



Jornal *Praça da Harmonia Universal*

Ano II, nº 2 – Edição trimestral, jan/fev/mar de 2010

Fraternidade, Saúde e Paz

Criador do Dia Mundial do Tai Chi comemora data na praça

Entrevista exclusiva com Bill Douglas, fundador do WTCQD: ele vai estar na PHU no próximo dia 24 de abril e pretende transmitir o evento para todo o mundo. (Pág. 2)

Antônio R. Prates



Alexandre, Teresinha, Bispo, Siegfried, Carlos Barreto, Hildo, Edimilson, Ana Lúcia, Edvaldo, Bete, Antônio Pereira, Clésia, Cleyton e Iara reunidos na comemoração dos 79 anos de Mestre Woo

OS ORIENTADORES

JPHU inicia série com os responsáveis pela transmissão dos ensinamentos de mestre Woo. Leia entrevista de Carlos Barreto, um dos primeiros orientadores da Praça. (Pág. 8)

TAIJIQUAN E MEDITAÇÃO

Artigo do prof. Siegfried Elsner (Pág. 4)

O BEM QUE O TAI CHI NOS FAZ

Depoimentos de praticantes da PHU (Pág. 4)



Único instituto de formação em Tai Chi de Brasília abre novas turmas (Pág. 6)

Arquivo ABT



PADRE MIRA

Ele nos deixou um exemplo de dedicação e integridade (Pág. 7)

“Sonho com um mundo que abrace a sabedoria de todas as pessoas”

Criadores do Dia Mundial do Tai Chi vão estar na Praça no dia 24 de abril

Bill Douglas e Angela Wong Douglas são os co-fundadores do Dia Mundial do Tai Chi e Qigong (WTCQD é a sigla em inglês) e há mais de uma década eles tem se dedicado à tarefa de divulgar estas práticas através do cada vez mais estressado mundo moderno. Nesta entrevista exclusiva a José Milton, Bill fala como surgiu seu interesse pelo Tai Chi, a idéia de criar o movimento mundial e dos planos do casal em comemorar a data este ano na Praça da Harmonia Universal.

Bill, sabemos que você é fundador do WTCQD e que acaba de completar 53 anos. Fale-nos um pouco de você.

Bill Douglas - Ok, além de ter fundado o WTCQD há mais de uma década (em abril/1999), trabalho como ativista ambiental e de direitos humanos há cerca de 30 anos, em caráter profissional e como voluntário. Angela e eu temos dois filhos encantadores: Michael Tak Yan Douglas e Andrea Mei Wah Douglas. Sou também escritor e meu livro “O Guia Completo do Novato em Tai Chi & Chikung” tem estado no topo da lista de livros mais vendidos, e está disponível em russo, inglês e polonês. Tenho um livro sobre inspiração sob o título “O Parente Amador”. Agora estou completando meu primeiro conto sobre o despertar espiritual do planeta, intitulado “O Despertar em 2012”, bem como meu segundo conto, um suspense espiritualista e ambiental, cujo título é “A Conspiração dos Espíritos”, que deverá ser lançado no próximo ano.

Como se deu o seu primeiro contato com o Tai Chi?

BD - Comecei a praticar Tai Chi há 30 anos, quando enfrentei graves problemas de estresse, ante expectativas profissionais, vivendo numa megalópole da Califórnia, que é Los Angeles. Muitos hoje

estão passando pelo que já experimentei 30 anos atrás.

Pode nos descrever sua trajetória de praticante a líder da organização internacional do WTCQD?

BD - Pratiquei durante 15 anos sem nenhuma intenção de me tornar instrutor, simplesmente porque a prática do Tai Chi me fazia bem, sentia-me melhor e emocionalmente mais saudável, pois cresci e fui criado por meu pai, vítima de estresse e doenças traumáticas oriundas da guerra. Então, quando da mudança de Los Angeles para a Cidade de Kansas, as pessoas começaram a me pedir para lhes ensinar Tai Chi. As lições iniciais foram no quintal de casa, depois no porão de uma igreja, o grupo logo cresceu e aí nos vimos difundindo a prática em hospitais, centros cívicos, etc. Eventualmente eu ensinava também a servidores de grandes multinacionais. Não tardou, logo recebi convite de uma editora de Nova York para escrever um livro sobre Tai Chi. Em seguida marcamos um encontro para uma prática aberta ao público no Kansas, a CNN noticiou o evento para o mundo, muitos grupos de outros países manifestaram a intenção de fazer o mesmo, e ali nascia o “Dia Mundial do Tai Chi” (num sábado de abril/1999). Na oportunidade, Roger Jahnke, repre-

www.worldtaichiday-aki.org



sentante da Associação Nacional de Chikung, nos contactou e sugeriu, por que não expandir o movimento e batizá-lo de “Dia Mundial do Tai Chi & Chikung”, e veja agora onde estamos.

“Um Mundo... Uma Respiração! Nós acreditamos que tal inspiração se tornará realidade. Que mensagem você gostaria de dar às pessoas?”

BD - Tribos nativas americanas respeitavam uma imagem que chamam de Roda da Medicina. O neto de um grande expoente da medicina me explicou há alguns anos, quando eu ainda dava aulas de Tai Chi na Universidade das Nações Indianas de Haskell, que as quatro cores dos quadrantes da Roda da Medicina representam os povos que habitam os quatro cantos da terra: norte, sul, leste e oeste. Disse ainda que cada povo tinha um presente diferente para ofertar ao mundo. E também que quando todos os povos se olharem entre

si, com igual respeito pelos presentes que receberam e ofertaram, então a humanidade completará o ciclo que resultará no nosso equilíbrio. Muito temos que aprender com nossos irmãos e irmãs indígenas ao redor do mundo, da mesma forma como temos muito que aprender com os nossos irmãos e irmãs orientais. Sonho com um mundo que abrace a sabedoria de todas as pessoas que nele vivem, capazes de criar um mundo onde todos vivenciamos o amor, que nutre não somente os seres humanos, mas toda uma cadeia receptora de vida, toda energia que nos sustenta. Escrevo sobre esta minha visão no conto "O Despertar em 2012". "Um Mundo... Uma respiração" se tornou um lema, quando começamos a colecionar fotografias das comemorações do WTCQD em todas as partes do planeta. Observamos o "brilho nos olhos" nas faces das pessoas ao se entregarem às ondas relaxantes do Tai Chi & Chikung, a energia vital em expansão, sorriso aflorando por todo o corpo. É uma imagem universal, não importa qual seja sua raça, idioma, nacionalidade ou fé professada... é um mesmo sentimento de

unidade que se experimenta. Ao percebermos isso, sentimo-nos conectados na teia infinita da vida, vemos que um mundo saudável é o que interessa a todos, pois estamos conectados a tudo e a cada coisa. No Clube do Livro, de Oprah Winfrey, Eckhart Toller, autor de Um Novo Mundo (o mesmo de "O Poder do Agora"), escreveu: "O Tai Chi terá um papel importante no despertar da humanidade". Eu creio nisso também.

Estamos contentes e orgulhosos em receber Angela e você, os fundadores do WTCQD, para juntar-se a nós em abril próximo. Como se sente a respeito desse encontro com os brasileiros?

BD - Angela e eu nos sentimos extremamente honrados e gratos aos praticantes de Tai Chi no Brasil, por esta deferência. Estive seriamente doente nos últimos meses do ano passado, devido a uma infecção resultante de tratamento dentário de muitos anos atrás, com danos nos sistemas digestivo, endócrino, etc. Estou em recuperação gradual, e meu objetivo é ficar cada vez -e mais rápido - melhor para

realizar essa visita ao Brasil e encontrar as pessoas encantadoras cujas faces aparecem nas fotos de muitos dos eventos do WTCQD que você já me enviou. Também estamos ansiosos, pois nosso parceiro de Tai Chi, David Dorian Ross, está planejando gravar o evento e transmitir ao vivo via internet, de modo que Angela e eu possamos, junto com vocês, saudar o mundo, compartilhando com todos os festejos dos 50 anos de Brasília e do WTCQD. Alegra-nos também saber que assim podemos participar por vídeo do Congresso Mundial de Chikung, na bela São Francisco, Califórnia, a ocorrer no final de semana do WTCQD 2010.

Estamos no rumo de dias melhores, o mundo caminhando junto. Para mim e Angela, respirar em união com todos e experienciar no Brasil o WTCQD em 2010, esse país que cresce vibrante, pleno de promessas para o futuro, anfitrião das próximas Olimpíadas de 2016, com uma nova visão de melhores perspectivas para o mundo, será uma vivência muito profunda e saudável.

Obrigado Brasil!

SAC CAIXA: 0800 726 0101
Informações, reclamações, sugestões e elogios
0800 726 2492 - Atendimento a deficientes auditivos
0800 725 7474 - Ouvidoria

caixa.gov.br

SABE O QUE É PRECISO PARA CONSTRUIR 600 MIL MORADIAS?



2 BILHÕES DE TIJOLOS,

39 MILHÕES DE SACOS DE CIMENTO,



3 MILHÕES DE TRABALHADORES

E APENAS **1 BANCO**



600 mil moradias em apenas 1 ano. Na CAIXA é assim:
um número puxa o outro. E todos puxam o crescimento do Brasil.



CAIXA

Taijiquan e Meditação

Siegfried Elsner

Taijiquan representa o equilíbrio entre movimento e calma, o duro e o macio, o rápido e o lento. São expressões da dualidade da vida humana. Existem formas de Taijiquan que acentuam mais o lado explosivo, e outras que dão mais ênfase nos movimentos suaves e tranquilos. Corpo e mente são igualmente envolvidos e desenvolvidos.

Neste contexto cabe a meditação como é praticada pelos taoístas um papel muito especial. Aparentemente se dedica de maneira exclusiva ao cultivo do Espírito. Meditação aqui tem o propósito de acalmar a mente passo a passo, até chegar a uma experiência do "vazio". O Wu Chi, o Chi vazio, é a origem de todo movimento e de toda existência, quando se transforma em Tai Chi. Penetrando no vazio, no silêncio, experimentamos aos poucos a união de tudo. Não há mais dualidade. Tudo se tornou UM. É uma experiência verdadeiramente mística. Entrando neste processo do vazio gerando o todo, nos unimos com o processo da criação. Saímos do processo do dualismo desordenado para uma harmonização de Yin e Yang e deste estado continuando até o portal entre ser e não-ser, a origem de tudo. É um processo de deixar, de desapegar, e a partir deste mergulho no interior leva à manifestação de sabedoria e vida virtuosa. Duas são as fases deste caminho. A primeira é nosso esforço para nos esvaziarmos. Só depois nos entregamos ao fluxo de ser puxado para o Cheio. Fazemos esforço para ficar vazio e então nos entregamos à ação de Deus que nos preenche. Do extremo Yin somos então levados ao extremo Yang.

Este é o propósito de nossa meditação.

Teresinha Pereira



Caminhando, achei o caminho do Tao

Maria Maia

Era 2005, beirando 2006, e o cansaço acumulado no ano parecia pesar mais ao fim do dia de muito trabalho. A cidade sempre parece mais agitada, com a proximidade das festas de fim de ano. Em busca de alívio, procurava caminhar pelos arredores da quadra, como fazem muitos brasileiros que moram no Plano Piloto.

Numa dessas caminhadas, encontrei um grupo de pessoas fazendo uma série de movimentos belos, na entrequadra 104/105 Norte, numa coreografia exuberante. Pareciam pássaros em pleno vôo, acariciando as nuvens. Fiquei assistindo encantada e ao final me aproximei. Teresinha Pereira, à frente do grupo, explicou que aquela era uma prática chinesa transmitida desde os tempos remotos de geração em geração, mas a despeito de ser muito antiga, continua sendo eficiente contra as tensões e o stress da vida

moderna, acessível a qualquer pessoa, de qualquer idade.

Foi assim que encontrei o Tai Chi Chuan. Descobri que a atividade era realizada gratuitamente há mais de três décadas, sob a supervisão do Dr Moo-Shong Woo, carinhosamente chamado por todos como Mestre Woo.

De lá pra cá tive a felicidade de ver muitos avanços. A entrequadra 104/ 105 Norte foi reconhecida pela Câmara Legislativa como Praça da Harmonia Universal, o Tai Chi Chuan entrou no calendário oficial da cidade e mestre Woo foi reconhecido como Cidadão Honorário de Brasília.

Hoje, com quatro anos de prática, percebi que o Tai Chi Chuan ensina desacelerar. Tudo flui, e como na vida, a gente vai aprendendo aos poucos. Vai aprendendo também a ver a vida sob outra perspectiva, com menos ansiedade, e, principalmente, vai aprendendo o valor mágico de três palavrinhas: Fraternidade, Saúde e Paz.

O Tai Chi é um presente Divino

Maria Ivanise de Oliveira Morais

Desde criança sempre me interessei em conhecer terapias de cura, que nos ensinasse uma maneira natural de manter a imunidade evitando doenças, e em 2008 uma colega me incentivou a praticar o Tai Chi Chuan a fim de diluir alguns incômodos que estavam me rondando: depressão, insônia, fragilidade emocional, animosidade a uma vida social normal, atitude egóica, tudo em consequência da perda sofrida com o retorno de minha mãe ao Lar Espiritual. Com apenas 25 dias praticando esta maravilhosa arte milenar chinesa passei por transformações profundas, pois todos os incômodos acima relatados foram expurgados do meu dia-a-dia e de minha vida. Encantada com os resultados obtidos, em tão pouco tempo, continuei praticando o Tai Chi com dedicação e empenho e obtive outras vitórias pois me tornei uma pessoa mais centrada, menos ansiosa, mais firme e consciente de que o nosso bem-estar e o ter uma vida saudável, depende, primordialmente, de nós mesmos, do conhecimento e da certeza de que se trabalharmos apenas o corpo físico, sem atentar para a mente e o Espírito, não alcançaremos a plenitude, a beleza, a saúde perfeita que o Tai Chi nos proporciona. Por isso nosso querido Mestre Woo, enfatiza sempre e orienta sobre a necessidade de darmos prioridade ao Espírito e,

assim, conquistarmos, também, paz e equilíbrio: equilíbrio que nos faz pensar melhor, cometer menos erros, deixarmos as atitudes egóicas, e a vida fica mais leve, mais agradável e mais bonita e fraterna. Outro presente que recebi praticando o Tai Chi com persistência, seriedade, sensibilidade foi debelar uma osteopenia que já me perseguia há dois anos. Ano passado através de uma densitometria óssea foi constatado que ela não mais existia, graças aos eficientes exercícios de alongamento e respiratórios, auto massagem, meditação, aliados à prática do Tai Chi. A parte concernente à sociabilidade, a cura acontece através das atividades sociais e culturais que tornam nosso convívio mais salutar e espontâneo. A prática do Tai Chi é feita na Praça da Harmonia Universal, ao ar livre, com a brisa tocando nosso corpo, os pássaros nos saudando com seu alegre cantar, apreciando a beleza das nuvens que parecem nos seguir com suas várias formas de rara beleza e encanto, cenário perfeito para vencermos qualquer doença, seja do corpo, da mente ou do Espírito. Convidamos todas as pessoas que lerem nosso jornal para virem constatar, pessoalmente, que o Tai Chi realmente é um presente Divino que nos foi ensinado por nosso querido Dr. Woo, a fim de que todos possam ter uma vida saudável e mais feliz. Fraternidade, Saúde e Paz é o que desejamos a todos em 2010.

Visitas

Personalidades destacadas do mundo das artes marciais visitaram mestre Woo na Praça da Harmonia Universal, e repassaram instruções práticas sobre saúde e o bem-viver.

São eles (da esquerda para direita) Dr. Zong Daw Tang, médico chinês residente em São Paulo, especialista em controle da diabetes e da alimentação à base de soja; Mestres Dada Inocalla e Shishir Inocalla (dos USA), mestria em Tai Chi, Wushu, Artes Marciais Filipinas e orientadores de Tai Chi Golf. O professor Hildo do Couto Honório fez o seguinte comentário sobre Mestre Shishir:

No dia 27 de novembro de 2009 (sexta-feira), fomos honrados com a visita do mestre Shishir Inocalla. Ele começou a praticar as artes marciais filipinas com oito anos de idade. Com doze anos, tornou-se yogui na Índia. Desde 1972, tem viajado bastante, competindo e ensinando artes marciais, tai chi chuan, yoga e meditação.

Ele fundou centros de artes marciais nos EUA, no Canadá, no Brasil e na sua terra natal Filipinas. Já venceu 50 campeonatos. Em 1992, ele foi escolhido para representar a personagem Michelangelo na série de TV Tartarugas Ninjas.

Atualmente, está introduzindo o “chi golf”, que, como o nome já diz, aplica princípios taoístas do tai chi no golfe.

Criou também a “meditação mente tranquila, coração sorridente”, “sinawali kickbox” e “tai chi kung”. Já produziu diversos DVDs e livros. Na PHU, ele fez uma demonstração do “chi golf”. Ele é irmão do parceiro da PHU Dada Inocalla, sobre cujas atividades pode-se consultar o site www.arnis.com.br. Para mais informação sobre o mestre Shishir, ver o site www.shirinocalla.com”



Longa vida ao Mestre Woo

Quase todos os professores orientadores estiveram na Praça da Harmonia Universal no último dia 3 para saudar mestre Woo na comemoração de seus 78 anos de idade. Foi um momento especial, de alegria e reverência àquele que há mais de 35 anos dedica grande parte de seus esforços e energia a transmitir o Tai Chi e os princípios filosóficos do Being Tao, que tem contribuído para o desenvolvimento, o bem estar e a saúde física, mental e emocional das muitas gerações que já passaram pela PHU e de todos que continuam praticando sob sua orientação. (ARP)

Antônio R. Prates



Inspire-se

Outra Praça

Antônio R. Prates



Dentro do princípio de difundir o Tai Chi para todos, como orienta mestre Woo, orientadores e alunos da PHU estão todo segundo domingo do mês, das 17 às 18 h, na Praça dos Três Poderes – em frente ao STF - exercitando práticas de Tai Chi e Chi Kung, abertas à comunidade e visitantes de Brasília. Exercícios fáceis são conduzidos por diversos professores do Distrito Federal. Em seguida, lanche comunitário e outras demonstrações. Contato – 3365-5020.

Pousada do Hirata

O Sítio Ecológico Nyubu, também conhecido como a Pousada do Hirata, local agradável e de fácil acesso (PADF - 50 km de Brasília), com instalações confortáveis, auditório, salão para eventos sociais, encontros, etc, recebe famílias, grupos de diversas instituições, escoteiros, praticantes de Tai Chi e Artes Marciais. Poderá ser visitada na página <http://www.phu.org.br/hirata/index.html> ou contatar 9959-3676.

“Tai Chi – Saúde do Ser”

Para quem deseja pesquisar um pouco mais sobre Tai Chi mãos livres e com espada, poemas e filosofia taoístas, história do Tai Chi em Brasília, é imperdível a leitura do “Tai Chi – Saúde do Ser”, livro do professor José Milton de Oliveira, acompanhado de DVD. Outras informações 3365-5020.

Acupuntura Estética

Tratamento de acupuntura estética facial e corporal, com terapeuta e professor de Tai Chi e Chi Kung, Marcus Evandro. Informações: 9954-7334.

Aula de Tai Chi

O professor Siegfried Elsner, orientador da PHU e professor do Instituto de Formação em Tai Chi de Brasília, está abrindo uma nova turma para quem quer desenvolver a forma dos 24 movimentos, estilo Yang. Mais informações pelo email siegfried.elsner@gmail.com ou pelo tel: 9976-0703

IFTB abre inscrições para f

Única instituição do DF credenciada tanto pela Confederação de Wushu da China (órgão do governo chinês que regula os torneios e reconhecimentos nas artes marciais daquele país) quanto pela WCTA (World Chen Taiji Association - é a organização fundada pelo grão-mestre Chen Xiaowang, da 19ª geração da linhagem da família Chen, desde o criador do Tai Chi Chuan para a divulgação da arte-técnica em nível mundial), o Instituto de Formação em Tai Chi de Brasília está com inscrições abertas para nova turma em 2010. Responsável pela coordenação do curso, o dr. Aristein Woo é médico clínico e acupunturista, com formação em Atividade Físico Terapêutica em Ortopedia e Reumatologia pelo Instituto Latino Americano de

Atividade Física Terapêutica. Ele é também o idealizador – e professor – do Curso de Capacitação de Facilitadores de Tai Chi Chuan e Saúde do Distrito Federal. Nesta entrevista, ele fala sobre o IFTB, sua filosofia e objetivos.(ARP)

Soraya Lacerda



Alunos e mestres praticam no Tai Chi Camp de encerramento do primeiro ano do Curso de Formação em Taijiquan [IFTB]. A reunião foi no Espaço Terra Viva.

Como e quando surgiu o IFTB?

Aristein Woo - O IFTB surgiu em 2004, a partir de uma proposta do Siegfried (NR: Professor Siegfried Elsner, também orientador da Praça da Harmonia Universal) de se montar uma metodologia para se apresentar cada conteúdo do Tai Chi Chuan com começo, meio e fim. Assim, naquele ano, elaboramos o primeiro curso de sequência de Tai Chi Chuan 24 movimentos, desenvolvido em 8 aulas, aos sábados, de 3 horas cada. Os primeiros cursos tinham o objetivo de familiarizar os alunos com a sequência de movimentos e muitas pessoas chegavam ao fim do curso tendo memorizado a forma.

Este é o único instituto de formação em Tai Chi de Brasília?

AW - Este é o único instituto que tem a finalidade de formar instrutores e professores de Tai Chi em Brasília, até o momento.

Qual a filosofia que orienta o IFTB, como está estruturado o instituto, quem compõe o quadro docente?

AW - O Tai Chi Chuan traz benefícios para o corpo, a mente e o espírito do praticante. Esses benefícios podem ser resumidos em três palavras: Equilíbrio, Flexibilidade e Energia. Equilíbrio corporal e emocional; Flexibilidade das articulações e das posturas diante da vida, Energia representa a saúde e a disposição para cumprir aquilo que a pessoa se propõe a fazer. Como as demais insti-

tuições abrigadas sob o IIBT, o IFTB também preza o emprego dos benefícios do Tai Chi em prol de toda a humanidade, e não apenas do indivíduo.

Por todos esses benefícios, o Tai Chi Chuan deve ser mais difundido, a fim de todos poderem ter acesso a ele. E o IFTB comparece para satisfazer essa necessidade, ele faz com que mais pessoas estejam capacitadas para dirigir aulas de Tai Chi Chuan. A estrutura do IFTB é simples. Temos uma diretoria, que cuida dos aspectos técnicos e, administrativos, e o corpo docente, formado por professores de Tai Chi Chuan que já lecionam há anos e tem uma formação diferenciada (filosofia, história, medicina, nutrição, teologia, artes). Entre os professores, estão: Siegfried, Mônica Han, Alice Uchida, Magno Bueno, Benício.

Este ano, o IFTB está abrindo uma nova turma... Isto se deve ao crescente uso do Tai Chi em Brasília (sua prática, segundo o jornal Correio Braziliense, teria se incrementado em mais de 300% comparando-se o ano de 2008 a 2009!), também aumentou a procura de formação no instituto?

AW - Sim. Esse crescimento da prática fez com que passássemos a oferecer o Curso de Formação. É uma oportunidade para se aprofundar a prática e, de acordo com a vontade do aluno, tornar-se instrutor ou professor. Agora em 2010 temos uma turma já no segundo

ano e outra que começou em março, mas que ainda aceita inscrições.

Qualquer pessoa pode se habilitar a fazer a formação? Após o curso, o formando pode também transmitir os ensinamentos? Quantos alunos já passaram pelo IFTB desde sua criação?

AW - Qualquer pessoa pode fazer o curso de formação. Ao final do segundo ano do curso, há um estágio para aqueles que quiserem seguir a profissionalização. Além disso, temos parceria com instituições internacionais, o que possibilita que, tendo concluído o curso, o aluno esteja apto para realizar as provas de habilitação (se for de seu interesse).

Centenas de alunos passaram pelo IFTB. Grande parte deles fez um dos cursos de pequena duração (sobre tópicos particulares, como sequência de 24 movimentos, tuishou, espada). Neste ano de 2010, esperamos ter mais de cinquenta alunos nas turmas do curso de Formação em Tai Chi Chuan, que dura dois anos.

Brasília hoje pode ser considerada, em termos brasileiros, uma cidade em que a prática do Tai Chi está bem desenvolvida?

AW - Brasília é privilegiada nesse sentido, por sua vocação "alternativa" e pelas amplas áreas verdes distribuídas por todo o seu espaço urbano. Temos prática em praticamente todos os parques mais populares, temos prática em diversas entre-

Formação



quadras e, inclusive em Centros de Saúde, cujos facilitadores foram formados pela nossa equipe.

Como foi a introdução do Tai Chi na rede pública de saúde? Há planos para que a prática também seja mais difundida na rede pública de ensino?

AW - A introdução do Tai Chi na Secretaria de Saúde contou com o apoio institucional do Numenati (Núcleo de Medicina Natural e Terapias Integrativas), órgão da Secretaria coordenado pelo Dr. Divaldo Mançano. Os funcionários da rede pública de saúde se candidataram e foram selecionados de acordo com o perfil necessário. Houve um período inicial, a Oficina de Sensibilização, seguido da Oficina de Capacitação de Facilitadores. Os funcionários são autorizados a dedicarem parte da carga horária de trabalho para fazerem a prática com a comunidade atendida pelo respectivo Centro de Saúde. Temos projetos de fazer mais uma Capacitação na Secretaria de Saúde do DF e de outros estados. Nada impede que haja uma divulgação também na área Educacional.

O que um aluno que está se inscrevendo pode esperar de sua formação no IFTB?

AW - Pode esperar uma formação abrangente, não sectária, abordando aspectos técnicos, práticos, filosóficos, históricos e metodológicos do Tai Chi Chuan, com o aprofundamento necessário para ser mais um competente elemento de divulgação do Tai Chi Chuan.

A prática libertadora de Padre Mira continua presente

João Manoel Lima Mira, o Padre Mira, como era carinhosamente chamado por todos que o conheciam, nasceu em Pelotas-RS, e desde jovem se interessou pelas Artes Marciais chinesas. Estudou e pesquisou com diversos mestres em diversas cidades brasileiras, como Rio de Janeiro, São Paulo e Florianópolis. Estudou teologia e se ordenou sacerdote na Ordem dos Jesuítas. Mesmo assim não perdeu seu interesse e seu amor pelas artes marciais.

Um dia conheceu o Mestre Comendador Moo Shong Woo em Brasília. A observação do Mestre, de que o Tai Chi não era uma mera arte marcial, mas uma cultura interna, o fascinou e ele se tornou discípulo dedicado do Mestre. Como não morava em Brasília, vinha duas vezes por ano nas férias escolares para conviver com o Mestre, morando na casa dele, durante vários anos.

Morou durante um período no Chile, na Argentina, no Uruguai e nos Estados Unidos, e depois mudou para o Japão, sendo membro docente da Universidade Católica Sophia em Tokyo, levando a chama ardente das idéias do Being Tao consigo.

Sendo um dos discípulos antigos do Mestre Comendador Moo Shong Woo, ao lado do agora Mestre Dada Inocalla, da Academia Magka-Isa, de Carlos Alberto Barretos e de Dr. Gustavo Luedemann, todos ainda atuantes na prática e divulgação do Taiji em Brasília, Padre Mira fundou a ACBC e o IIBT.

No Rio de Janeiro foi aluno do professor Wu Chiao Hsiang, fundador do Instituto de Cultura Chinesa naquela cidade do qual ele foi um dos pouquíssimos alunos - com exceção de seu filho - que recebeu instrução mais profunda. Prof. Wu era muito exigente e tradicional. Normalmente quando ensinava Xing Yi costumava fechar a porta da academia e/ou pedia que as outras pessoas que não praticavam o estilo que se retirassem. Quando as pessoas perguntavam a razão desta atitude ele respondia: "É um estilo secreto". O número de alunos de Xing Yi sempre foi reduzidíssimo.

Estudou Judo com Prof. Ito em São Paulo e com Shorinji Kempo e Prof. Sogo em Florianópolis, SC. Com Takeuchi Tadashi estudou

Karate Shotokan na PUC-RJ, Kendo estudou com o Mestre Comendador Moo Shong Woo em Brasília.

Padre Mira fez parte do grupo de estudos de Budismo Esotérico Shingon do ramo Buzan-ha. Foi o primeiro estrangeiro aceito como Yamabushi no grupo Shintoísta de Dewa San Zan, no grau 3, e participava há mais de dez anos do Oedo Dai Kan Jin Yamabushi Kaigi em Meiji Kinen Kan.

Além disso, foi membro da Escola de Chá Dai Nihon Sado Gakkai da qual recebeu o certificado de Nyu Mon e de Ko Narai. Atualmente, estava na etapa de Chden da mesma escola. Padre Mira

também foi discípulo aceito da Escola da Porta do Dragão de Wudang e tem nome de discípulo dentro desta escola. Estava dentro da linha de sucessão desta escola cuja sede é nada menos que o Mosteiro de Wudang na China.

Era discípulo do Grão Mestre Ordenado Wai Lun Choi do Estilo Roku Go Happou, cujo fundador foi o Imortal Chen Tuan que viveu na Montanha Wa Shan. Este é o quarto estilo interno depois do Tai Ji, Xing Yi e Ba Gua que somente co-

meçou a ser ensinado abertamente depois da Segunda Guerra mundial. Padre Mira também foi aceito em Shanghai em 1998 em cerimônia formal na frente da Mestra Fan (mestra de Tai Ji Quan) no estilo Chan como discípulo de dentro da casa. Ele era o único representante deste estilo - conforme a transmissão recebida das mãos da Mestra Fan - fora da China.

Seu falecimento no último dia 11 de janeiro deixou consternados todos os praticantes de Tai Chi do círculo de mestre Woo que o conheceram e o próprio mestre disse o seguinte:

"Padre Mira, fundador da Associação Cultural Brasil China, sugeriu o nome de IIBT - Internacional Institute of Being Tao, pois a Praça da Harmonia acolhe todos os filhos de Deus. Atualmente, o nome simplificado é Associação Being Tao.

Seu coração e sua energia estão na Praça, mesmo seu corpo estando ausente.

Padre Mira junto com Deus sempre estarão aqui na Praça da Harmonia Universal".

Arquivo ABT



"Seu coração e sua energia estão na Praça, mesmo seu corpo estando ausente."

Os orientadores: a dedicação na prática

O JPHU inicia com esta entrevista com Carlos Barreto - um dos mais antigos discípulos de mestre Woo - uma série de perfis com os orientadores da praça, dedicados transmissores da arte do Tai Chi e dos ensinamentos do Being Tao.

Carlos Alberto Bastos Barreto tem 54 anos, é casado com Glicínia Mendes e pai de Samanta Mendes Barreto. Ele reside em Brasília desde a fundação da cidade, é formado em engenharia e, desde 1976, é analista do Banco Central.

Na palestra que ministrou no café comunitário do dia 7 de março, Carlos Barreto falou com muito carinho e entusiasmo de sua trajetória como praticante do Tai Chi e de como iniciou o aprendizado com mestre Woo. Apesar de não estar atuando como orientador no momento, Carlos se emocionou - e emocionou aos praticantes que assistiam sua palestra - ao afirmar que "meu coração está sempre na praça".

Ele lembrou diversos ensinamentos do mestre ao final da palestra ("todos devem ser seus próprios médicos, buscando o equilíbrio nas emoções, na saúde e na mente") e enfatizou a importância de algumas personalidades como o padre Mira e Francisca no desenvolvimento de sua relação com o Tai Chi e o Being Tao. Além disso, ele lembrou sua paixão e dedicação ao estudo da língua chinesa desde 1987. Nesta entrevista ao JPHU, Barreto fala ainda dos benefícios que o caminho tem trazido para a sua vida(ARP).



Arquivo Carlos Barreto

Como foi sua descoberta do Tai Chi e há quantos anos você pratica?

Carlos Barreto - O esposo de uma colega de trabalho teve uma consulta de acupuntura com Mestre Woo e, ao final, recebeu um cartão com o convite para a prática gratuita de Tai Chi (loga Chinesa), como complemento importante para o tratamento (NR- Na palestra que deu no Café Comunitário, Barreto exibiu o cartão que recebeu naquela época e que guarda até hoje!). Como eu praticava loga naquele tempo, minha colega me passou o cartão. Fiquei curioso por conhecer essa "loga Chinesa" e foi dessa forma que conheci o Mestre Woo e o seu trabalho na praça. O meu primeiro dia de prática foi em fevereiro de 1983, há 27 anos. Nossa, como o tempo passa depressa...

Desde quando você é discípulo de mestre Woo, como e quando você se tornou orientador na praça, como tem sido sua relação com o mestre ao longo destes anos?

CB - Uma relação de muito respeito, carinho e admiração.

Mestre Woo pedia às pessoas que iam aprendendo a seqüência a posicionar-se na frente e executar os movimentos para os demais acompanharem. Outras vezes, ele pedia a um aluno sozinho, ou a um grupo de alunos, para dirigir toda a prática. A partir de então, comecei a colaborar como monitor quando solicitado por Mestre Woo.

Quais as suas impressões sobre a PHU e, no seu entendimento, o que ela representa para Brasília. O trabalho admi-

rável e incansável do mestre na transmissão e divulgação do Tai Chi apesar dos 35 anos de prática, só agora, me parece, começa a ficar mais conhecido.

CB - A Praça da Harmonia Universal é um local muito especial em Brasília, palco de um trabalho singular dedicado à comunidade, referencial da prática do Tai Chi na cidade. É o ponto de irradiação do Being Tao para outras regiões no Brasil e no exterior.

São muitos os benefícios do Tai Chi, nós sabemos, mas, no seu caso, o que representa a prática na sua vida e no seu cotidiano?

CB - Inicialmente, eu gostaria de destacar que os benefícios que tenho obtido não se devem apenas ao Tai Chi, mas principalmente ao Being Tao, no qual o Tai Chi está inserido. Tive a oportunidade de vivenciar, ao longo desses anos, os aperfeiçoamentos inseridos por Mestre Woo na prática diária do Being Tao.

A prática tem me ajudado a buscar uma vida saudável, equilíbrio e crescimento constante. Crescimento em todos os aspectos do meu ser: físico, mental e espiritual. Além disso, foi porta de entrada para conhecer uma cultura muito diferente da nossa.

Qual 'orientação' você daria para quem quer se iniciar no Tai Chi ou que já está começando a praticar?

CB - Procurar sentir os benefícios e o prazer da prática desde o primeiro dia. Continuar sempre, nunca desanimar.

Expediente

O **Jornal Praça da Harmonia Universal** é uma publicação trimestral, idealizada pelos praticantes de Tai Chi, discípulos do mestre Woo.
Jornalista responsável: Antônio R. Prates (Reg. Prof. 3590/DF) - **Colaboraram neste número:** Teresinha Pereira, Hildo do Couto, Aristein Woo, Ivanise Moraes, Siegfried Elsner, Karen Smidt, Edna Carneiro, Eutenir Braga, José Milton Oliveira, Maria Maia e Edimilson Júnior - **Editoração:** Wagner Ulisses / Liberdade de Expressão - **Impressão:** Gráfica Charbel - **Tiragem:** 2.000 exemplares - **Site:** www.phu.org.br - Impresso em papel reciclado. Distribuição gratuita.