelhança encontrada nos utensílios de cozinha.

2.2.4 O caso de ações

No caso de ações, os verbos alimentares que aparecem nos provérbios chineses e portugueses não são tão diferentes, já que os verbos mais comuns são: comer, viver, fartar, beber, fazer e assim por diante.

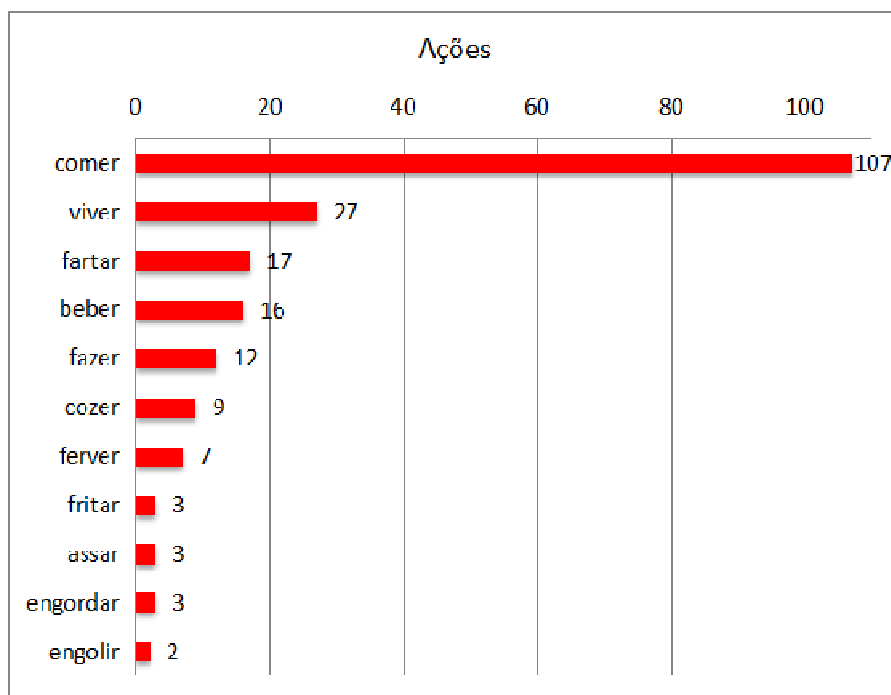


Gráfico 7: O número de vezes em que nomes de ações aparecem nos provérbios chineses.

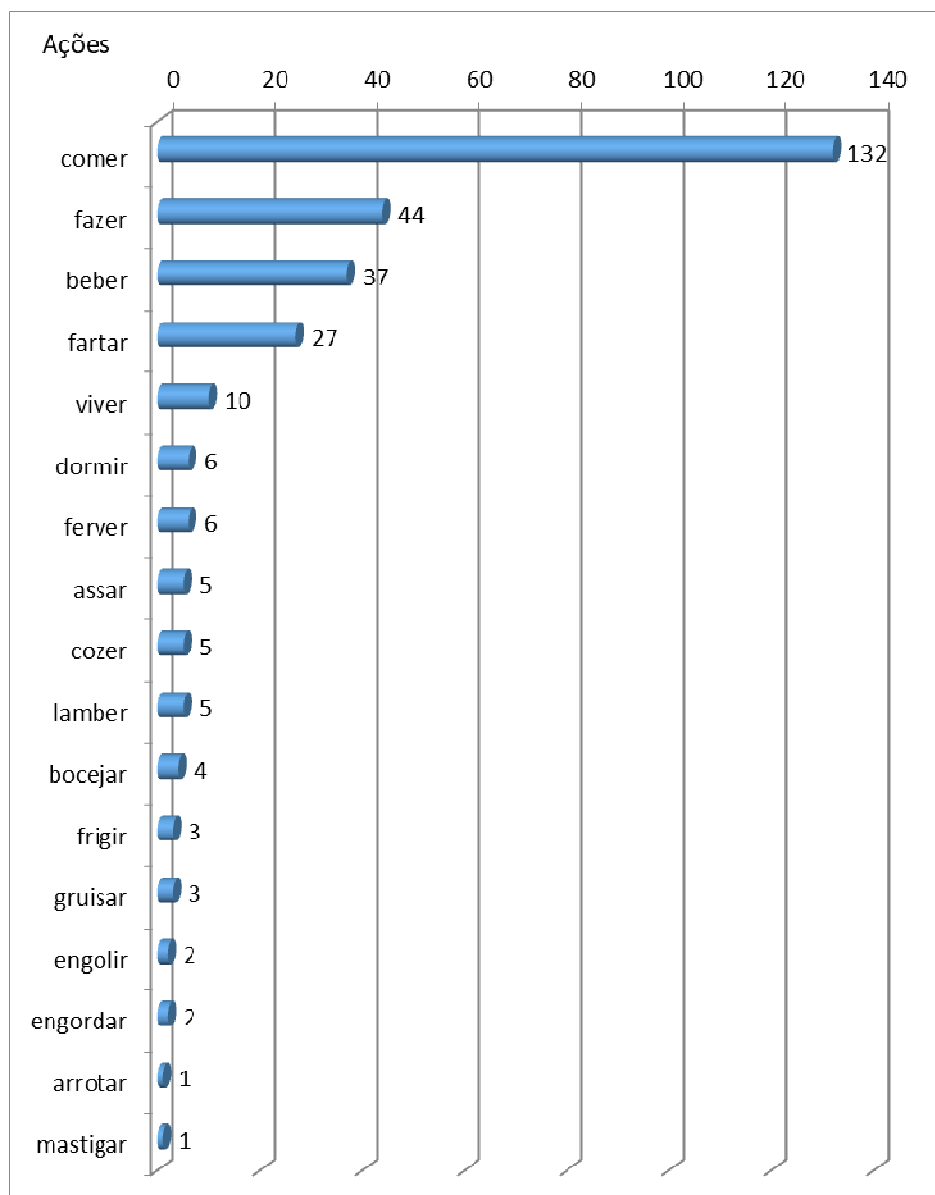


Gráfico 8: O número de vezes em que nomes de ações aparecem nos provérbios portugueses.

A seguir, daremos um exemplo de análise dos vários verbos mais comuns em detalhe e analisaremos as semelhanças e diferenças no caso de ações nos provérbios das duas culturas.

comer	<p>A cabeça com comer se endireita.</p> <p>A(o) bom ou mau comer, três vezes beber.</p> <p>Aquilo que não tens de comer deixa-o a cozer.</p> <p>Bocado engolido, sabor perdido.</p> <p>Bom é ter pai e mãe, mas comer e beber rapa tudo.</p> <p>Cada um come do que faz.</p> <p>Cada um come do que gosta.</p> <p>Comamos e bebamos e nunca mais ralhamos.</p> <p>Comamos e bebamos porque amanhã morreremos.</p> <p>Come como são e bebe como doente.</p> <p>Come mais os olhos do que a barriga.</p> <p>Come o que tens e não o que sonhas.</p> <p>Come para viver, não vivas para comer.</p> <p>Come pouco e bebe pouco, dormirás como louco.</p> <p>Comei cá da panela que limpa é ela.</p>
beber	<p>Bebe vinho branco de manhã e à tarde o tinto para teres sangue.</p> <p>Beber vinho mata a fome.</p> <p>Bebe vinho, mas não bebas o siso.</p> <p>Beber sem comer é cegar sem ver.</p> <p>Bebeu, jogou, furtou: beberá, jogará, furtará.</p> <p>Vinho branco é beber e não ser manco.</p> <p>Vinho doce, bebe-o como se nada fosse.</p>
fazer	<p>Não se pode fazer a par: comer e assoprar.</p> <p>Guarda de comer e não de que fazer.</p> <p>Quem não é para comer, não é para o fazer.</p>
viver	<p>Come para viver, não vivas para comer.</p> <p>Anda quente, come pouco, bebe assaz e viverás.</p>

	<p>Come menino, criar-te-ás, come velho, viverás.</p> <p>Come caldo e anda quente: viverás longamente.</p> <p>Come pão, bebe água: viverás sem mágoa.</p> <p>Come sopa, vive alto, nada quente: viverás longamente.</p>
fartar	<p>Quem não se farta a comer, não se farta a beber.</p> <p>Morra Marta, morra farta.</p> <p>Farta-te gato que é dia de Entrudo.</p> <p>De fartas ceias, estão as sepulturas cheias.</p> <p>A ventre farto, o mel amarga.</p> <p>Haja fartura, que a fome ninguém atura.</p> <p>A fartura faz bravura.</p>

Quadro 1: Os provérbios portugueses no caso de ações. Acedido em <http://www.gastronomias.com/proverbios/>. (Mimoso, 2006)

吃 comer	<p>狗吃苍蝇，胡搅。</p> <p>狗啃骨头，天生喜欢吃硬的。</p> <p>炒菜要人吃，唱歌要人听。</p> <p>不做贼，心不惊，不吃鱼，嘴不腥。</p> <p>半夜里吃黄瓜，不知头尾。</p> <p>不会有好果子吃。</p> <p>大鱼吃小鱼，小鱼吃虾米。</p> <p>过头饭难吃，过头话难讲。</p> <p>蚂蚁吃高粱，顺杆爬。</p>
喝 beber	<p>酒糟鼻子不喝酒，枉旦其名。</p> <p>酒要少喝，事要多理。</p> <p>太阳地里喝老酒，里外都热和。</p> <p>圣人喝卤水，明白人办糊涂事。</p>

	当了衣服买酒喝，顾嘴不顾身。
做 fazer	饭不可吃光，事不可做绝。 黄连树上搭苦瓜棚，苦做一堆。黍子做黄酒，后劲儿大。 舀米汤洗澡，尽做糊涂事。 王小二开饭店，量人做菜。 石蜡做的瓜果梨桃，中看不中吃。
活 viver	三餐莫吃饱，无病活到老。 五月鲤赛过活人参。 兔子跳进开水锅，有死无活。 人生不读书，活着不如猪。
饱 fartar	饿则思饱，冷则思暖。 饥时一粒，胜过饱时一斗。 听人劝，吃饱饭。 饱汉不知饿汉饥。 饱食伤身，忠言逆耳。 饱耳福，饱眼福。

Quadro 2: Os provérbios chineses no caso de ações. (WEN, 2004)

Através dos exemplos nos quadros 1 e 2, descobrimos que um grande número de verbos alimentares é usado em provérbios portugueses e alguns deles têm quase o mesmo significado que os provérbios chineses.

CH: 眼大肚子小，争多吃不了。

PY: Yǎn dà dù zi xiǎo, zhēng duō chī bù liǎo.

TL: Os olhos grandes e a barriga pequena, toma muito, mas não pode comer tudo.

PT: Ter mais olhos que barriga.

Este provérbio chinês tem o mesmo significado que o provérbio português e é muito comum. Existe também a outra expressão que é “Comer mais com os olhos do que com a barriga”, significa que pensamos que conseguimos comer mais do que na realidade. É muito usado por pessoas em restaurantes buffet porque tira muita comida e acha que vai comer tudo, mas na verdade vai ficar cheio a meio do prato.

CH: 路要一步步走，饭要一口口吃。

PY: Lù yào yī bù bù zǒu, fàn yào yī kǒu kǒu chī.

TL: A estrada tem que ir passo a passo, a comida tem que comer pouco a pouco.

PT: Come o que tens e não o que sonhas.

Este provérbio também é usado na vida quotidiana. Come o que tens e não o que sonhas, ou seja, se tiver o pão, come o pão, não sonha comer uma festa. O provérbio também tem o significado profundo. Toda a gente quer ser bem-sucedido e quer fazer algo grande e fantástico. A esperança é sempre boa, mas é preciso muito trabalho para fazê-lo, e precisa ser feito passo a passo. Faça o que tem agora, não sonha o que não tem neste momento.

CH: 平日多喝汤，长寿保健康。

PY: Píng rì duō hē tāng, cháng shòu bǎo jiàn kāng.

TL: Beba mais sopa quente, viverás longamente e saudável.

PT: Come caldo e anda quente: viverás longamente.

A sopa desempenha um papel importante na dieta chinesa. Além deste provérbio, há um outro provérbio também enfatiza a sua importância: “É melhor comer sopa do que comer carne.” Por outras palavras, come carne não é tão saudável quanto come sopa. As pessoas geralmente acreditam que os nutrientes dos alimentos estão dentro na sopa.

Surpreendentemente, o provérbio português também expressa o mesmo significado, quer viver longamente e mais saudável, come mais sopa quente.

CH: 吃酒不吃菜，必定醉得快。

PY: Chī jiǔ bù chī cài, bìdìng zuì de kuài.

TL: Quando bebe não come nada, vai ficar bêbado logo.

PT: Beber sem comer é cegar sem ver.

O provérbio “Beber sem comer é cegar sem ver” quer dizer que beber com o estômago vazio é fácil ficar bêbado. Encontramos também a expressão chinesa com o mesmo sentido para alertar as pessoas a comer antes de beber.

2.2.5 O caso de partes do corpo

Nesta categoria, o caso de partes do corpo, existem algumas que surgem numa grande porção dos provérbios dos dois países, como a boca, a barriga, o ventre e os dentes, que são os mais frequentes, quer nos provérbios da China, quer de Portugal.

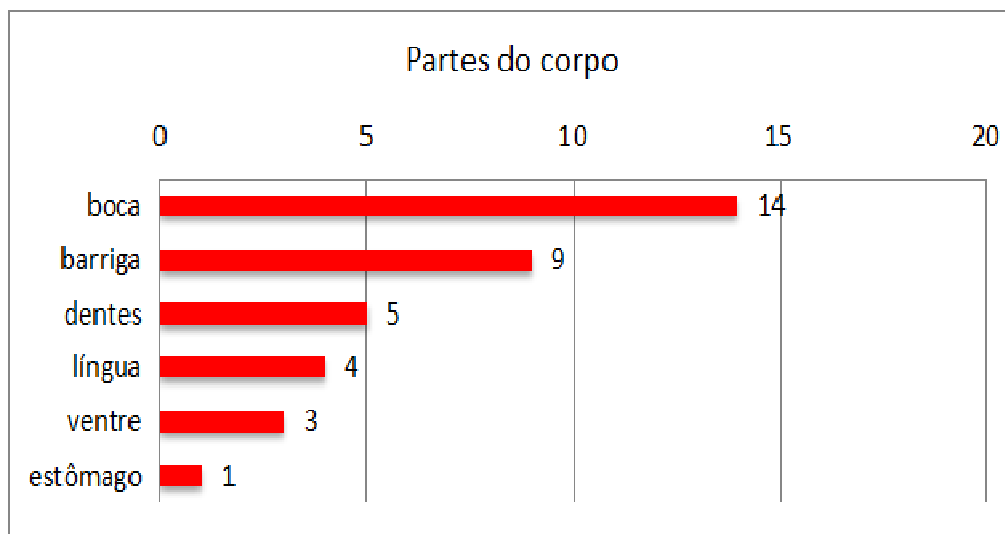


Gráfico 9: O número de vezes em que nomes de partes do corpo aparecem nos provérbios chineses.

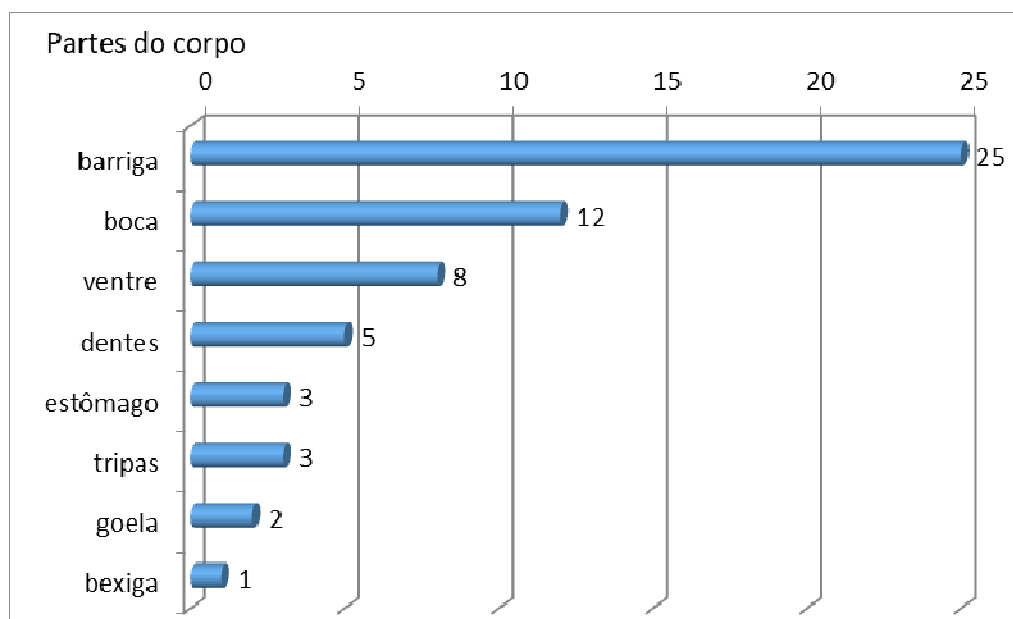


Gráfico 10: O número de vezes em que nomes de partes do corpo aparecem nos provérbios portugueses.

barriga	<p>A barriga não tem ouvidos.</p> <p>As tripas pelejam na barriga.</p> <p>Barriga cheia, feijão (goiaba) tem bicho.</p> <p>Barriga cheia, cara alegre.</p> <p>Barriga vazia não conhece alegria.</p> <p>Barriga grande não dá entendimento e pode dar sofrimento.</p> <p>Barriga inchada não é fartura.</p> <p>Barriga que não leva dois jantares, facada nela.</p> <p>Barriga vazia não tem alegria.</p>
boca	<p>Saúde come quem não tem a boca grande.</p> <p>Governa a tua boca, conforme a tua bolsa.</p> <p>Boca sem queixas é um moinho sem mó.</p> <p>A boca de fraco, esporada de vinho.</p> <p>A cada boca uma sopa.</p> <p>Do prato à boca perde-se a sopa.</p>
Ventre	<p>No tempo quente refresca o ventre.</p> <p>O ventre em jejum não ouve a nenhum.</p> <p>A ventre farto o mel amarga.</p> <p>Broa quente... muita na mão e pouca no ventre.</p>

Quadro 3: Os provérbios portugueses no caso de partes do corpo. Acedido em <http://www.gastronomias.com/proverbios/>. (Mimoso, 2006)

肚	碍了脸皮，饿了肚皮。
barriga	倒瓢儿的冬瓜，一肚子坏水。
a	鸡吃萤火虫，肚里明。
	乌龟吃了萤火虫，肚里明白。

	<p>算卦先生的葫芦，一肚子鬼。</p> <p>舌头咽进肚子里，大张嘴没个说的。</p> <p>少吃多滋味，多吃坏肚皮。</p>
<p>嘴</p> <p>boca</p>	<p>鸡一嘴，鸭一嘴。</p> <p>属鸭子的，就两片嘴硬。</p> <p>三伏天的辣椒，嘴尖皮厚。</p> <p>不做贼，心不惊，不吃鱼，嘴不腥。</p> <p>当了衣服买酒喝，顾嘴不顾身。</p> <p>猴子嘴里的香蕉，难逃。</p>
<p>牙</p> <p>dentes</p>	<p>舌头碰牙齿，免不了。</p> <p>喝水塞牙缝，倒霉透顶。</p> <p>没有舌头不碰牙的。</p> <p>粘牙的烧饼，面不熟。</p> <p>牙缝里剔肉，解不了馋。</p>

Quadro 4: Os provérbios chineses no caso de partes do corpo. (WEN, 2004)

CH: 饿了吃糠甜如蜜，不饿吃蜜也不甜。

PY: È le chī kāng tián rú mì, bù è chī mì yě bù tián.

TL: A ventre cheio o pão doce, a ventre farto o melão amargo.

PT: A ventre farto o mel amarga.

Quando as pessoas estão com fome, a comida deliciosa não pode apreciar a sua delícia, e quando as pessoas estão cheias, o mel ou o melão mais doce vai se sentir amargo. Ou seja, quando a situação e a ocasião são diferentes, o sentido para as coisas também mudará.

CH: 吃饱喝足乐开怀。

PY: Chī bǎo hē zú lè kāi huái.

TL: Está feliz depois de ter o suficiente para comer e beber.

PT: Barriga cheia, cara alegre.

O provérbio “Barriga cheia, cara alegre” também tem uma outra forma de dizer que é “Barriga vazia não conhece alegria”, o que quer expressar que é as pessoas estão mais propensas a alcançar a felicidade quando estão satisfeitas, e é por isso que as pessoas aliviam o estresse através de comer quando estão deprimidas e infelizes.

CH: 三餐莫吃饱，无病活到老。

PY: Sān cān mò chī bǎo, wú bìng huó dào lǎo.

TL: Come menos em cada refeição, viverá longamente.

PT: Saúde come quem não tem a boca grande.

Na China, as três refeições por dia devem basear-se nas necessidades alimentares normais das pessoas, comer demais tem um impacto muito negativo para a saúde. Além disso, há um outro provérbio chinês é: “Come menos à noite, viverá até noventa e nove anos”, e um outro provérbio português: “Comer até adoecer, jejuar até sarar”, também se expressa o mesmo significado.

2.2.6 O caso de aspetos negativos

Nos gráficos 11 e 12, podemos constatar que no caso de aspetos negativos, os nomes mais citados são a amargura, o morte, a fome e o doente. No gráfico chinês,

podemos saber que a fome é responsável por 15 ocorrências, a amargura surge 13 vezes, a morte aparece 9 vezes e o sofrimento aparece 7 vezes. No gráfico dos provérbios portugueses, a fome também representa a maior proporção, a segunda é a morte, seguida pela amargura e a quarta é jejum ou jejuar, ou seja, podemos ver que no caso de aspetos negativos, não há muita diferença entre as duas culturas no uso das palavras.

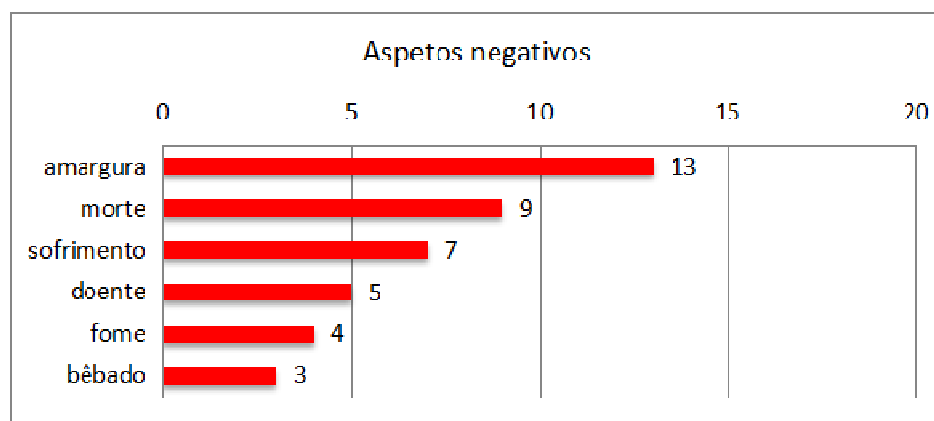


Gráfico 11: O número de vezes em que nomes de aspetos negativos aparecem nos provérbios chineses.

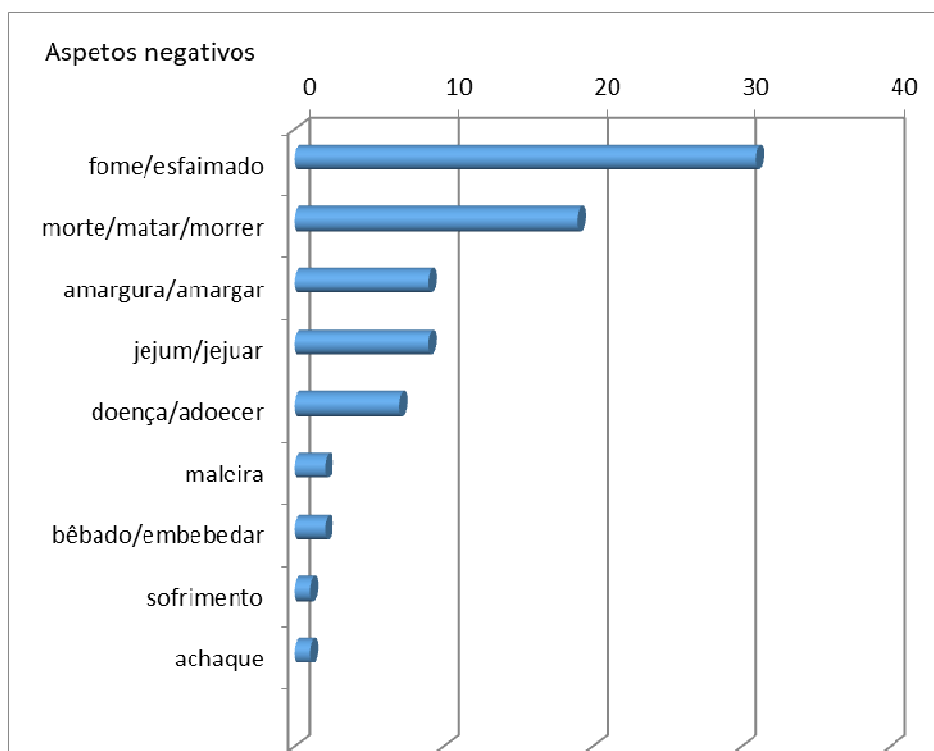


Gráfico 12: O número de vezes que nomes de aspetos negativos aparecem nos provérbios portugueses.

fome	<p>A fome alheia me faz perder a eira.</p> <p>A fome alheia me faz prover a minha ceia.</p> <p>A fome boceja a fartura arrota.</p> <p>Antes fome do que sede.</p> <p>Antes fome que fastio.</p> <p>A fome é boa cozinheira.</p> <p>A fome é o melhor tempero.</p> <p>A fome é boa mostarda.</p>
morte	<p>Na morte e na boda verás quem te honra.</p> <p>Peixe e cochino: vida em água, morte em vinho.</p> <p>Comamos e bebamos porque amanhã morreremos.</p> <p>De fome não vi morrer, mas sim de muito comer.</p> <p>A laranja (banana) de manhã é ouro, ao meio-dia prata e à noite mata.</p> <p>Favas me fartam, favas me matam.</p> <p>Beber vinho mata a fome.</p>
amargura	<p>Cada bocado de doçura há-de custar-te muita amargura.</p> <p>A ventre farto o mel amarga.</p> <p>A homem farto as cerejas lhe amargam.</p>
jejuam	<p>Comer até adoecer, jejuar até sarar.</p> <p>Amanhã jejua o preto, ainda bem que não é hoje.</p> <p>Bem jejua quem mal come.</p> <p>Faz bem jejuar, depois de jantar.</p> <p>Com pão e água há quem jejua.</p>

Quadro 5: Os provérbios portugueses no caso de aspeto negativos.

Acedido em <http://www.gastronomias.com/proverbios/>. (Mimoso, 2006)

苦 amargura	<p>一根藤上结的瓜，苦甜在一堆。</p> <p>樱桃好吃树难栽，不下苦功花不开。</p> <p>哑巴吃黄连，有苦说不出。</p> <p>甜从苦中来，福从祸中生。</p>
死 morte	<p>冬天的大葱，叶黄根枯心不死。</p> <p>火烧芭蕉，心不死。</p> <p>饿的死懒汉，饿不死穷汉。</p> <p>死人灌米汤，没救了。</p> <p>守着米囤饿死。</p>
伤 doente	<p>食多伤胃，忧多伤身。</p> <p>饱食伤身，忠言逆耳。</p> <p>桃养人，杏伤人，李子树下埋死人。</p>
饿 fome	<p>饱汉不知饿汉饥。</p> <p>碍了脸皮，饿了肚皮。</p> <p>饿汉子嗑瓜子，过不了瘾。</p> <p>饿猫叼鱼，嘴紧。</p> <p>饿的死懒汉，饿不死穷汉。</p> <p>饿慌的兔子也咬人。</p> <p>饿了吃糠甜如蜜，不饿吃蜜也不甜。</p> <p>饿则思饱，冷则思暖。</p>

Quadro 6: Os provérbios chineses no caso de aspeto negativos. (WEN, 2004)

CH: 饥时一粒，胜过饱时一斗。

PY: Jī shí yī lì, shèngguò bǎo shí yī dòu.

TL: Quando está com fome, um grão de arroz é melhor do que uma refeição abundante.

PT: A fome é boa cozinheira.

Há várias maneiras de expressar o mesmo provérbio em português, tal como “A fome é o melhor tempero”, “A fome é boa mostarda”, entre outros. Como a explicação em chinês, as pessoas não têm comedores exigentes quando estão com fome, mas podem comer qualquer coisa.

CH: 早上吃水果是金，中午吃是银，晚上吃是铜。

PY: Zǎo shang chī shuǐ guǒ shì jīn, zhōng wǔ chī shì yín, wǎn shàng chī shì tóng.

TL: A fruta de manhã é ouro, ao meio-dia prata, à noite mata.

PT: A laranja (banana) de manhã é ouro, ao meio-dia prata e à noite mata.

Este provérbio entre as duas culturas é exatamente o mesmo. Comer frutas de manhã tem o maior valor nutricional, e comer frutas à tarde e noite tem o menor valor nutricional. A razão é que, de acordo com o estudo de Wen Duanzheng (WEN, 2004), quando as pessoas acordam cedo, o açúcar do fígado no cérebro se esgota e, quando come frutas, pode adicionar açúcar o mais rápido possível. Além disso, comer frutas de manhã, várias vitaminas e nutrientes são facilmente absorvidos.

Capítulo 3. Comparação dos nomes alimentares nos provérbios portugueses e chineses

3.1 Pão, massa e arroz

O nascimento do pão está associado ao nascimento da civilização, já que a produção intencional dos cereais que o podem constituir tem início no momento em que o homem decide se sedentarizar. A localização de indícios do nascimento da Humanidade é a mesma dos vestígios da presença de cereais que foram dando lugar às diferentes formas conhecidas do pão, alimento base de diferentes civilizações. As grandes civilizações antigas, egípcia, grega e romana, tiveram neste alimento um centro do seu desenvolvimento. Durante a Idade Média foi, por vezes, o único alimento dos povos. Também assumiu diferentes papéis, económicos, políticos e ideológicos, em diversos momentos da História da Humanidade, desde a Revolução Francesa até à Iª Guerra Mundial (Sales, 2010).

Segundo o estudo *A dieta mediterrânica nos provérbios portugueses* de Lucília Chacoto, a autora analisou os alimentos mais comuns nos provérbios portugueses e explicou as suas importâncias ao classificar os alimentos:

“Os portugueses sempre foram grandes consumidores de pão, sobretudo de trigo ou mistura na região centro-meridional e de milho na região norte, mas também de centeio ou integral. O pão e o vinho são a base da alimentação do povo e reduzem os demais alimentos à condição de mero acompanhamento, de conduto (segundo a designação popular): *Antes quero pão enxuto que tal conduto*. Assume-se, aliás, que o pão deve estar sempre presente nas refeições e ser em quantidade superior ao acompanhamento: *Comida sem pão é comida de lambão*”

O pão desempenha, portanto, um papel central no regime alimentar dos portugueses, podendo, por vezes, utilizar-se o termo com o valor genérico de comida: *Em casa onde não há pão, todos ralham e ninguém tem razão*. De tal forma o pão é importante na alimentação, que todos aqueles que têm posses para comprá-lo não deixam de o consumir. Daí que se diga: *Ano caro, padeira em todo o caso* (Chacoto, 2014).

Embora o pão seja muito necessário para os hábitos alimentares portugueses, na China, o pão não é um elemento importante da dieta. Nos hábitos alimentares chineses, costuma-se consumir arroz ou alimentos à base de farinha, tal como massa, jiaozi (uma espécie de rissol de carnes ou vegetais), baozi (pão chinês) e assim por diante.

A origem de massa é chinesa, e o mais antigo registo escrito de massa é encontrado em um livro datado do período da dinastia Han Oriental (25-220) e tem uma história de cerca de 2000 anos. A massa era feita de farinha de trigo. Desde a dinastia Tang, o processo de fabricação de massa foi introduzido no Japão pelo seu embaixador e o nome de *ramen* é uma transliteração de massa chinesa *lamian*. Na dinastia Yuan, o comerciante veneziano Marco Polo introduziu a tecnologia de massa para a Itália e os outros países europeus. De acordo com a pesquisa da Cao Huizhen (Cao, 2011), em 2005, uma equipe de arqueólogos relatou ter encontrado uma tigela de cerâmica contendo massa de 4000 anos no sítio arqueológico de Lajia. Dizia-se que essas massas se assemelhavam a *lamian*, que são um tipo de massa chinês que é feito repetidamente puxando e esticando a massa com a mão.

CH: 家中有面，心中不慌。

PY: Jiāzhōng yǒu miàn, xīnzhōng bù huāng.

TL: Se tiver massa em casa, não entrará em pânico no seu coração.

Este provérbio expressa a importante posição que as massas ocupam na dieta chinesa. Se houver massa na casa, as pessoas não entrarão em pânico nos seus corações. Os costumes

tradicionais dos aniversários chineses são também muito diferentes dos de Portugal. Nos países ocidentais, acender velas e fazer desejos são a forma mais comum de celebrar, e os bolos também integram a dieta tradicional que deve ser consumida nos aniversários. Na China, o aniversariante deve comer os longos fios de massa sem os cortar, pois o símbolo da massa comprida está relacionado com a longevidade. Ao comer a massa comprida, acredita-se que a pessoa terá uma vida mais longa. Hoje em dia, influenciado pela cultura ocidental, cada vez mais chineses também comem bolos de aniversário nos seus dias de especial, mas o hábito de comer massa ainda é usado como a cultura tradicional chinesa, e a importância da massa para o povo chinês também pode ser vista.

CH: 好吃不如饺子。

PY: Hào chī bùrú jiǎozi.

TL: Nada é tão delicioso quanto o jiaozi.

O jiaozi, uma espécie de rissole de carnes ou vegetais é feito de farinha, não é apenas um tipo de comida, mas também um representante da culinária chinesa. Porque os jiaozi simbolizam a reunião familiar, durante o Ano Novo Chinês, os jiaozi são os alimentos tradicionais que todo o chinês deve comer, expressando o anseio de uma vida melhor. Este provérbio expressa a mais alta posição de jiaozi na dieta chinesa.

O arroz é uma planta originária do sudeste asiático, havendo relatos de semeadura na China, há cerca de 5000 anos. Expandiu-se para o resto do mundo através da Índia (Saravia, 2006). A visão comumente aceita é que o arroz foi cultivado primeiramente na região do vale do Rio Yangtzé na China. O arroz é o segundo cereal mais cultivado do mundo e a Ásia é responsável por cerca de 90% da produção mundial do arroz.

Há muitas frases nos provérbios chineses que descrevem a importância do arroz, mas as expressões com arroz raramente são encontradas na cultura portuguesa. Apenas três

frases sobre arroz foram encontradas: “Arroz bem guisado, mas bem repousado.”, “Arroz para a música, bacalhau para o pregador.”, “De papas e arroz o pegado é o melhor.” (Mimoso, 2006), e na realidade, essas expressões também não são muito comuns dia a dia. Além dos provérbios que destacam o importante status do arroz, muitos também expressam a importância educacional para cultivar os alimentos:

CH: 白米饭好吃，五谷田难种。

PY: Bái mǐfàn hào chī, wǔ gǔtián nán zhǒng.

TL: O arroz branco é delicioso, mas o arroz é difícil de cultivar.

PT: Cada grão de arroz no seu prato é resultado de trabalho duro.

Este provérbio é uma frase que todo o chinês conhece bem, embora cada grão de arroz seja pequeno, não pode ser facilmente desperdiçado. Ao mesmo tempo, também expõe uma maneira de mesa chinesa, ou seja, tem de terminar a refeição no seu prato, não apenas expressa o respeito pelo cozinheiro, o elogio da comida, mas também a mostra de não desperdiçar comida.

3.2 Vinho e baijiu

Portugal é um país de tradição vitivinícola e os provérbios sobre o vinho são numerosos. Segundo Chacoto (Chacoto, 2013, p. 159): “O vinho que, segundo alguns, corresponde ao sangue da videira, é considerado a bebida da vida ou da imortalidade e o símbolo do conhecimento e da iniciação, pela embriaguez que provoca. Aliado à alimentação ou como forma de evasão ou sinal de hospitalidade, o vinho está presente em múltiplas circunstâncias da vida do homem”.

Existem vários tipos de vinhos em Portugal. Os portugueses, normalmente, preferem escolher um bom vinho antes da refeição para combinar com o prato desejado,

isto porque, se se tratar de uma seleção adequada e correta, o vinho escolhido estará perfeitamente adequado ao prato encomendado. Por exemplo, bebe-se de preferência vinho tinto para pratos de carne e vinho branco para pratos de peixe e marisco.

Segundo o estudo da autora Liu Cong, o vinho também se pode tomar enquanto remédio. Na Europa do Sul, para além da água, a mais importante bebida é o vinho. O álcool tem uma grande capacidade antibacteriana, estimula a circulação do sangue, protege do frio. Graças a isso, o vinho também tem um grande valor medicinal. Os portugueses também sabem usar o vinho para efeitos curativos, em casos de anorexia, hipocloridria (sem gastrite) e dispepsia hipostênica; pequenas insuficiências hepáticas respondem também favoravelmente a um vinho branco de mesa não adulterado; o conteúdo taninoso do vinho e as suas propriedades antissépticas tornam-no aconselhável no tratamento das cólicas intestinais, colite da mucosa, prisão de ventre espasmódica, diarreia, e muitas doenças infecciosas do trato gastrointestinal (Cong, 2012, p. 15). O vinho possui propriedades medicinais, sobretudo antissépticas: *O bom vinho faz bom sangue* (Chacoto, 2014). Integrando uma refeição ou em momentos de lazer, o vinho surge aliado ao convívio e é considerado a bebida de prestígio por excelência. É presença obrigatória na celebração de determinadas datas festivas: *No dia de S. Martinho, lume, castanhas e vinho*. Porém, nem todo o vinho apresenta igual qualidade, por isso a advertência feita no provérbio: *O bom vinho arruína a bolsa e o mau o estômago*.

Baijiu, o nome de aguardente na China. Como uma forma cultural especial, a cultura do baijiu tem a sua posição única na cultura tradicional chinesa. Na história da civilização há milhares de anos, o baijiu quase penetrou em todas as áreas da vida social. Em primeiro lugar, a China Antiga é um país desenvolvido com um base de agricultura e, portanto, todas as atividades políticas e econômicas são baseadas no desenvolvimento agrícola. A maior parte do baijiu da China é feito de grãos, e a bebida está intimamente ligada à agricultura e se torna parte da economia agrícola. O licor produzido pelo método

de produção tradicional tem um grau de licor de 50 graus e geralmente não mais do que 65 graus.

Em algumas áreas locais, a prosperidade da indústria do baijiu desempenhou um papel positivo na melhoria dos padrões de vida da sociedade local. Além disso, o baijiu tem uma longa história e interessantes articulações com a antiquíssima cultura sínica, sobretudo na área da literatura e arte.

CH: 酒不醉，画不成

PY: Jiǔ bù zuì, huà bùchéng

TL: Quando o artista não estiver bêbado, a pintura não é bem-sucedida.

De acordo com o exemplo presente, o baijiu também desempenha um papel vital no desenvolvimento da literatura e da arte, e a liberdade da arte devido à embriaguez é uma maneira importante para os antigos artistas chineses se livrarem da criatividade artística.

Li Bai (李白, lǐbái) é um dos poetas mais famosos da Dinastia Tang (618 d.C-907 d.C). O seu estilo poético é corajoso e desenvolto, com uma imaginação muito fértil, linguagem natural e fluente. Quando se lêem os poemas, pode sentir-se uma intensa matriz romântica. Li Bai é álcool, é como peixe e água. Os seus poemas escritos em estado de embriaguez são caracterizados por impertinência, originalidade, imaginação corajosa e linguagem hiperbólica. As composições poéticas «Em louvor do vinho (将进酒 qiāngjìnjiǔ)», «Bebendo ao luar (月下独酌 yuèxià dúzhuó)», «No pavilhão de Xie Tiao, adeus ao Mandarin Li Yun, meu tio (宣州谢朓楼饯别校书叔云 xuānzhōu xiètiàolóu jiànbié jiàoshū shūyún)» (Cong, 2012, p. 16), podem-se considerar particularmente representativas da importância do álcool na história da China.

Desde tempos imemoriais até hoje, o álcool está presente em quase todos os aspetos da vida dos chineses. Na China, desde os tempos das civilizações antigas até à vida moderna, em ocasiões como os antigos rituais de culto, casamentos e funerais, cerimónias

de boas-vindas, festividades do calendário lunar, construção de novas casas e recuperação de habitações, mudança de residência e despedida de um viajante, o consumo de álcool foi sempre um fator comum e importante.

3.3 Café e chá

O café, originário da Etiópia e do Iémen, foi introduzido na Europa pelos turcos (os venezianos já o conhecem no séc. XVI, mas só se desenvolve nas cidades italianas a partir do séc. XVII) e levaria algum tempo a ser adotado pelos outros países (Chacoto, 2014).

De acordo com o estudo do autor Zhu Jiaqi (Jiaqi, 2016), o chá e o café como os símbolos oriental e ocidental, têm uma história muito longa. A origem do chá está na China, e o primeiro país europeu que consumiu chá foi Portugal. Logo a seguir, a princesa Catarina introduziu o chá em Inglaterra. O café também foi transportado pelos marinheiros portugueses para o Brasil. Então, não é exagero dizer que Portugal contribuiu muito para divulgar o chá e o café em todo o mundo. Portugal surge assim como um intermediário em receber e difundir estas duas bebidas.

Segundo as lendas chinesas (Mimoso, 2006), a descoberta do chá e das suas qualidades benéficas terá acontecido quando o imperador Shen Nung, por volta do ano 2737 aC, decidiu experimentar o resultado da queda acidental de uma folha de árvore em água a ferver: uma infusão refrescante e revitalizante.

Hoje em dia, a bebida de chá e a do café tornam-se duas bebidas imprescindíveis na cultura quotidiana portuguesa. Curioso resulta o provérbio: *Café do primeiro, chá do último* (Chacoto, 2014), que aconselha a evitar as borras do café e a aguardar que o chá obtenha o seu sabor mais acentuado. Existem também os provérbios: “*Café de cima, vinho do meio e chá do fundo*” e “*Café do primeiro e chá do derradeiro*” (Mimoso, 2006) que representam o mesmo significado.

CH: 茶越浓越泡，人情越交越厚。

PY: Chá yuè nóng yuè pào, rénqíng yuè jiāo yuè hòu.

TL: Quanto mais vezes bebe o chá mais forte a fragrância, quanto mais tempo o amigo se dá mais íntimo.

De acordo com o exemplo do presente provérbio, podemos ver que a cultura do chá tem influência de longo alcance na história chinesa. Como o café, o chá também exala amargura, enquanto os chineses bebem chá sem açúcar nem qualquer especiaria. Muitas pessoas gostam do chá é como a sua amargura, um aroma especial.

Desde os tempos modernos na China, o café também entrou na vida das pessoas como uma bebida refrescante. O chá também contém cafeína, um estimulante ativo e habitual causador de bem-estar, embora a infusão de chá verde ou preto contenha menos cafeína do que o café (Mimoso, 2006). Nas ruas das cidades chinesas, muitas vezes encontramos muitas cafeterias, mas o status do chá nunca vacilará no coração do povo chinês.

Conclusão

O presente estudo apresenta e analisa os provérbios com nomes de comida em Portugal e na China. A análise dos provérbios listados permitiu compreender que os provérbios portugueses e chineses desempenham um papel fundamental na transmissão dos saberes ancestrais que estão na origem da Dieta Mediterrânica e da Comida Chinesa. Sendo frases fixas, memorizadas como um todo e transmitidas tipicamente por via oralizante de geração em geração, os provérbios “preservam do olvido as tradições, o estilo de vida, os conhecimentos empíricos, em suma, a memória cultural de um povo” (Chacoto, 2014, p. 173).

O trabalho dividiu-se em três partes. A primeira parte apresentou-se a definição e a origem dos provérbios entre as duas culturas. Partiu-se da hipótese de que as origens dos provérbios são diferentes, tal como a história e a cultura dos dois países são mesmo muito diferentes, mas na realidade, no período em que os seres humanos e as linguagens apareceram, surgiram também os provérbios. Devido ao facto de os provérbios serem produtos transmitidos boca-a-boca pelo ser humano, eles não puderam ser todos arquivados, pelo que alguns provérbios também se perderam com a história e o tempo. A maioria de nossas expressões idiomáticas são produzidas pelo público em geral, e todas elas vêm das profissões e interesses dos povos. Na vida e no trabalho cotidiano, os seres humanos primitivos precisavam de trocar opiniões e sugestões sobre os assuntos. Para coordenar ações, como ferramenta de troca das ideias, é criada a linguagem. Na ausência de palavras, eles tiveram de usar o método de boca-a-boca para difundir o conhecimento que adquiriram no trabalho produtivo para a sociedade e passá-lo para as gerações futuras. Os provérbios são produzidos numa linguagem sucinta que está de acordo com as necessidades desta época. Ou seja, nesta origem básica, não há diferença entre a China e Portugal.

Em seguida, os diferentes papéis e influências dos provérbios na vida social e no desenvolvimento histórico e cultural dos dois países são mais elaborados. Chegamos à conclusão de que os provérbios não são usados apenas como parte da comunicação da linguagem, mas também na propaganda económica e na criação literária, ou seja, podemos ver o uso flexível de provérbios em diferentes áreas do desenvolvimento social humano. Não só existem esses dois aspetos mencionados no trabalho, mas, além disso, os provérbios também podem afetar a esfera política, por exemplo, nos discursos do porta-voz do Ministério das Relações Exteriores Chinês ou dos líderes nacionais chineses é possível usar provérbios para expressar os seus desejos. Se os outros estudos quiserem pesquisar o impacto de provérbios mais abrangentes e aprofundadas, a autora sugere que possa analisar as comparações de aspetos diferentes. Será interessante aprofundar o carácter argumentativo do provérbio enquanto argumento de comunidade, dada a sua função de transmissor de sabedoria popular.

A segunda parte é a apresentação geral dos alimentos nos provérbios portugueses e chineses. Em primeiro lugar, descreve-se a breve apresentação da Comida Chinesa e da Dieta Mediterrânica. A diferença na alimentação vem da diferença nos hábitos alimentares. Ao analisar os hábitos alimentares nos dois países, temos uma compreensão mais clara e fácil das razões para usar os nomes alimentares diferentes nos provérbios. Por exemplo, café, pão, queijo e vinho são componentes importantes da dieta mediterrânea, mas são quase invisíveis na cultura alimentar chinesa.

Segundo os gráficos apresentados no estudo, na comparação dos nomes de comida nos provérbios portugueses e chineses, obtivemos o resultado esperado relativamente ao aspeto cultural. Devido a ambientes geográficos, desenvolvimentos históricos, hábitos alimentares e mudanças climáticas diferentes, os tipos de colheita também são diferentes. Por exemplo, a Ásia é a região com o maior consumo de arroz do mundo e a China é afetada pela localização geográfica então também se usa o arroz como o centro da dieta. Para Portugal, influenciado pelo clima mediterrânico e localizado na

costa atlântica, haverá mais demanda por frutos do mar, vinho e pão do que na China. Ou seja, a análise dos dados obtidos a partir da análise dos gráficos mostra que a frequência e o sentido dos nomes de alimentos nos provérbios são profundamente influenciados pela dieta dos dois países mencionados acima.

Na terceira parte analisaram-se e compararam-se os nomes alimentares nos provérbios portugueses e chineses, nomeadamente as diferenças e semelhanças entre pão, massa e arroz; vinho e baijiu (aguardente chinesa); café e chá. A autora identificou os alimentos mais comuns e proeminentes para fazer comparação, explicando primeiro as causas e razões das diferenças e, em seguida, usando exemplos concretos para mostrar como esses alimentos são usados na cultura de provérbios dos dois países e o profundo significado deles. Além disso, a autora também sugere que os outros estudos sobre os provérbios alimentares portugueses e chineses possam explorar esse campo em profundidade e explorar as diferenças e semelhanças entre as culturas alimentares dos dois países a partir de diferentes classificações.

Propõe, para concluir esta conclusão, o raciocínio sincero que segue. Provavelmente não vamos ensinar nada a ninguém com este trabalho, mas só pelo facto de o ter realizado, muito aprendemos.

Referências bibliográficas:

- Antão, C. (2011). Provérbios conducentes à mudança de estilos de vida: contributos na promoção da saúde. *AGIR, Associação para a Investigação e Desenvolvimento Socio-Cultural*, 202-212.
- Antão, C., Pereira, A. M. G. R., Veiga-Branco, A., & Sousa, F. (2016). Excessos alimentares e saúde: o que dizem os provérbios. *III Seminário “Alimentos e Manifestações Culturais Tradicionais” Livro de Atas*, 565-571. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10198/13082>
- Baronas, R. L. (2013). A aforização proverbial e o negro. *Estudos Linguísticos*, 42 (3), 1188-1197.
- Cao, H. (2011). *Falando sobre Cultura de Massa Chinesa*. Disponível em: <https://wenku.baidu.com/view/bf6ea4180912a21614792935.html?sxts=1556125232926>
- Cerqueira, N. (2019, March 6). Mulher assassinada em Vieira do Minho. *Diário Do Minho*. Disponível em <https://www.diariodominho.pt/2019/03/06/mulher-assassinada-em-vieira-do-minho/>
- Chacoto, L. (2013). Muita parra, pouca uva – Da vinha e do vinho nos provérbios portugueses. *Paremia*, 22, 149-160.
- Chacoto, L. (2014). A dieta mediterrânica nos provérbios portugueses. *Paremia*, 23, 163-174.
- Chang, Z. (2015). *The diet of the South and the North in China*.
- Chen, C. (n.d.). Diferenciação regional e tendência de desenvolvimento da cultura alimentar chinesa. *Acta Geographica Sinica*, 9, 226–235. Disponível em: <http://www.cnki.net>
- Cong, L. (2012). *A cultura do vinho, China e Portugal*. Universidade do Minho.

- Disponível em: [http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/24073/1/Liu Cong.pdf](http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/24073/1/Liu%20Cong.pdf)
- Duarte, H. M. V., Coimbra, R. L. & Moutinho, L. C. (2006). All roads lead to advertising: Use of proverbs in slogans. In: Botinis, A. (ed.). *Proceedings of ISCA (International Speech Communication Association) Tutorial and Research Workshop on Experimental Linguistics*. Athens: University of Athens, pp. 245-248.
- Fernandez-Armesto, F. (2001). *Food: A History*. Macmillan Pub Co.
- George, E. S. (2018). A Mediterranean Diet Model in Australia: Strategies for Translating the Traditional Mediterranean Diet into a Multicultural Setting. *Nutrients*, 465. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5946250/>
- Guo, X. (2013). *Ji GONG*. Pequim: Northern Literature and Art Publishing House. Disponível em https://yuedu.163.com/book_reader/169cd5a9-c4ab-47c2-b953-6f212de07dd2_4
- He, H. (2006). *Cultura alimentar chinesa e estrangeira*. Pequim: Editora Un. Disponível em: <http://cbs.pku.edu.cn>
- Jiaqi, Z. (2016). *O Café e O Chá nas Culturas da China e de Portugal*. Universidade de Aveiro. Disponível em [https://ria.ua.pt/bitstream/10773/16913/1/O café e o chá nas culturas da China e de Portugal_JIAQI ZHU_71436.pdf](https://ria.ua.pt/bitstream/10773/16913/1/O%20café%20e%20chá%20nas%20culturas%20da%20China%20e%20de%20Portugal_JIAQI_ZHU_71436.pdf)
- Lopes, A. C. M. (1992). *Texto Proverbial Português. Elementos para uma análise semântica e pragmática* (tese de doutoramento). Coimbra: Universidade de Coimbra.
- Liu, M. L. (2012). *Provérbios e expressões idiomáticas em português e chinês*. (Dissertação de mestrado, Universidade de Minho). Extraído de: [https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/24055/1/LIU%20Meng ru.pdf](https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/24055/1/LIU%20Meng%20ru.pdf)

- Lysardo-Dias, D. (2001). *Provérbios que são notícias*. Tese (Doutorado em Estudos Linguísticos) - Universidade Federal de Minas Gerais. Disponível em: <<http://www.ufmg.br/boletim/bol1316/quarta.shtml>>. Acesso em: 17 set. 04.
- Machado, J. P. (1997). *O grande livro dos provérbios*. Lisboa: Editorial Notícias/ Círculo de Leitores.
- Mello, F. R. (1988). *Nova recolha de provérbios portugueses e outros lugares comuns*. Lisboa: Edições Afrodite.
- Mimoso, A. (2006). *Provérbios*. Acedido em <http://www.gastronomias.com/proverbios/>
- Neves, O. (1991). *Dicionário de frases feitas*. Porto: Lello e Irmão Editores.
- Oliveira, M. L. (1991). *Como se faz o provérbio: uma abordagem da conjuntura do provérbio enquanto realidade discursiva*. 1991. 385 f. Tese (Doutorado) - UNESP, Araraquara.
- Peng, Z. R. (2007). *Teoria da Linguagem (4ª Edição)*. (U. de Z. Editora, Ed.) (Universida).
- Pinto, A. G. (1997). *Publicidade: um discurso de sedução*. Porto: Porto Editora.
- Saravia, C. T. (2006). *Manejo da temperatura do ar na secagem intermitente em sementes de arroz*. Universidade Federal de Pelotas. Disponível em <http://hdl.handle.net/123456789/1444>
- Sales, G. S. (2010). *O Culto do Pão*. Escola Superior de Educação de Bragança. Disponível em: <https://bibliotecadigital.ipb.pt/handle/10198/4297>
- Sia, H. ling. (2011). *A study of Shuyu in modern chinese language*. Universiti Tunku Abdul Rahman.
- Si, M. Q. (2016). *Shi Ji*. Pequim: 北京联合出版公司.
- Steinberg, M. (2011). *1001-Provérbios em contraste*. Universidade de São Paulo. Disponível em <https://bibliopedra.files.wordpress.com/2015/09/1001-provc3a9rbios-em-contraste->

- Teixeira, J. (2016). *Provérbios, Metáfora e publicidade: a sedução pelos implícitos*.
Universidade do Minho, Braga.
- Wen, D. Z. (温端政). (2004). 中国谚语大全 *Dicionário dos provérbios chineses*.
Xangai: Shanghai Dictionary Press.
- Wu, Z. K. (2000). *Dicionário Provérbio Chinês*. (Z. K. WU, Ed.) (Universida).
Hebei, Baoding.
- Wu, Z. K. (武占坤). (1983). 词汇 *Palavras*. Xangai: Shanghai Education Press.
- Xatara, C. M. & Succi, T. M. (2008). Revisitando o conceito de provérbio. *Veredas*
Revista de Estudos Linguísticos, 1: 33-48.
- Xatara, C. M. & Oliveira, W. L. (2002). *Dicionário de provérbios, idiomatismos e*
palavrões: francês-português / português-francês. São Paulo: Cultura.
- Yao, C. (2010). *Huang Di neijing*. Pequim: Zhonghua Book Company.
- Zhang, H. S. (2013). *Noite Profunda*. Pequim: International Culture Publishing
Corporation.
- Zhang, Y. P. (张一鹏). (2004). 谚语大典 *O Dicionário dos Provérbios*. Xangai: Chinese
Dictionary Press.