

Boletim do Tchi Kun

TCHI KUN

O que é Tchi Kun ou Qi Gong ou ainda Chi kung, todas essas palavras que significam a mesma coisa nasceram na China há milênios. É tão antiga como a própria existência do homem e está profundamente relacionada com os princípios filosóficos que norteiam toda a cultura do povo chinês e de uma maneira modesta pode ser transmitido como treinamento interior. Na verdade é a prática de exercícios físicos que produzem o livre fluxo de Qi (energia) proporcionando ao seu praticante o desenvolvimento da consciência da sua energia, fazendo com que o indivíduo passe a dominar este fluxo. Mas para que isto aconteça o praticante também precisa associar aos exercícios a meditação o que proporciona o controle do Qi. Depois de anos de prática regular e constante possibilitam ao praticante se integrar mais a natureza e captar energia.

Acredita-se que os canais de energia (meridianos) e pontos de acupuntura foram descobertos pelos grandes mestres da China Antiga que utilizavam e praticavam Tchi Kun. Sabe-se também que através da prática pode se desenvolver a sua energia a um ponto que pode ser utilizada para tratamentos equilibrando e harmonizando a pessoa doente através da captação da energia da natureza.

Portanto, o Tchi Kun desenvolve a sensibilidade, a intuição e a percepção extrasensorial. Todos os terapeutas deveriam se desenvolver nesta prática para o seu benefício (principalmente porque restabelece a sua energia) e de seus pacientes (pois com os sentidos e a percepção mais aguçada fica mais fácil equilibrar o paciente).

Levando em conta tudo o que foi descrito acima, devemos esclarecer que apesar dos grandes benefícios que o Tchi Kun proporciona, o seu aprendizado é razoavelmente fácil, só é necessário dedicação e disciplina. Existem várias escolas e estilos que variam de acordo com o objetivo que pode ser o desenvolvimento espiritual, o físico (como por exemplo nas artes marciais), o controle mental e o terapêutico. E da origem que pode ser Budista (Tradicional ou Tibetana) ou Taoísta.

O único alerta que gostaríamos de deixar é que a prática da mesma maneira que pode levar o seu praticante a obter grandes benefícios também quando mal realizada e orientada também pode causar desarmonia. Portanto, quando praticar, leve a sério e escolha um bom orientador, que tenha pelo menos alguns anos de prática. Em caso de dúvida sobre onde e com quem praticar, consulte a Associação, pois hoje já contamos com nomes e endereços de várias escolas e professores sérios no Brasil.

O que a Associação está fazendo?

P rimeiramente, a Associação está fazendo contato com todos os interessados em Tchi Kun tanto praticantes como instrutores e professores e tentando reunir todas as linhas, estilos e escolas. Para com isto ter um censo e um panorama do Tchi Kun no Brasil. Estamos colocando à disposição uma lista com os endereços onde os interessados podem aprender e praticar.

Também estamos fazendo contatos para intercâmbios culturais e técnicos com várias entidades internacionais tais como:

QI GONG TEACHING & PRATICE (ITÁLIA), QI GONG ASSOCIATION OF AMÉRICA, INSTITUTO EUROPEU DE QI GONG e com algumas escolas da República Popular da China.

Estamos também editando este boletim que é quadrimestral realizando palestras gratuitas para difundir o Tchi Kun em nosso país e querendo organizar uma biblioteca com artigos, livros e vídeos para que todos os interessados possam consultar, mas para isso contamos com a participação de todos.

Estamos organizando fóruns de discussão dos caminhos que devemos tomar para o desenvolvimento do Tchi Kun no país, gostaríamos de aproveitar para convidar todos os interessados a participar. A primeira discussão está em volta do aprendizado como e onde ele deve ser feito, já que estamos notando que estão aparecendo muitos oportunistas que mal conhecem o Tchi Kun e já estão ensinando indiscriminadamente até com prejuízo da saúde do aluno. Sabemos que a única maneira de evitar isto é conscientizando a população sobre a prática. Entretanto surgiu o problema de haver poucas pessoas realmente habilitadas a ensinar. Esta está sendo a principal preocupação no momento. Sabemos que esta técnica é fundamental para melhorar a qualidade de vida da população, portanto precisamos propiciar condições para a formação de instrutores realmente qualificados para difundir esta prática.

Ainda não conseguimos fazer contato com muitos dos professores e mestres que estão ensinando esta nobre arte no Brasil, pedimos a todos que façam contato com a Associação para podermos divulgar os seus trabalhos.

Portanto temos ainda muito o que fazer, só estamos começando a nossa caminhada e precisamos contar com a ajuda e colaboração de todos os interessados, as nossas portas estão sempre abertas.

Este tema é muito importante e está profundamente relacionado com a prática de Tchi Kun pelo terapeuta, é uma maneira de mostrar a importância desta arte milenar. Para o desenvolvimento de um tema tão importante, contamos com a colaboração do Mestre Liu Chih Ming que narrou este artigo.

O mestre Liu nasceu na República Popular da China em Tai Yuan (província), tem 48 anos e está radicado no Brasil há 16 anos, cursou Faculdade de Medicina Tradicional Chinesa em Taiwan, é vice-presidente da Associação de Medicina Chinesa e Acupuntura da América do Sul (AMECA) e é diretor científico e cultural da Confederação Nacional de Acupuntura e Terapias Afins (CONAT).

A acupuntura, parte importante do tratamento em Medicina Tradicional Chinesa, foram citados nos escritos antigos do Huang Ti Nei Ching onde também estão descritas as técnicas de manipulações e as direções das agulhas que em conjunto com a energia do terapeuta é a essência da acupuntura, cujo o princípio fundamental é harmonizar o Yin e o Yang e o controle do fluxo energético nos meridianos. Para que a harmonização ocorra é importante que a agulha ao ser estimulada ocorra o Te Chi, este é o segredo para o sucesso do tratamento, existe um ditado antigo que dizia "A energia quando chega mais rápido na agulha agiliza o efeito terapêutico, porém quando este efeito não ocorre ou demora, o efeito do tratamento será tardio".

Te Chi é a sensação que é experimentada após a inserção da agulha pelo paciente e também pelo acupunturista. Existem quatro tipos de sensação que podem ser sentidas pelo paciente:

- Suan - sente-se como se a agulha tivesse atingido um nervo, como no caso do nervo de um dente exposto.
- Tsan - sensação de plenitude.
- Tsun - sensação de peso.
- Má - sensação é de um formigamento ou choque.

O acupunturista sente como se a agulha ao aprofundar-se no ponto, ficasse presa "sensação do peixe que mordeu a isca", isto é o Te Chi.

Desde a antiguidade os mestres em medicina chinesa avaliavam o nível do acupunturista pela qualidade do Te Tchi obtido por ele. No Ling Shu (livro antigo que faz parte do Nei Ching - Tratado Interno) existem comentários a este respeito "O acupunturista de nível mais baixo só sabe colocar agulha no ponto, o verdadeiro acupunturista de nível mais alto obtém o Te Tchi. Após inserção é preciso obter o Te Tchi antes de retirar. O acupunturista precisa de serenidade, pureza de espírito e concentração para sentir o verdadeiro Te Tchi. Quando a sensação não é obtida, as agulhas devem permanecer por mais tempo dependendo das condições da saúde do paciente. Se no momento que o paciente estiver com as agulhas, não sentir o Te Tchi será preciso estimular as agulhas. Existem cerca de 10 métodos de estimulação. Quando se quer atingir um local distante do ponto colocado é preciso fazer a energia caminhar até lá através de um estímulo, isto chama-se "Chie Chi". Existem outros aspectos da acupuntura a serem considerados, um deles é que um bom acupunturista coloca um menor número de agulhas. O acupunturista também precisa saber distinguir a energia do paciente, exemplo (quando a energia chega a sensação da agulha é de profunda e presa e quando a energia não chega a sensação é de vazio e agulha parece solta).

A sensação do Te Tchi também está relacionada com a respiração do paciente e o horário em que foi feita a aplicação. Mestre Liu sugere uma técnica para se obter o Te Tchi, bater ou beliscar no ponto escolhido antes da inserção, coloca-se o dedo para sentir a pulsação aí então desinfeta-se o local e coloca-se a agulha, estimulando assim, obtém-se o Te Chi rapidamente.

Porém segundo o Mestre Liu um dos aspectos mais importantes deste processo de busca do Te Tchi é a qualidade de energia do acupunturista que depende da prática do Tchi Kun. Só com esta prática o acupunturista poderá obter a energia pura, a concentração adequada e a serenidade necessária para elevar sua energia ao nível mais alto e realizar uma aplicação com bom resultado.

LIU CHIH MIN

PARABENIZAÇÃO

Para que o Tchi Kun cresça em nosso país, precisamos da colaboração de todos os interessados. Gostaríamos de aqui parabenizar a iniciativa do Dr. Daniel Habib em promover o curso de Qi Gong ministrado pelo Dr. Yves Requena dos dias 05 a 07 de abril deste ano.

O Dr. Yves Requena é presidente do Instituto Europeu de Qi Gong, onde vem se desenvolvendo uma série de pesquisas referentes a utilização terapêutica de Qi Gong principalmente em portadores de câncer e do vírus HIV. As respostas estão sendo satisfatórias no que tange a melhoria da resistência e qualidade de vida destes pacientes.

Nós da ABTK tivemos o privilégio de discutir com o Dr. Yves Requena sobre os caminhos que o Qi Gong/Tchi kun tomou para se desenvolver na Europa e a sua difusão. Um dos fatores que o Dr. Yves Requena acredita ser imprescindível é a estruturação de cursos de formação de instrutores, como o que ele vem desenvolvendo na Espanha e Argentina.

Graças a colaboração de pessoas como o Dr. Daniel Habib que proporcionou os meios para que uma pessoa tão ilustre como o Dr. Yves Requena viesse ao Brasil e contribuisse para o desenvolvimento desta prática muito importante para a saúde de nosso povo.

Esperamos que estas contribuições continuem para que aqui no Brasil também se desenvolva o Tchi Kun de uma maneira séria e bem estruturada. Com este objetivo é que foi fundada a Associação Brasileira de Tchi Kun, Qi Gong e Terapias Afins, todos que quiserem de alguma maneira contribuir para o desenvolvimento de uma maneira séria poderão sempre contar com o apoio da ABTK.

A.B.T.K.

TCHI KUN E A MEDITAÇÃO TIBETANA

Cultivar nossa energia para que?

Quando falamos em aprimorar, aumentar e circular a Energia (tchi) abrimos um leque de possibilidades. Primeiramente, temos que fortalecer nossas bases físicas e mentais para que possamos adquirir um adequado desenvolvimento espiritual e o auto-conhecimento.

Reequilibrando nossas energias através do Tchi Kun podemos minimizar ou curar doenças físicas extinguindo padrões negativos emocionais como a raiva, o rancor, a euforia, a tristeza, o medo, a obsessão etc. Depois de alcançarmos um estado de saúde adequado, resta-nos ainda cultivar a espiritualidade, aspecto muito importante do nosso ser, e existem muitas formas para se fazer isso, a filosofia Budista Tibetana pela sua origem e princípios é muito adequada para complementar a prática do Tchi Kun. Estudando os aspectos psicológicos que a meditação nos ensina e introduzindo no nosso dia a dia, caminhamos muito além da saúde física, pois as doenças acometem primeiro o espírito e depois o corpo físico.

A meditação Tibetana é um instrumento muito valioso para o crescimento interior, mas é preciso colocá-la em prática em todos os momentos. Certa vez uma senhora narrou sobre as mudanças que ocorreram depois que passou a praticar a meditação: "Mudei a forma de lavar os meus pratos". E este é o objetivo maior da prática, despertar o conhecimento da Verdade Suprema através das nossas tarefas corriqueiras. Por isso, depois de algum tempo da prática do Tchi Kun básico é fundamental a prática da meditação bem como o estudo da filosofia budista.

ADRIANA MARCANTONIO

As palavras de Buda : "Karma"

O que somos é a consequência do que pensamos: tem por essência nossos pensamentos, funda-se sobre nossos pensamentos.

A esse que fala ou age com espírito impuro, a esse a dor acompanha como a roda acompanha o animal que a arrasta.

O que somos é a consequência do que pensamos: tem por essência nossos pensamentos.

A esse que fala ou age com espírito purificado, a esse a felicidade acompanha como sombra inseparável.

Cada qual pagará a si mesmo pela má ação que cometeu. Praticando uma boa ação, cada qual se purificará a si mesmo. Não se podem purificar uns aos outros.

Minhas obras são meu bem; minhas obras são minha herança; minhas obras são o seio que me leva; minhas obras são a raça à qual pertença; minhas obras são meu refúgio.

Em parte alguma, quer nos ares, quer no meio dos oceanos, quer nas profundezas das montanhas, existe lugar em que alguém esteja ao abrigo das consequências de seus próprios atos.

Não façais pouco caso do mal, dizendo: "Ele não recairá sobre mim." A água, embora caindo gota a gota, acaba por encher o vaso; o Mal, embora praticado pouco a pouco, acaba por encher a alma do culpado.

Quando um homem, depois de uma longa jornada, torna-se salvo, parentes e amigos festejam com júbilo sua volta. Assim, também, quando aquele que fez o bem passa deste mundo para o outro mundo, os méritos, que conquistou na vida, dão-lhe as boas vindas, como parentes dão as boas vindas a um ser amado que volta.

GUILHERME DE ALMEIDA

"AS PALAVRAS DE BUDA"

REGULAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA

A necessidade de regulamentação é óbvia, para que o exercício da acupuntura saia da clandestinidade e para que os cursos sejam regulamentados proporcionando adequada formação e fiscalização dos profissionais de acupuntura.

Vários projetos foram apresentados na Câmara de Deputados e do Senado, inclusive quando Senador o Presidente Fernando Henrique Cardoso, apresentou um projeto em 1991 e o Sr. Antônio Salim Curciati em 1988, quando Deputado.

Gostaria de parabenizar o Sr. Senador Valmir Campelo (relator) e os demais Senadores (as) que contribuíram para o substitutivo PLC 67/95, apresentado em 1991 quando Deputado Federal, pelo Sr. Marcelino Romano Machado. Que regulamenta a profissão de acupuntura, aprovado após emendas na Comissão de Assuntos Sociais do Senado Federal.

Na votação, graças aos 8 Senadores que votaram a favor do substitutivo, não foi cometida uma injustiça contra os acupunturistas e o povo que se beneficia deste recurso terapêutico. Houve 4 votos contra.

Agora o projeto que regulamenta a profissão de acupuntura PLC 67/95, irá para o plenário do Senado Federal onde esperamos que a mesma coerência e sensatez que estiveram presentes com os Senadores que votaram a favor na Comissão de Assuntos Sociais permaneça no plenário. Mas cabe aqui ressaltar que o Senador Valmir Campelo teve que solicitar um "aparte" durante a votação na comissão para lembrar a alguns Senadores sobre a Constituição da República Federativa do Brasil sobre algumas leis, pois alguns senadores fizeram solicitações anticonstitucionais. Fico preocupado pois em um momento em que o País tenta alcançar o ponto mais alto em democracia parece que alguns Senadores esquecem coisas que são imprescindíveis para que a democracia exista, como a Constituição. Para que não existam dúvidas ou esquecimentos lembraremos aqui de alguns artigos:

- No capítulo I "DOS DIREITOS E DEVERES INDIVIDUAIS E COLETIVOS" artigo XIII - é livre o exercício de qualquer trabalho, ofício ou profissão atendidas as qualificações profissionais que a lei estabelecer. Cabe aqui lembrar que ainda não existe lei que estabeleça algum parâmetro no que tange à acupuntura.

- No mesmo capítulo, artigo XL - a lei não retroagirá, salvo para beneficiar o réu.

Acredito que se for levada em conta a Constituição da República Federativa do Brasil, em vista destes artigos, os profissionais que hoje exercem a acupuntura podem ficar tranquilos, desde que a nossa constituição seja respeitada.

HENRIQUE CIRILO

VII CONGRESSO NACIONAL DE TERAPIAS NATURAIS E II CONGRESSO BRASILEIRO DE MASSOTERAPIA

Você não pôde perder esta oportunidade. Estes congressos estão sendo elaborados de uma maneira inédita, terão três grandes temas (Stress / Infância e Terceira Idade / Terapeuta Cura A Ti Mesmo) que serão abordados dentro da massoterapia, acupuntura, florais, tchi kun, homeopatia, fitoterapia e outras terapias. Também conta com a participação de várias pessoas ilustres como Juracy Cançado, Armando S.B. Austregésilo, Dr. Wu Tou Kwang, Dr. Duk Ki Kim, Eunice Ermel, Adriana Marcantonio, Aluizio R. Monteiro Jr. entre outros palestrantes.

Quanto antes você fizer a sua inscrição, menos você pagará para participar e garantirá a sua vaga. Este congresso estará sendo realizado na Faculdade São Camilo (onde as instalações são perfeitas, contamos com 02 grandes auditórios e uma área para feira) nos dias 20, 21 e 22/09/96.

Informações podem ser obtidas nas entidades que estão promovendo (ABTK, AMOR, ABREFLOR, CEATA, CONAT, ANTN) ou pelo telefones: (011) 575-9928 , 549-4253, 883-3544, 3064-9352.

EVENTOS PROMOVIDOS PELA ABTK (COM ENTRADA FRANCA)

31/08/96 - PALESTRA DE "TCHI KUN"

MINISTRADO POR: ADRIANA MARCANTONIO

HORÁRIO: 15 HORAS

14/09/96 - PALESTRA "A IMPORTÂNCIA DO TCHI KUN NA MASSOTERAPIA"

MINISTRADO POR: HENRIQUE CIRILO E
ADRIANA MARCANTONIO

HORÁRIO: 15 HORAS

19/10/96 - PALESTRA "A IRIDOLOGIA E O TCHI KUN"

MINISTRADO POR: CELI FERREIRA DA SILVA
MUNIZ

HORÁRIO: 15 HORAS

30/11/96 - PALESTRA "SHANTALA / MASSAGEM EM CRIANÇAS"

MINISTRADO POR: VERA SAMELO

TODAS AS PALESTRAS SERÃO MINISTRADAS
NO INSTITUTO BRASILEIRO DE CHI KUNG E

TERAPIAS AFINS NA RUA SEBASTIÃO
RODRIGUES Nº 178 - ALTO DE PINHEIROS.

INFORMAÇÕES PELO TEL. (011) 262-9876.

15/12/96 - VIVÊNCIA PRÁTICA DE TCHI KUN

LOCAL: PARQUE DO IBIRAPUERA (ENCONTRO
NO PORTÃO DA BIENAL)

HORÁRIO: 10 HORAS

INFORMAÇÕES: (011) 262-9876

INFORMATIVOS

1 - A GANHADORA DO CONCURSO PARA LOGOTIPO FOI
MARIANE TORTELLA E CONFORME DIVULGADO, GANHARÁ
UM CURSO DE TCHI KUN PROMOVIDO PELA ABTK.

2 - NA PRÓXIMA EDIÇÃO DO BOLETIM DIVULGAREMOS AS
ESCOLAS ONDE SÃO MINISTRADOS CURSOS DE TCHI KUN,
TODAS AS ESCOLAS, INSTITUIÇÕES OU ESPAÇOS
PODERÃO ENTRAR EM CONTATO COM A ASSOCIAÇÃO
PARA DIVULGAREM ESTES CURSOS GRATUITAMENTE,
PELO TEL.: 262-9876.

3 - QUE NOS DIAS 05 E 06/10/96 SERÁ REALIZADO UM CURSO
DE TCHI KUN, NO HOTEL DANÚBIO, MINISTRADO PELA
PROFESSORA ADRIANA MARCANTONIO. INFORMAÇÕES:
(011) 262-9876.

O BOLETIM DE TCHI KUN É UMA PUBLICAÇÃO
QUADRIMESTRAL DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE TCHI
KUN, QI GONG E TERAPIAS AFINS.

EDIÇÃO: HENRIQUE CIRILO

REDAÇÃO: ADRIANA MARCANTONIO

COLABORADORES: LIU CHIH MING, CELI FERREIRA DA
SILVA MUNIZ, VERA SAMELO E ROSANGELA DARAIA

REVISÃO: DR. WU TOU KWANG

EDITORIAÇÃO: ROBSON PAIXÃO

TIRAGEM: 10.000 EXEMPLARES.