

BOLETIM DO TCHI KUN



Boletim 01

Março/96

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE TCHI KUN

No final de 1995, foi fundada a Associação Brasileira de Tchi kun, Qi Gong e Terapias Afins, cujo o objetivo principal é o de reunir todas as pessoas interessadas e praticantes desta arte milenar .

O Tchi Kun até pouco tempo era uma técnica ensinada sigilosamente e os seus segredos guardados a sete chaves, mas como não podia deixar de ser, esta arte vem se difundindo e o interesse no mundo ocidental é cada vez maior.

Em nosso país os esforços de alguns mestres (cabe aqui lembrar do mestre Cao Yin Ming) em transmitir o Tchi kun e com a vinda de várias pessoas ilustres ligadas a medicina tradicional chinesa que aqui estiveram palestrando, interesse dos brasileiros também esta crescendo.

A prática exige muita disciplina, dedicação, horas de treinamento e estudos. Todos os benefícios são conseguidos a longo prazo. Existem várias escolas e estilos que variam de acordo com o objetivo com que é praticado (arte marcial, desenvolvimento espiritual, para a saúde etc). Portanto, há necessidade de reunir todas as pessoas que tenham interesse em estudar, praticar e difundir esta arte milenar de uma maneira verdadeira e séria. Gostaríamos de que todos os interessados nos procurassem para que juntos pudéssemos discutir sobre qual a melhor maneira de difundir o Tchi Kun em nosso país. Também estamos criando um grupo de estudos e práticas . Maiores informações na sede da Associação pelo telefone 262-9876, com Adriana Marcantonio.

Henrique Cirilo

HISTÓRICO

O surgimento do Tchi Kun tem aproximadamente três mil anos o seu desenvolvimento está intimamente relacionado com a cultura e a política chinesa. Teve períodos de declínio e ascensão, que estão registrados da I a VII Dinastias e nos tempos modernos a partir do ano de 1950.

No período das Primaveras/Outonos, até o fim do período dos Estados Guerreiros, o Tchi Kun era aplicado na área da saúde, para prevenir e curar doenças. Foi citado no livro mais antigo de medicina chinesa, Huang Ti Nei Ching. O médico do Imperador Amarelo, dizia que uma pessoa podia prevenir doenças quando estava em relaxamento e com a mente vazia, assim as funções do organismo poderiam trabalhar em harmonia. Se a pessoa ficasse doente deveria fazer exercícios respiratórios com o corpo voltado para o Sul direcionando a energia ao ponto Tan Tien (V.C.6).

Nesta época surgiram vários mestres de renome, sendo eles médicos e filósofos.

II Dinastia Han Anterior

Em 1973 foi descoberto na cidade de Tsan Sá no Norte da China quarenta figuras humanas em posição de treino de Tchi Kun, todas com a data da Dinastia Han.

O médico Tzan Tzun Tchín escreveu um livro onde ele dizia que para as pessoas se manterem saudáveis deveriam praticar esta técnica.

Nesta dinastia o famoso médico Hua Tuo desenvolveu uma técnica a partir dos movimentos de cinco animais: macaco, urso, tigre, pássaro e veado. Os animais representam os cinco movimentos de energia e fortalecem os cinco órgãos correspondentes a eles (fígado, coração, baço, pulmão e rins).

III Dinastia Jin

Guê Ron escreveu um livro onde apresentava várias técnicas para prevenir doenças através da desobstrução dos canais energéticos. Tao Ien Tchín, apresentou técnicas relacionando a respiração a sons (mantras) correspondentes aos cinco órgãos.

IV Dinastias Sui e Tang

Chian Hien Fan apresentou 260 formas diferentes de Tchi Kun para o tratamento de doenças. Neste período, o médico Suan Sue Mao diz que o caminho para se atingir o perfeito equilíbrio físico e mental era através de respirações profundas e pausadas, até "seu ouvido não ouvir, seus olhos não verem e seus pensamentos se dissiparem entrando em completo estado meditativo."

V Dinastia Yen

Surgiram quatro médicos de renome que apresentaram vários métodos de Tchi Kun com excelentes resultados.

VI Dinastia Ming

Nesta fase os médicos apresentam grande domínio da técnica. A ênfase era dada para os exercícios introspectivos para aumentar o auto-conhecimento, observando a importância da concentração meditativa e os seus efeitos na saúde.

VII Período 1840/1949

O Tchi Kun nesta época teve um momento de estagnação e declínio, devido as guerras e domínio comunista.

A partir de 1950

Em 1955 foi construído o Instituto de Terapias de Tchi Kun, onde as pessoas ficavam internadas praticando enquanto eram submetidas a exames clínicos ocidentais.

Ainda neste ano, houve o I Congresso Nacional de Tchi Kun onde foram demonstradas técnicas eficazes para tratar a pressão arterial e outros tipos de doenças.

Em 1970 passou a ser estudado, em outras disciplinas e nos Esportes. Em 1978 são realizados pela primeira vez, testes utilizando métodos científicos para provar a existência do "Qi".

Em 1979 houve um Congresso Especial onde foram discutidos os efeitos do Tchi Kun, este evento contribuiu muito para a divulgação da técnica.

Em 1984 foi fundado o Instituto de Qi Gong (Tchi Kun) na China pelo governo chinês, neste Instituto formaram-se os primeiros alunos com bases científicas.

Em 1986 foi criada a Associação de pesquisa de Tchi Kun, estima-se que existam cerca de cinquenta milhões de praticantes na China, Japão, Singapura, Itália, França, E.U.A, Alemanha e Brasil. Este número está crescendo cada vez mais, o futuro do Tchi Kun é promissor, mas precisamos nos unir para que os princípios filosóficos e os ensinamentos milenares sejam preservados.

Adriana Marcantonio

Palavras de um Mestre

“ Quando emoções e atitudes positivas ou alegres atravessam cada órgão e circulam por todo o nosso sistema, nossas energias físicas e químicas são transformadas e equilibradas.”

Tarthang Tulku

GANHE UM CURSO DE TCHI KUN

Estamos lançando 02 concursos, da Associação Brasileira de Tchi Kun, Qi Gong e Terapias Afins; para criação de:

- uma sigla
- um logotipo

Os criadores da melhor sigla e logotipo, ganharão 1 curso de Tchi Kun. As sugestões deverão ser encaminhadas até o dia 31/05/96 para sede da Associação situada:

Rua Afonso José de Carvalho, 164
Vila Madalena
São Paulo - SP
CEP.: 05451-000

O resultado será divulgado no dia 10/06/96 na sede da Associação e em carta registrada enviada para os ganhadores que deverão comparecer até o dia 01/07/96 para agendarem o seu curso.

CALENDÁRIO

As palestras e vivências são gratuitas, mas é necessário confirmação de sua presença pelo tel. 262-9876.

- 20/04/96 - Os florais harmonizantes do Dr. Bach
Palestrante: Aluizio J. Rosa Monteiro Jr.
Local: sede da Associação
Horário: 15 horas
- 05/05/96 - Vivência prática de Tchi Kun
Palestrante: Adriana Marcantonio
Parque do Ibirapuera (ponto de encontro no portão 3)
Horário: 9 horas
- 19/05/96 - Vivência prática de meditação
Palestrante: Adriana Marcantonio
Local : sede da Associação
Horário: 15 horas

Boletim de Tchi Kun é uma publicação quadrimestral da Associação Brasileira de Tchi Kun, Qi Gong e Terapias Afins
Edição: Henrique Cirilo e Adriana Marcantonio
Editoração: Celso Pacheco Jr. e Robson Paixão
Revisão: Dr. Wu Tou Kwang, Vera Samello e Rosangela Daraia
Tiragem: 10.000 exemplares.