



# Daojia 道家

Revista Eletrônica de Taoismo e Cultura Chinesa Ano I nº 03

**A Medicina Tradicional  
Chinesa**

**A Relação entre Céu e  
Terra no FENG SHUI**

**A Kabbalah e o TAO**

**Discussão sobre os 9  
Obstáculos na Prática  
do QIGONG**

**O Tao Te Ching segundo  
LIN YUTANG**

**Caos e Ordem no  
I CHING**

**O Tao encontra  
GÊNGIS KHAN**

**Atitude, mudanças de  
hábito e autocultivo nas  
artes energéticas taoistas**

**Curiosidades  
Culinárias da China**



**Entrevista Exclusiva  
Grão-Mestre  
Yang Zhenduo**

# Bioaccus®



U JOK  
PARA TODOS  
Park Jae Woon

A mais completa linha de  
produtos para terapias



Livros e mapas terapêuticos



Vídeos didáticos

Fones: (11) 3101-9040  
3104-6302  
3104-7552  
3111-9040

Fax: (11) 3101-9039  
3106-1694

- \* Grande variedade em equipamentos
- \* Todos os tipos de macas e cadeiras de quick massage
- \* Remetemos para todo o Brasil
- \* Visite o site e consulte nosso catálogo
- \* Venha conhecer nossa loja

Rua da Glória, 182 - 3o Andar - Liberdade - São Paulo (SP)

[www.bioaccus.com.br](http://www.bioaccus.com.br)

Visite-nos agora mesmo, é só clicar aqui: <http://www.bioaccus.com.br>

## Transpondo Obstáculos



Você deve ter reparado que pulamos uma edição este ano. Por problemas diversos não publicamos nossa revista no trimestre abr/mai/jun. Montar uma revista deste tipo, sem fins lucrativos nem motivações financeiras, é sempre muito difícil. Exige dedicação e amor ao que se está fazendo, acima de tudo. E muitas vezes os problemas do mundo se somam para criar dificuldades e obstáculos. No entanto, aqui estamos novamente, firmes e cada vez mais sólidos em nossa caminhada para explorar e divulgar o taoísmo e suas artes para todas as pessoas de modo a lhes proporcionar uma vida melhor.

O Homem se orienta pela Terra  
 A Terra se orienta pelo Céu  
 O Céu se orienta pelo Tao  
 O Tao se orienta por sua própria natureza

*Tao Te Ching, 25*

Nesta edição incluímos um trecho da obra “Sabedoria da Índia e da China”, de Lin Yutang. Esse é um autor muito importante para se conhecer melhor a cultura chinesa e traremos mais material de sua autoria nas próximas edições. Aproveite.

Gostaríamos de dar as boas vindas a mais dois colaboradores que muito terão a contribuir. A Sociedade Brasileira de Tai Chi Chuan e Cultura Oriental (SBTCC), dos professores Roque e Maria Ângela, vai participar de nossa publicação. Representantes no Brasil do Estilo Yang de Tai Chi Chuan, o mais praticado no mundo, eles têm uma relação direta com a fonte deste conhecimento precioso e se dispuseram a repartir um pouco com nossos leitores. Um grande presente!

Também marcamos a entrada do Grupo Pai Lin da Bahia, que faz encontros para prática e estudo dos ensinamentos do Mestre Liu Pai Lin e também de textos importantes do Taoísmo como o Hua Hu Ching e a Doutrina da Flor de Ouro. Teremos muito material interessante pela frente.

Nosso objetivo é justamente unir os praticantes do Taoísmo de todo o Brasil, de todas as vertentes, de modo a solidificar esse conhecimento em nosso país e o utilizarmos para o benefício de nosso povo. E você, praticante ou simpatizante, não pode ficar fora dessa missão: participe, leia e compartilhe, envie textos, links, notícias, de qualquer ponto do Brasil ou de outros países lusófonos. Estamos sempre abertos a todos vocês.

Saúde e longevidade.

*Gilberto Antonio Silva*

Editor

## SUMÁRIO

- 09 Discussão sobre os nove obstáculos na prática do Qigong
- 10 A Medicina Tradicional Chinesa
- 12 O Tao encontra Gêngis Khan
- 14 A relação entre Céu e Terra no Feng Shui
- 18 O Tao e a Kabbalah
- 20 Entrevista Exclusiva com o Grão-Mestre Yang Zhenduo
- 24 O Tao Te Ching segundo Lin Yutang
- 26 Atitude, mudanças de hábito e auto-cultivo nas artes energéticas taoistas
- 28 Caos e ordem no I Ching
- 30 Curiosidades culinárias da China



**Você em Daojia**

Mande sua opinião, críticas, ideias e sugestões sem esquecer de mencionar seu nome completo e cidade/estado. Participe e deixe-nos saber sua opinião! Envie para revista@taoismo.org

**No Facebook**

Visite nossa comunidade taoista e deixe seu like:  
**Amigos do Tao**  
<https://www.facebook.com/amigosdotao/>

**Observação sobre nomenclatura**

Existe um problema que devemos enfrentar ao se estudar a cultura da China. Trata-se da maneira como se escrevem as palavras chinesas nos idiomas ocidentais.

Em chinês, as idéias são expressas através de sinais gráficos denominados "ideogramas". É praticamente impossível traduzir um ideograma por uma única palavra em idioma ocidental, qualquer que seja ele. Existe sempre uma idéia complexa por trás de cada desenho, que requer várias linhas de explicações. Para facilitar as interações entre as diversas culturas orientais e ocidentais criou-se a transliteração fonética, conhecida popularmente como "romanização".

Nesse sistema anota-se em alfabeto ocidental o SOM dos ideogramas, sua pronúncia, de modo que possamos articular as "idéias" e poder conversar e escrever nomes e endereços sem precisarmos recorrer aos ideogramas.

Entretanto, existe uma série de sistemas de transliteração diferentes. Os principais, que estamos acostumados a ver em obras sobre cultura chinesa, são o Wade-Giles e o Pinyin. O primeiro foi muito utilizado em livros especialmente vindos da língua inglesa. O segundo foi desenvolvido pelo governo chinês na década de 1950 e hoje é a transliteração oficial.

Veja a diferença abaixo:

Wade-Giles	Pinyin
Peking	Beijing
Tai Chi Chuan	Taijiquan
Chi	Qi
Lao-Tzu	Laozi
Chi Kung	Qigong
Tao Te Ching	Daodejing
Chuang-Tzu	Zhuangzi
Tao	Dao
I Ching	Yi Jing

Embora a maioria dos trabalhos ocidentais sobre cultura chinesa se baseiem na língua inglesa e muitos ainda utilizem o sistema Wade-Giles, optamos por colocar as expressões chinesas no sistema Pinyin, que afinal de contas é o oficial e cresce em utilização todos os dias. Assim, os termos chineses estarão sempre grafados em Pinyin, excetuando aqueles muito familiares aos brasileiros como Tao, I Ching, Tao Te Ching, Tai Chi Chuan, e alguns outros. Esta "licença poética" é utilizada mesmo em obras chinesas modernas.

**Você também pode contribuir com a revista Daojia**

Estamos sempre abertos a contribuições de qualquer pessoa, ligada ou não a qualquer tipo de entidade ou organização, e de todos os níveis de conhecimento. Todos são livres para contribuir com nossa publicação e compartilhar sua experiência, estudos e práticas, sempre de acordo com o regulamento mencionado abaixo.

- 1- Toda contribuição é voluntária e não-remunerada. Essa publicação é mantida com recursos mínimos e não possui meios de pagar pelo material que publica.
- 2- As matérias publicadas são escolhidas pela relevância de seu conteúdo e importância das informações trazidas, não havendo em qualquer hipótese recebimento de pagamentos monetários em troca de publicação. Valorizamos o que é importante para a divulgação do Taoismo e suas artes.
- 3- O envio de material de qualquer natureza constitui automaticamente autorização para sua publicação e aceitação deste regulamento.
- 4- A publicação não assume direitos autorais nem propriedade sobre qualquer conteúdo publicado, que pertence exclusivamente ao seu autor ou autores. Nos limitamos a divulgar as informações para o público. Todo material enviado sempre pertencerá ao autor.
- 5- Os artigos não precisam ser necessariamente inéditos, basta que sejam relevantes e interessantes. Contribuições devem ser feitas em tamanho A4, fonte Times New Roman corpo 12 e entrelinha simples. Fotos e ilustrações

são importantes, mas de responsabilidade do autor que garante deter os direitos autorais ou serem de domínio público.

6- O material deve ser enviado para o email revista@taoismo.org, trazendo no campo 'assunto' a frase "Colaboração para revista Daojia".

7- Após o recebimento o material será avaliado pelo editor e, se aprovado, publicado em uma futura edição. No caso do material não ser aprovado o autor receberá uma mensagem informando o motivo.

8- Não serão aceitos artigos ou outros conteúdos que não estejam diretamente vinculados ao Taoismo chinês e suas artes ou que contenham material comercial publicitário, de divulgação político-ideológica, de cunho discriminatório ou agressivo ou ainda que atentem à moralidade pública.

9- Todos que contribuírem com artigos com no mínimo três páginas, excluindo ilustrações e tabelas, terão direito a um anúncio de meia página (21x14cm) totalmente gratuito. Assim, quem ajudar com conteúdo poderá também divulgar seu trabalho, eventos, cursos, livros, etc.

10- O material enviado deve estar em português. Dúvidas sobre o regulamento devem ser resolvidas através de email.

**Daojia nº 03 Jul/Ago/Set 2016**

**Editor Responsável:** Gilberto Antônio Silva (Mtb 37814)

**Diagramação e montagem:** Studio 88

**Contato:** revista@taoismo.org

Aceitamos anúncios pagos para custeio das despesas com a publicação. Entre em contato para saber de valores e condições.

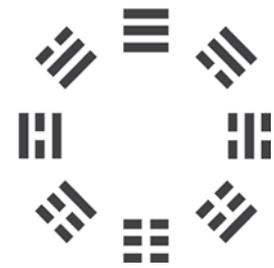
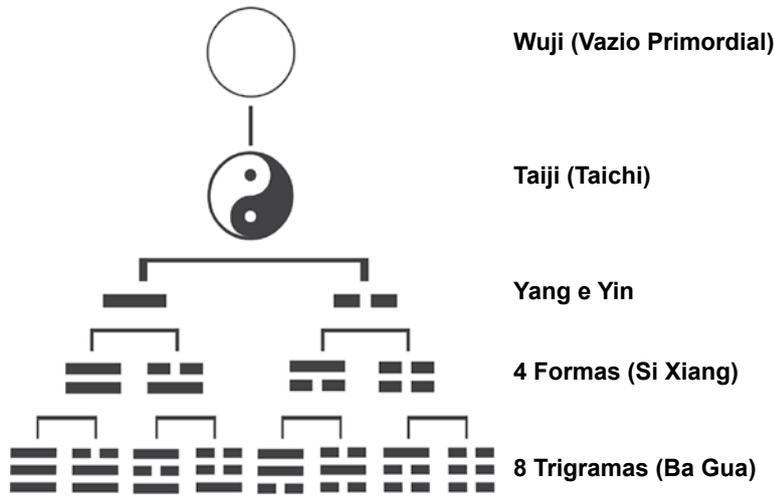
A revista eletrônica **Daojia** é uma publicação independente e sem fins lucrativos produzida por estudiosos e praticantes da antiga filosofia do Taoísmo chinês. Não possuímos nenhuma espécie de vínculo oficial ou filiação a nenhum grupo ou organização filosófica, religiosa, política ou de outro tipo. Nosso único desejo é a difusão do conhecimento taoista para maior benefício dos brasileiros. Todo material postado aqui tem como objetivos o estudo, reflexão, análise e debate, acadêmico ou cultural, estando portanto amparado pela lei 9610/98.

Matérias assinadas são de total responsabilidade de seus autores e a eles pertencem todos os direitos autorais. Todo conteúdo sem assinatura é produzido pelo Prof. Gilberto Antônio Silva. Nos esforçamos para que todas as fotos e ilustrações utilizadas possuam autores identificados. Se algum material seu apareceu em nossa publicação de forma indevida, entre em contato.

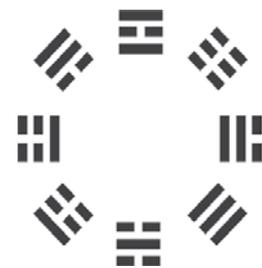
# Fundamentos

Não se perca em nossos artigos! Consulte aqui os fundamentos básicos da filosofia taoista.

## Formação fundamental



Ba Gua do Céu Anterior (Xian Tian Ba Gua)



Ba Gua do Céu Posterior (Hou Tian Ba Gua)

## Trigramas do I Ching (Yi Jing)

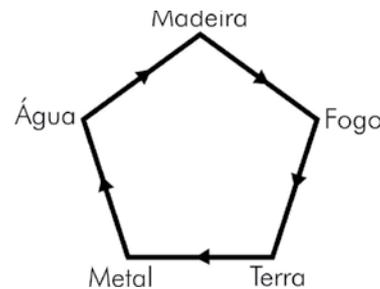


## Cinco Movimentos (Wu Xing)

### CICLO DE CRIAÇÃO ou GERAÇÃO (Sheng)

Quando um movimento gera o outro. Os movimentos são interdependentes e se sucedem mutuamente o tempo todo, cada um dando condições dos demais existirem.

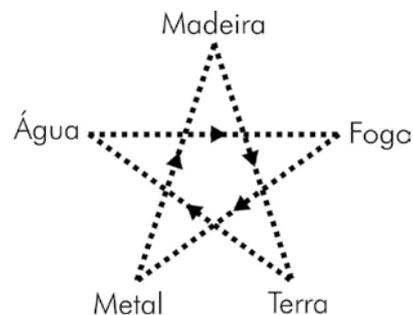
- Madeira gera Fogo
- Fogo gera Terra
- Terra gera Metal
- Metal gera Água
- Água gera Madeira



### CICLO DE DOMÍNIO ou CONTROLE (Ke)

Quando um elemento exerce controle sobre outro. Note que muitas vezes se fala em "Ciclo de Destruição", o que não é correto. Energia não pode ser destruída, apenas transformada. O Ciclo de Controle apenas exerce uma moderação sobre o movimento que domina.

- Madeira domina Terra
- Terra domina Água
- Água domina Fogo
- Fogo domina Metal
- Metal domina Madeira



## Notícias

### Dr. Gutembergue Livramento recebe a medalha Tomé de Souza na Câmara de Vereadores de Salvador (BA)



Em 12 de maio último houve a entrega da “Medalha Tomé de Souza”, que é a mais alta honraria da Câmara de Vereadores de Salvador, ao Dr. Gutembergue Livramento, um de nossos mais assíduos colaboradores, que se torna oficialmente cidadão soteropolitano. Isso vem a se somar ao reconhecimento público de seu trabalho em prol da Medicina Chinesa como clínico e professor, assim como vencedor com mais de 100 medalhas nacionais e internacionais como atleta das artes marciais chinesas.

*Acima: flagrante da entrega da homenagem  
Ao lado: comemorando com sua filha Diana, sua esposa  
Fernanda Cristo e a pequena herdeira, Júlia.*



### Tabata Rachel organiza encontro em São Paulo para difundir os ensinamentos de Mestre Liu Pai Lin

“O Céu tem apenas céu, a Terra tem apenas terra, mas o HOMEM tem Céu (seu espírito) e Terra (seu corpo) e por isto é poderoso”

Com essa frase de Mestre Liu Pai Lin, foi divulgada nas redes sociais as atividades deste primeiro encontro para estudar e praticar ensinamentos do Mestre taoísta. Tabata, que estudou com Pai Lin durante mais de uma década, reuniu um grupo de ex-alunos e simpatizantes no ateliê do artista plástico Élon Brasil, em São Paulo, para reavivar alguns destes preciosos ensinamentos e efetuar uma prática em conjunto, de modo a se obter muitos benefícios para a saúde e a espiritualidade segundo a sabedoria do Taoísmo.

Nesse primeiro Encontro para Práticas Taoístas, alunos de Mestre Pai Lin lembraram seus ensinamentos e todos juntos realizaram a prática de “descer o Céu e subir a Terra”. Em clima extremamente fraterno, todos praticaram juntos e trocaram experiências e ideias sobre o Taoísmo e suas técnicas a partir da visão e experiência de cada um. Uma atividade enriquecedora.

O Editor de **Daojia**, Prof. Gilberto Antônio Silva, esteve presente participando ativamente do encontro, que é encorajado por esta



publicação como uma forma de se construir um Taoísmo dinâmico e vigoroso em nosso país.

A tônica do encontro foi bem sintetizada por Tabata, que relembrou as palavras de Mestre Pai Lin: “Na guerra, entre uma batalha e outra, eu treinava com afinco e, mesmo durante a batalha, não permitia que as energias de alto e baixo se separassem”.

As atividades deste grupo continuarão a se realizar, abertas à participação de todos, em encontros físicos e em sala virtual já montada por Tabata Rachel. Acompanhe a agenda de atividades aqui em nossa revista ou no Facebook, na página “O Homem entre o Céu e a Terra”.

### IBRAPEQ realiza seminário de Xingyi Quan e Bagua Zhang na Bahia

Dos estilos internos das artes marciais chinesas, o Taiji Quan é de longe o mais conhecido dos brasileiros. Mas dois outros se destacam, formando o “tripé” principal das artes internas: Xingyi Quan e Bagua Zhang. Esses estilos poderosos mas pouco divulgados em nosso país foram alvo de um seminário ocorrido em 11 e 12 de junho últimos em Salvador. Organizado pelo IBRAPEQ e com supervisão do Mestre Gutemberg Livramento, o evento reuniu praticantes e simpatizantes desejosos de conhecer melhor essas duas fantásticas artes que se utilizam do Neigong (energia interna) como fonte de sua força e fortalecimento do corpo e mente.

Tanto o Bagua Zhang, baseado na teoria dos 8 trigramas do Yi Jing, quanto o Xingyi Quan, baseado na teoria dos 5 elementos (Fogo, Terra, Metal, Água, Madeira), além de muito eficientes em combate e



de uma beleza extraordinária, têm grande capacidade de gerar saúde pela prática intrínseca do Qigong Neigong. Neste seminário o grande foco se deu na linhagem do Grande Mestre Sha Guozheng (sua biografia foi publicada em nossa última edição). Esse evento também teve como objetivo preparar os participantes para os treinos regulares semanais destas artes que serão realizados na sede do IBRAPEQ, em Salvador. Mais informações sobre as aulas: (71) 3334-8893.

Participantes do evento



### Associação Brasileira de Liderança confere ao Dr. Reginaldo de Carvalho Silva Filho, Diretor Geral da EBRAMEC, o título de Comendador no Prêmio “Excelência e Qualidade do Brasil 2016”

O evento ocorreu no dia 19 de julho último, organizado pela BRASLIDER (Associação Brasileira de Liderança) no Clube Círculo Militar de São Paulo na região do Ibirapuera, com mais de 1000 convidados presentes.

A Associação Brasileira de Liderança tem como objetivo incentivar e contribuir para a excelência da qualidade, colaborando com a nação na elevação do nível moral e material do cidadão brasileiro com premiações aos melhores do ano, sendo o maior evento de honrarias no Brasil, ao todo contam 52 categorias diferentes realizadas por indicações destacando a virtude de competência, honestidade e transparência junto a sociedade

Neste ano foram mais de 100 homenageados nas diversas categorias, dentre eles tivemos nosso colaborador e doutorando em Acupuntura (Medicina Chinesa), Reginaldo Filho no destaque “PROFISSIONAL DO ANO/ NACIONAL/ MERITO SOCIAL - SAÚDE & CIDADÃO QUE ACRESCENTA À NAÇÃO”.

Em entrevista à assessoria da EBRAMEC, ele ressalta a importância dessa premiação: “Essa homenagem reforça o nosso papel, incluindo o papel da EBRAMEC, que também foi citada na minha premiação, na promoção do ensino de qualidade na área da Medicina Chinesa, assim como na oferta de atendimentos de alto nível para que mais pessoas possam se beneficiar e melhorar a sua qualidade de vida”



## Livros



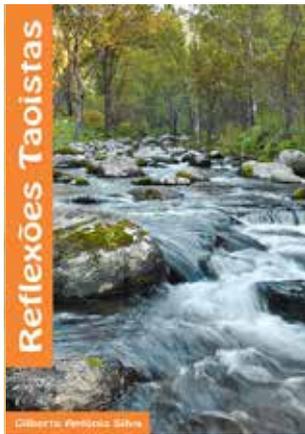
### ***O RETORNO À RAIZ - uma linhagem taoísta no Brasil***

- José Bizerril

O retorno à raiz vem suprir uma lacuna na literatura etnográfica brasileira, por ser o primeiro trabalho de grande porte sobre o taoísmo, uma das tradições espirituais mais antigas da humanidade e que ainda é relativamente pouco pesquisada pelos antropólogos e sociólogos. Pela perspectiva teórica da Antropologia da Experiência, este livro descreve uma linhagem taoísta transplantada da China para a paisagem religiosa nacional há mais de vinte anos, com a vinda do mestre Liu Pai Lin para a cidade de São Paulo. Ao narrar a trajetória de Liu Pai Lin e seus discípulos, o autor tece histórias de cura e de vida, para refletir sobre a relação entre tradição e experiência, tanto pessoal quanto coletiva.

Páginas: 312 | ISBN: 9788585115270 | Editora: Attar

### **Lançamento**



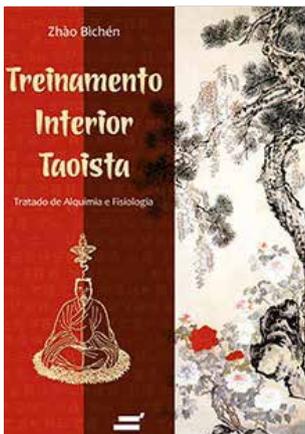
### ***Reflexões Taoístas***

- Gilberto Antônio Silva

Reflexões Taoístas trata do olhar taoísta sobre a vida cotidiana, explicando conceitos dessa milenar filosofia ao mesmo tempo em que se aplicam esses conhecimentos ao mundo ao nosso redor. Uma obra simples e desapegada que exemplifica a aplicação da filosofia taoísta em nosso dia a dia e ilustra vários de seus fundamentos.

Um livro feito segundo o Wuwei, sem pretensão de ser coisa maior do que a expressão de reflexões sobre o momento, escrito ao longo dos anos e publicado apenas agora. É uma coletânea com 36 textos inéditos do Prof. Gilberto Antônio Silva, um dos principais divulgadores do taoísmo no Brasil e ferramenta importante para se compreender a filosofia taoísta aplicada à vida.

Páginas: 88 | Editora: CLUBE DE AUTORES



### ***Treinamento Interior Taoísta - Tratado de alquimia e fisiologia***

- Zhào Bìchén

Quando aumentou a influência das ciências ocidentais na China, houve quem desprezasse a tradição em nome dessas ciências, enquanto outros procuravam explicar a tradição à luz desse novo saber. Neste livro, Zhào Bìchén apresenta as técnicas taoístas de cultivo da vida e da imortalidade, numa linguagem marcadamente impregnada de noções médicas modernas, e descreve exercícios taoístas praticados há séculos.

Este foi o primeiro livro a tratar de alquimia taoísta usando princípios de anatomia e fisiologia ocidentais. Escrito no início do século XX, quando a cultura ocidental inundava o Império do Meio, traz informações preciosas sobre o cultivo interior e a visão chinesa e ocidental do corpo humano.

Páginas: 224 | ISBN: 9788580330694 | Editora: É Realizações

# Discussão sobre os nove obstáculos na prática do

# QIGONG

*Texto pertencente ao Tratado de Zhong e Lü (Zhong Lü Chuan Dao Ji 鍾呂傳道集), originalmente trata dos obstáculos na alquimia interna, mas são perfeitamente aplicáveis ao Qigong praticado para a saúde.*

內觀以聚陽神，煉神以超內院，上湧以出天門，直超而入聖品。既出既入，而來往無差。或來或往，而遠近不錯。欲住世，則神與形合。欲升仙，則遠遊蓬島。若此功滿三千，而自內觀以得超脫、不知陰鬼邪魔如何制使，奉道之人不得升仙者也。

“A observação interna ajuda-nos a concentrar o espírito para refiná-lo e enviá-lo para o Pátio Interno. Mas se fantasmas e monstros sombrios aparecem, como vencê-los? E como garantir que um dia acabaremos ascendendo para a imortalidade?”

呂洞賓: 所謂九難者，何與？

“O que são os nove obstáculos?”

## Primeiro obstáculo

鍾離權: 大藥未成，而難當寒暑，於一年之內，四季要衣。真氣未生，而尚有飢渴，於一日之內，三餐要食。奉道之士所患者，衣食逼迫，一難也。

“Antes de o remédio estar pronto, você sente frio e calor e vai precisar mudar de roupa de acordo com as mudanças das estações, fome e sede, e todo dia vai querer três refeições. Ser tolhido pelas necessidades de roupas e alimentos”.

## Segundo Obstáculo

鍾離權: 及夫宿緣孽重，流於今世填還。忙裏偷閒，猶為尊長約束。制於尊親而不忍逃離，一向清閒而難得為暇。奉道之士，所患者，尊長邀攔，二難也。

“Oprimido pelo trabalho, você não tem muito tempo para praticar. Quando procura reservar algum tempo para o cultivo, seus pais envelhecidos fazem você se sentir culpado por abandoná-los. Embora você queira praticar, não consegue encontrar tempo para isso”.

## Terceiro Obstáculo

鍾離權: 及夫愛者妻兒，惜者父母，思枷情柵，每日增添。火院愁車，無時休歇。縱有清靜之心，難敵愁煩之境。奉道之士所患者，思愛牽纏，三難也。

“Quando você é apegado à sua família, preocupa-se com sua mulher e seus filhos. Seu apego emocional a eles cresce diariamente. Impelido pela necessidade de lhes dar comida e abrigo, você trabalha incessantemente dia e noite. Embora sua mente tenha tendência à imortalidade, você é estorvado pela ansiedade da vida cotidiana. Está amarrado pelo amor e o apego”.

## Quarto Obstáculo

鍾離權: 及夫富兼萬戶，貴極三公。妄心不肯暫休，貪者惟憂不足。奉道之士所患者，名利索絆，四難也。

“Quando você é rico e poderoso, acha difícil renunciar aos bens materiais e a fama. Insatisfeito com o que tem, sempre vai querer mais. Ser afogado pela fama e pela fortuna”.

## Quinto Obstáculo

鍾離權: 及大少年不肯修持。一以氣弱成病，頑心絕無省悟。一以陰根成災，現世一身受苦，而與後人為誡。奉道之士所思者，災禍橫生，五難也。

“Em sua juventude, você não tinha vontade de cultivar e, na velhice, continua a lesar seu espírito. Mesmo depois de perder a vitalidade e adoecer, sua mente maliciosa ainda se recusa a acordar. Ou então você nasceu em meio a grandes dificuldades

e condenado a sofrer durante toda a vida. Ser atormentado por sofrimento auto-infligido e deixar-se esmagar por uma vida difícil”.

## Sexto Obstáculo

鍾離權: 及夫人以生死事大，急於求師，不擇真偽；或師於辯辭利口，或師於道貌古顏。始也自謂得遇神仙，終久方知好利之輩。奉道之士所患者，盲師約束，六難也。

“Quando você está impaciente por encontrar um mestre, não se dá ao trabalho de descobrir se o mestre é iluminado ou não. Impressionado pelas declarações do mestre e caído presa de seu carisma, você acredita ter encontrado um verdadeiro imortal. Acaba descobrindo tarde demais que o mestre é uma fraude, alguém atrás de fama e poder”.

## Sétimo Obstáculo

鍾離權: 及夫盲師狂妄指傍門，尋枝摘葉而於無契合，小法異端而互相指訣。殊不知日月不出，出則大明，便有目者皆見，雷起不震，震則大驚，便有耳者皆聞。彼以燭火之光，井蛙之語，熒熒唧唧，而豈有合同？奉道之士所患者，議論差別，七難也。

“Quando ouve debates entre os mestres e os discípulos que são seus companheiros, você procura às cegas em meio ao emaranhado de folhas e galhos e depois descobre que ali não há. nada que valha a pena. Deixa-se cegar pelas discussões e brigas”.

## Oitavo Obstáculo

鍾離權: 及夫朝為而夕改，坐作而立志，悅於須臾而厭於持久，始於憂勤而終於懈怠。奉道之士所患者，志意懈怠，八難也。

“Você resolveu cultivar o Dao de manhã, mas muda de ideia à noite. Quando tenta meditar, descobre que perdeu a motivação. Desiste de seu cultivo porque sempre há outra coisa a fazer. Fica entusiasmado no começo, mas logo perde o interesse. Deixa-se prender na armadilha da preguiça e da falta de motivação”.

## Nono Obstáculo

鍾離權: 及夫身中失年，年中失月，月中失日，日中失時。少時名利不忘於心，老而兒孫常在於意。年光有限，勿謂今年已過以待明年。人事無涯，勿謂今日已過以待明日。今日尚不保明日，老年爭卻得少年？奉道之士所患者，歲月蹉跎，九難也。

“Você desperdiça os anos de sua vida, os meses dos anos, os dias do mês e as horas do dia. Em sua juventude, ocupa-se com fama e a fortuna. Na velhice, preocupa-se com os filhos e netos. Todo ano você espera pelo próximo ano e todo dia você espera pelo dia seguinte. Recusando-se a acreditar que aquilo que você pratica hoje vai ajudá-lo amanhã, queixa-se na velhice de não poder reconquistar a juventude. “Sempre a espera do mês seguinte ou do próximo ano para praticar”.

鍾離權: 免此九難，方可奉道。九難之中，或有一二不可行持，但以徒勞而不能成功者也。

“Aquele que segue o Dao deve compreender que, se sucumbir a um ou dois dos nove obstáculos, não vai ter êxito em seu cultivo, mesmo que pratique diligentemente”.

# A Medicina Tradicional Chinesa

por Gutemberg Livramento

**A** Medicina Tradicional Chinesa (MTC), quanto ao seu aspecto milenar, é muito mais ampla do que está sendo utilizada no ocidente. Apesar da Acupuntura ter tomado um grande vulto no ocidente, talvez por conta de ser mais fácil explicar alguns de seus efeitos pela neurofisiologia ocidental, a MTC desenvolvida na China, principalmente em alguns clãs e hospitais, utiliza-se muito mais da Farmacoterapia Chinesa, Dietética e a prática dos Exercícios Terapêuticos Chineses - Qi Gong (Chi Kung) e Tai Ji Quan (Tai Chi Chuan). Posteriormente, seguem a Acupuntura e o Tui Na (mobilizações e manipulações teciduais semelhantes à fisioterapia, usando o conhecimento médico chinês). Aqueles que querem aprender a MTC em sua essência devem ir mais além, pois precisam perceber e viver esta medicina e filosofia com maior plenitude, aplicando, antes de tudo, em sua própria vida e saúde, antecedendo qualquer prática, como supostos sabedores do tratar o outro com a MTC.

A acupuntura tem um resultado maravilhoso quando em mãos de profundos conhecedores da essência da MTC. Estudos livrescos, apesar de importantes, não são suficientes, pois devemos suar um pouco mais e aprender a mover e conhecer o nosso Qi (energia) ativamente através da prática de exercícios da medicina chinesa, meditação e alimentação saudável (de acordo a sua constituição). Com esta vivência poderemos oferecer e compartilhar uma melhor energia, assim como nos proteger melhor dos campos magnéticos que somos expostos até mesmo por aqueles que tratamos. Deveremos estar mais saudáveis do que aqueles que nos procuram para tratamento, afinal de contas para a MTC somente técnica não funciona satisfatoriamente. Todo processo de tratamento é uma troca de Qi e, certamente, não é somente a erva ou a agulha que fará este processo. A energia emanada daqueles que tratamos faz parte do compêndio de possíveis causas de adoecimento do profissional de saúde.

O tratamento e a busca da saúde deverão se iniciar com a vontade e capacidade de se fazer mudanças estruturais (alimentação e exercícios corretos, forma de pensar e questões psíquicas, etc). Como dizem os chineses, enquanto a pedra for pedra ela sempre afunda e enquanto a bola for bola esta sempre emerge. Somos, por isso, semelhantes a uma fechadura que, enquanto tivermos aquela forma, sempre as mesmas chaves nos acessarão, sempre os mesmos estímulos nos adoecerão. Há uma parte de nós relacionada a nossa constituição, a qual não poderemos mudar, mas todo o resto sim, pois não são verdades e sim formação de crenças. A nossa constituição deverá ser conhecida para nos alimentarmos, exercitarmos e vivermos atentos as nossas forças



e fraquezas, nos mantendo mais perto do equilíbrio. A prática da meditação diária também nos dará suporte importante nessa caminhada. As patologias vêm pela justaposição (Jie) de quatro fatores como: Alimentação, Constituição, Ambientais e Emocionais, respectivamente Gu, Zong, Liu Qi e Shen. Mude um destes fatores e comece a mudar a justaposição e o adoecimento. Mude grande parte destes de maneira focada e sustentada e dará um novo rumo a sua saúde no aspecto preventivo ou curativo. Deixe de acumular no interior as mesmas energias perversas inerentes (Fu Qi) e transforme a sua captação dos fatores ambientais de forma mais harmônica e, conseqüentemente, saudável. O Fu Qi se acumula nos tecidos conjuntivos, nos canais ou nos órgãos. É profundo por isto difícil de ser eliminado e frequentemente está nos conduzindo emocionalmente mesmo que para a destruição como hábitos de fumar, de se alimentar mal, de manter relações destruidoras da nossa saúde com o meio ambiente e com pessoas, etc. Se no seu interior há Fu Qi de Frio atrairá mais o Frio externo que outro qualquer fator acontecendo o mesmo para o Calor, Umidade, Secura e Vento. E isto mantém a tendência ao adoecimento. Por isso o que um dia matará aquele indivíduo (Fu Qi e tendência ao adoecimento) geralmente este já o carrega há muito tempo dentro de si. Por isso quando esfria ou se torna úmido o ambiente aquele indivíduo sempre coriza, aquele outro sempre cefaleia, aquele outro tem asma, e assim sucessivamente com seus sintomas em relação ao meio ambiente ou outro dos fatores da justaposição (Jie).

Mude seus hábitos e atitudes físicas e mentais e mude o seu Fu Qi, em consequência sua saúde. Tomar remédios e drogas químicas se trata a doença em seu aspecto da manifestação mas nunca o Fu Qi, por isso é um método ineficaz para se obter Saúde e sim,

manterá os indivíduos doente presos a remédios favorecendo o sistema capitalista da manutenção da Doença e enriquecimento das indústrias de remédios. A prova é que, apesar de vivermos mais, o mundo nunca esteve tão doente. O medicamento alopático tem o foco de não deixar o indivíduo morrer, mas, nunca eliminar a doença. Toda a pesquisa é baseada principalmente em manter o indivíduo vivo, mas dependente o máximo das drogas, a exceção acontece em algumas vacinas. Mesmo assim hoje uma criança com este excesso de vacinas inocula mais de 50 fatores patogênicos com menos de 2 anos de vida, sendo que algumas deles favorecerão adoecimentos futuros criando Fu Qi no organismo. Até vacinas devem ser usadas com prudência.

A grande pergunta a ser feita é: Quem é este indivíduo que apresenta esta patologia? e não Que patologia tem este indivíduo? Desta maneira, o foco do tratamento estará no Ser humano e não no diagnóstico patológico, pois diversos indivíduos com o mesmo diagnóstico deverão ser tratados levando em conta a sua constituição individual e estrutura, visto que aquela patologia “habita” um ser diferente dos outros. As diversas terapêuticas são eficazes a partir do momento que oferecem condições de cada indivíduo se tornar um agente ativo em seu próprio processo de cura, investindo e trabalhando sua estrutura. Os tratamentos passivos, apesar do grande valor ao serem utilizados no momento correto, contribuem em menor intensidade para a cura profunda, tendendo tratar, tão somente, as manifestações e não as raízes da desorganização. Mesmos fatores podem provocar diferentes patologias em diferentes indivíduos assim como diversos fatores patogênicos podem provocar mesmas patologias em diferentes indivíduos. Não há patologias incuráveis, mas há indivíduos incuráveis. Às vezes alguns morrem de gripe enquanto outros sobrevivem ao câncer. São apenas manifestações diferentes



em pessoas diferentes. Os indivíduos são diferentes e por isso o profissional de saúde deve identifica-lo e oferecer o melhor para aquela individualidade mesmo que ofereça algum protocolo para determinadas doenças.

Desta maneira, passamos a nos questionar: estamos preparados para investir nossos esforços e estudos no aprofundamento de práticas que possibilitem tratar o indivíduo desta maneira? Ou nos daremos por satisfeitos avaliando cada um à nossa frente, prescrevendo tão somente algo que o retire momentaneamente da crise, mantendo o ar de grande sabedores da condição da saúde alheia? Se nós não investirmos na mudança, como os paradigmas mudarão?

As medicinas tradicionais antigas (como a Chinesa e Indiana) têm o grande mérito de valorizar a percepção do outro e de si mesmo com um olhar profundo e conectado com os ritmos cósmicos e telúricos, pois em tempos remotos não havia tecnologia para perceber o estado do metabolismo celular do indivíduo. Os médicos detentores desta sensibilidade especial eram capazes de entender que tudo se alterava de acordo com estes ritmos: a harmonia destes princípios entre o meio interior e o exterior, frente e dorso, baixo e alto, direita e esquerda, entre o YIN e o YANG. O tratamento se baseava, visto isso, em regular os ritmos e vibrações através das diversas terapêuticas, fossem elas à base de medicamentos herbais e alimentos, estímulos de agulhas, ventosas, água, calor ou frio, assim como os exercícios físicos e psíquicos que envolviam não somente as condições músculos-esqueléticas como também as condições energéticas, psíquicas e espirituais.

Precisamos reaver estes métodos incorporando-os a todos os conhecimentos modernos, fazendo uso de uma capacidade verdadeira de oferecermos para nós mesmos e para outros os caminhos da cura. Que seja sempre lembrado: A SAÚDE PASSA PELA CAPACIDADE DE CRIARMOS E RECRIARMOS AMBIENTES FAVORÁVEIS. Atualmente, profissionais de saúde interferem na patologia instalada e sequer têm meios para perceber ou educar os ritmos e vibrações inadequadas presentes no indivíduo. O pensamento ainda é aquele que, enquanto não for apresentada alguma evidência palpável o indivíduo não terá diagnóstico e por isso não estará tecnicamente doente. O objetivo não é tratar somente a patologia, mas sim favorecer os caminhos de cura do ser, pois a maioria das patologias nasce do desequilíbrio entre as energias do indivíduo em relação à energia cósmica, relacionado ao fluxo, quantidade e qualidade. Enquanto não se perceber isto, os tratamentos serão paliativos e muitas doenças incuráveis. Os paradigmas não existem por si só: nós os criamos e os mantemos.

Que possamos honrar tanto a MTC quanto as outras medicinas tradicionais em suas verdadeiras essências, não as utilizando parcialmente, como mais uma aspirina. Isto seria reduzir um gigante à quase nada. Mude por você mesmo e verá uma grande diferença.



**Gutembergue Livramento-** Mestrado em Medicina (Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública – BRASIL), Mestrado em Medicina Chinesa (Fundação Europeia MTC e Universidade de Yunnan de Medicina Tradicional Chinesa – CHINA). Diretor do IBRAPEQ (Instituto Brasileiro de Ensino e Pesquisa em Qigong e Medicina Chinesa).

# O Tao encontra GÊNGIS KHAN

por Gilberto Antônio Silva

O fundador da Escola Quanzhen foi Wang Zhe, depois chamado de Mestre Chongyang. Em 1167 deixou sua ermida no Monte Zhingnan e foi para a província de Shandong, onde fundou essa que é uma das mais importantes escolas taoístas até hoje. Ele teve sete discípulos principais: Ma Yu, Tan Chuduan, Liu Chuxuan, Qiu Chuji, Wang Chuyi, Hao Datong e Sun Bu'er, que ficaram conhecidos como os Sete Perfeitos e se tornaram o alicerce do desenvolvimento da escola. Com a morte do fundador Wang Zhe em 1170, Ma Yu assumiu a posição de líder e os demais discípulos se espalharam pelas regiões vizinhas ensinando a sua tradição.

Qiu Chuji era o mais novo deles, tendo se iniciado com seu mestre aos 19 anos. Nativo de Qixia, em Shandong, perambulou pela província por seis anos depois dos funerais de seu mestre em 1169 e finalmente retirou-se para as montanhas Longmen, permanecendo cultivando o Tao por sete anos. Convidado por um oficial de alto escalão, presidiu o mosteiros de Chongyang por vários anos. Em 1190 ele deixou o mosteiro e retornou à sua cidade natal pois o Imperador Zhang Zong (1190-1209) banuiu a prática do Taoísmo. Mas seu nome começou a crescer depois de persuadir todo o exército rebelde de Yang Na'er a se render.

Quando Qiu Chuji assumiu como o 5º líder da Tradição Quanzhen, sua popularidade aumentou consideravelmente. Qiu Chuji foi também fundador da conceituada Escola Longmen (Porta do Dragão), ainda hoje com grande representatividade dentro do Taoísmo. Devido a essa popularidade e alto nível de capacidade que demonstrava em situações extremas, vários convites surgiram para que ele visitasse os reinos de Jin, Song e a Mongólia. Como

este último estava em ascensão, Qiu Chuji achou que poderiam utilizar melhor os conhecimentos taoístas e se prontificou a visitar a Mongólia e seu líder na época, o poderoso Gêngis Khan.

Ele partiu em 1219 e chegou em 1220 à Mongólia, ao acampamento do irmão de Gêngis Khan. Mas o líder estava em uma campanha contra os persas no Oriente Médio. Qiu Chuji, com mais 18 discípulos (ele estava com 73 anos na época), partiu então para o ocidente a fim de encontrar o Khan. Passou longos e penosos dois anos viajando até chegar à célebre cidade de Samarcana (atual Uzbequistão) onde descansou por alguns meses. Em seguida atravessou o norte do Afeganistão até o acampamento do líder mongol, aonde chegou em 1222.

Gêngis Khan ficou bastante impressionado com o Mestre Taoísta e escutou atentamente seus conselhos, tendo passado várias horas



*Rota da grande viagem de Qiu Chuji ao encontro do Grande Khan*



conversando com ele durante muitos dias. Quando o Khan lhe perguntou como poderia conquistar o mundo, Qiu Chuji respondeu que a chave era parar de matar. Quando perguntado como governar um país, ele explicou que batava venerar o Céu (Tian) e amar o povo. Quando o Khan quis saber como prolongar a vida e obter a imortalidade, recomendou um modo de vida baseado na tranquilidade da mente e no controle dos desejos. Respostas como essas, carregadas com a então já milenar sabedoria do Taoísmo, ganharam a simpatia eterna do Grande Khan e a Qiu Chuji renderam o apelido de “Imortal Vivo”.

Um ano depois Qiu Chuji pediu respeitosamente permissão para voltar à China. Gengis Khan autorizou e o nomeou como líder de todos os sacerdotes Taoístas e lhe concedeu autorização para difundir o Tao em todas as regiões de seu vasto império, isento de qualquer taxa.

Graças a esse encontro, o Taoísmo teve notável apoio dos governantes mongóis e vários templos foram construídos por toda a China, especialmente durante a dominação mongol - Dinastia Yuan (1271-1368). No retorno à China, Qiu Chuji viveu em Beijing até sua morte, em 1227. O Grande Khan cedeu um terreno nos jardins imperiais da cidade para a construção de um templo em sua homenagem, o Templo da Nuvem Branca. Esse templo não só ainda existe como é a atual sede da Tradição Quanzhen, da Tradição Longmen e da Chinese Taoist Association (Associação

Taoista da China), órgão do governo chinês para desenvolvimento do Taoísmo. Gengis Khan morreria pouco tempo depois, vítima de febre durante uma viagem para controlar rebeldes na Mongólia.

Desse encontro inusitado resultaram duas obras importantes para a compreensão dos costumes, geografia e cultura da época. Um deles foi feito a pedido de Gengis Khan por Yelu Chucai, que compilou as conversas que o Khan teve com Qiu Chuji e que resultou no volume “Registro do Auspicioso Encontro com Taoístas”. Um discípulo de Qiu Chuji, Li Zhichang, também registrou toda a viagem ao encontro do líder mongol na obra “Jornada para o Oeste do Ser Verdadeiro Eterna Primavera”. “Eterna Primavera” (Chang Chun) era o apelido dado pelo Mestre Wang Zhe a Qiu Chuji. Essa obra possui duas partes: um registro bastante detalhado da viagem com descrições de suas paisagens, e os principais conselhos dados à Gêngis Khan.



**Prof. Gilberto Antônio Silva** é Parapsicólogo, Terapeuta e Jornalista. Como Taoista, atua amplamente na pesquisa e divulgação desta cultura chinesa através de cursos, palestras e artigos. É autor de 14 livros, a maioria sobre cultura oriental e Taoísmo. Sites: [www.taoismo.org](http://www.taoismo.org) e [www.laoshan.com.br](http://www.laoshan.com.br)



## Escola Brasileira de Medicina Chinesa

Rua Visconde Parnaíba, 2727 - Bresser - SP

Telefone: (11) 2662-1713 e Whatsapp (11) 97504-9170

[www.ebramec.com.br](http://www.ebramec.com.br)

[ebramec@ebramec.com.br](mailto:ebramec@ebramec.com.br)

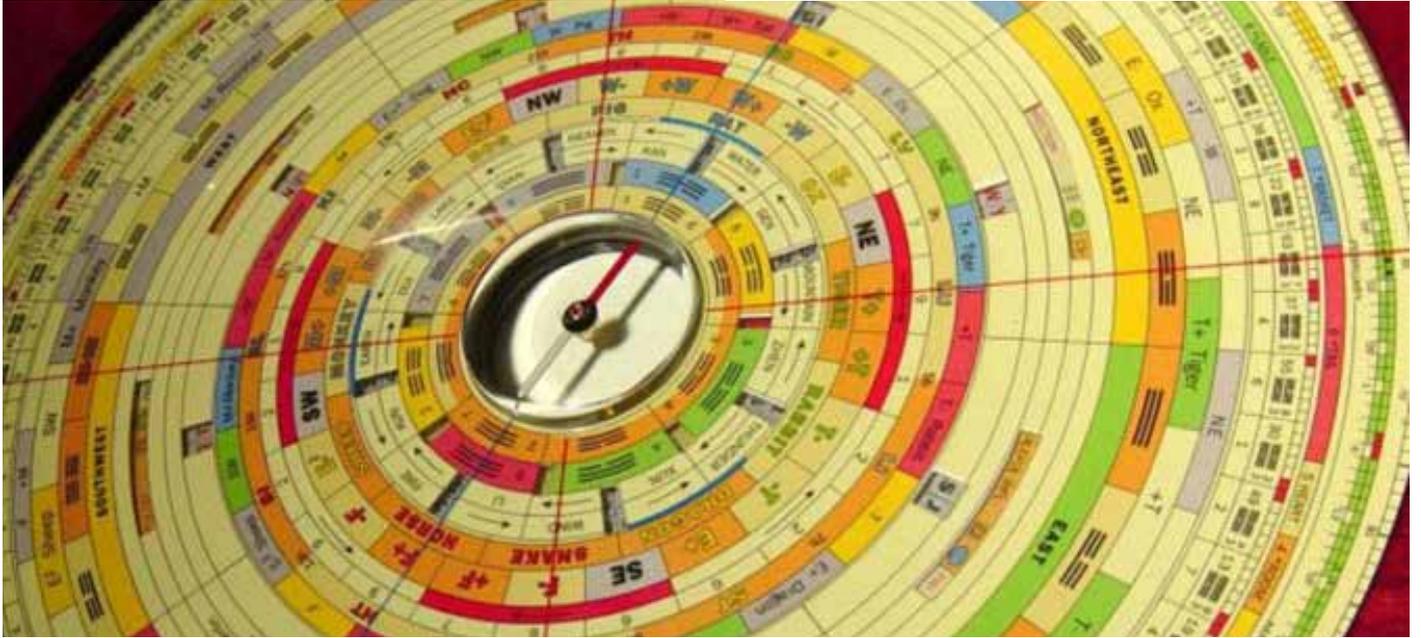
### *Cursos*

- Medicina Chinesa
- Terapias Complementares
- Cursos Especiais

**A Maior Estrutura para sua Melhor Formação**

# A Relação entre Céu e Terra no Feng Shui

por César Silva



**F**az muito tempo que estudo como a Energia se desenvolve tanto no ambiente micro, quanto no macrocosmo. Meus estudos com o Mestre Liu Pai Lin sempre nortearam meus caminhos, Tai Chi, Tao In, I Ching, Meditação Taoísta eram pistas de todo o trabalho com o Chi.

Comecei a me interessar sobre o assunto quando uma paciente renal crônica foi se tratar comigo lá no Instituto Pai Lin, não entendia como uma adolescente havia desenvolvido tal problema quase de uma hora para a outra, isto sem a presença de lúpus, a avaliação de seus pulsos radiais eram quase normais, apesar da vida conturbada, pais separados, etc., mas um dado me intrigou durante minhas investigações sobre as origens da doença: eles haviam se mudado recentemente e a doença apareceu quase que imediatamente após.

Não entendia como o lugar poderia influenciar tanto sobre a saúde de uma pessoa, mas já havia lido relatos na literatura esotérica sobre as moradias que matam. Isto me lembrou destes artigos e em pouco tempo o Mestre tocou no assunto em aulas de I Ching, ele acreditava, como eu a partir de suas explicações, que o Livro das Mutações é algo muito além do simples oráculo e que a vida seria regida por ele, fazendo uma associação direta do Todo conosco.

Hoje, dezenas de anos depois e muito estudo, percebo que as casas não só podem matar, mas como ajudar a pessoa em seu sucesso, em sua saúde ou em qualquer outra coisa que se desejar. A princípio gostaria de apresentar minhas ressalvas sobre o que se tem escrito sobre o Feng Shui adaptado para o Ocidente e em espe-

cial para o hemisfério Sul, pois simplifcaram demais este assunto que teoricamente foi desenvolvido para o hemisfério Norte e no Oriente. Minhas ressalvas estão principalmente ligadas à base do sistema, Sul e Norte são duas designações ligadas a princípio aos polos magnéticos da Terra, mas no Feng Shui e no entendimento Chinês como se sabe as direções cardinais, Norte, Sul, Leste e Oeste são Constelações, no Norte o Guerreiro Negro ou a Tartaruga Negra, ao Norte da Água, Zi; o Pássaro Vermelho, ou da Fênix, do Fogo ao Sul, Wü; no Leste do Dragão Azul, ou Verde da Madeira, Mao a Leste e do Oeste, Metal o Tigre Branco, You. Há uma ligação tempo-espaço indissolúvel.



Figura 1 - Carta Celeste Chinesa antiga.

São no total 28 Mansões, ou divisões espaciais dadas por uma projeção oriunda da Estrela Polar em direção a uma das sete Estrelas do que se conhece por Sete Estrelado, ou Ursa Maior.



Figura 2 - A movimentação da Ursa de acordo com o Heguan zi.

Na figura acima se vê a Ursa Maior posicionada em função das quatro situações de cima para a direita, apontando para o Sul 5º mês, durante o solstício de Verão, no 8º mês durante o equinócio de Outono, a Oeste, no 11º mês durante o solstício de Inverno ao Norte e por fim no 2º mês durante o equinócio de Primavera a Leste. Não dá para verificar neste desenho a estrela polar, mas imagine na figura abaixo 11º mês que a Estrela Polar estaria a direita.

Teremos assim 7 divisões espaciais, portanto, por época do ano, cada qual determinada por uma Constelação principal e inúmeras outras pertencentes a cada quadrante. No tocante ao domínio do Inverno, do Guerreiro Sombrio ou da Tartaruga Negra há os sete domicílios da Constelação Boreal:

- O Teou, ou O Alqueire , determinado pelas estrelas  $\mu$ ,  $\lambda$ ,  $\phi$ ,  $\delta$ ,  $\tau$  e  $\zeta$  de Sagitário;
- O Niou, ou O Bovino, por estrelas da nebulosa 323 e 324 do Capricórnio, pela nebulosa 322 do Sagitário ou várias estrelas do Capricórnio;
- O Niu, ou A Donzela, por  $\epsilon$ ,  $\mu$ ,  $\nu$  do Aquário;
- O Hiu, ou Montículo Fúnebre , por  $\beta$  Aquário e  $\alpha$  do Equuleus;
- O Wei, O Teto, por  $\alpha$  Aquário e  $\epsilon$  e  $\delta$  do Pégaso;
- O Chí, A Pira do Sacrifício, por  $\alpha$  e  $\beta$  do Pégaso e,
- O Pí, O Muro, por  $\alpha$  de Andrômeda e  $\gamma$  do Pégasus.

Além das Constelações básicas acima existem aquelas chamadas “paranatellon” que surgem ao mesmo instante que as principais e que compõe no final a direção por completo, neste caso o Guerreiro Sombrio possui no total 51 asterismos.

Explico ainda melhor meu posicionamento a respeito do entendimento para que sejam incluídos na análise da direção, Norte, Sul..., no sentido de que a tradição chinesa que nos chega a respeito de como se formou o Universo e de como o nosso lugar, Mundo, ou a Terra foi criada em conformidade com o encontro do Céu e da Terra.

Primeiramente vamos informar que para a Cultura a qual nos re-

ferimos existem diversas terras: a Terra Mãe, esposa do Céu, que é uma Energia Celeste também, a Terra filha, última geração do encontro do casal, que é aquela do “campo”, lugar, que dá forma as coisas que virão a existir, que as cristaliza, por assim dizer, o Planeta é uma cristalização da Energia da Terra em contato com aquela formadora das coisas, além é claro da Montanha que é Terra também, sei que é complexo, mas é assim o entendimento. Quando o Céu estava preparado para se reproduzir com sua esposa a Terra, Ele a procurou pela primeira vez e deste encontro resultou da Energia da Água ao Norte, mas é dado a se compreender que a partir de um suposto centro a Água que apareceu e “inundou” aquela direção – Norte com a sua forma e sua energia gerou tudo o que existe nesta, o Vento, ou Chi, vibrando em uma frequência relativa levou esta vibração para aquela primeira direção.

Na volta, pois existe uma sucessão temporal das energias dominantes, esta, traduzida pelo Vento Frio, nomeado Guangmo, e que significa vasto e desértico, e que foi engendrado pela direção Norte traz o frio à Terra, as manifestações dependentes dele também são ativadas, por exemplo, os nossos rins que são a manifestação da Água dentro de nós recebe a influência desta energia mudando nosso comportamento e a influência deste sobre o sistema corporal.

Todas as direções são, portanto assim constituídas, para mais informações veja o Pequeno Tratado de Medicina Esotérica Chinesa, da Ícone Editora, que apesar de ser um livro básico já apresenta o pensamento que se irá usar em qualquer uma das áreas de atuação deste tipo de entendimento.

Quer dizer, não adianta inverter apenas os Polos terrenos, pois o entendimento de Norte leva em consideração tudo aquilo que num determinado momento, reincide sazonalmente sobre nós, e que devem ser considerados para a elaboração do Bá Guá e das forças ali constantes.

Talvez devamos ir mais adiante, mitologicamente falando, a Mãe da humanidade – Nü Wā, após um demônio ter destruído os pilares de sustentação da Terra, o que causou o dilúvio universal, teve que os refazer usando pedras fundidas de cinco cores. Tudo isso para apenas indicar como é entendido o planejamento da Terra e de como esta se relaciona com o Céu.



Figura 3 - Nü Wā reparando o pilar do Céu.

Em Cosmologia e divinação na China Antiga de Marc Kalinowski, da EFEO, encontramos duas figuras que podem nos ajudar a compreender um pouco mais da relação planeta Terra e as relações existentes com o Céu.

Na primeira, logo abaixo temos o dispositivo dos Dez Troncos Celestes diagramados de acordo com as direções. Para elucidar apenas os Troncos Celestes são as cinco manifestações da Energia de acordo com suas características YinYang do Fogo, Água, Madeira, Metal e Terra, dispostos também em acordo com as respectivas direções. Ao centro encontramos o local da Terra e nas beiradas as projeções desta mesma Terra, parece lembrar até mesmo os ditos "Pilares" da Terra do conto mitológico de Nü Wā, não é mesmo?

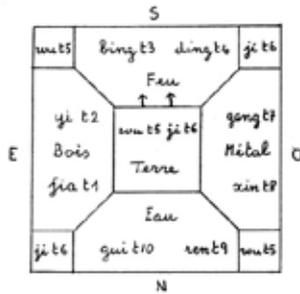


Figura 4 - O dispositivo dos Dez Troncos.

No desenho acima encontramos os Troncos numerados de 1 a 10 e de acordo com sua direção ao Sul, o Fogo, a Oeste o Metal, ao Norte a Água, a Leste (E) a Madeira, e por fim a Terra e suas projeções ao Centro e em cada um dos cantos.

No mesmo livro encontra-se também um Astrolábio encrustado em uma tumba da época dos Han, este mostrando ao centro a Ursa e as 28 projeções celestes nas diversas épocas do ano e suas ligações tanto com os Troncos Celestes quanto com os Ramos Terrestres e com o radical "e", mais o número das ditas divisões espaciais, ou Constelações relacionadas com as direções.

A Ursa Maior ao Centro move-se de forma que a cada estação se possa saber em qual delas nos encontramos, o que demonstra mais um tipo de associação com a época do Ano, Inverno, Verão, Outono e Primavera e que é resultado da Energia a qual se refere: Água, Fogo, Metal e Madeira, lembrando apenas que o Fim do Verão, ou Canícula se relaciona com a Terra, e a época das chuvas.

Os mecanismos interferem em nossa compreensão da Medicina Tradicional Chinesa como se pode verificar; sabemos que cada uma das Estações interfere tanto no ambiente, causando nele alterações climáticas, no comportamento da fauna e flora e também dentro de nós seres humanos, favorecendo tanto mudanças psicológicas quanto fisiológicas.

Desta forma, além de entendermos que outros Livros nos ajudam a codificar e explicar o Universo a nossa volta, como o Mestre Liu Pai Lin falava quando mencionava e ensinava sobre o I Ching, Livro das Mutações, nós podemos não só conhece-los mas nos utilizarmos deste conhecimento para prever seu comportamento. A matéria é extensa demais para que possamos tratar em um artigo apenas, mas dá ideia da imensidão do pensamento Chinês antigo.

Não devemos, portanto subestimar tal amplitude a ponto de reduzir diretamente ou inverter apenas os polos magnéticos e suas indicações para termos um Feng Shui adaptado ao nosso Hemisfério, muitos outros fatores estão em risco, entendo, no entanto que, as manifestações para o hemisfério Sul são diferentes que para o Norte, assim o Outono para eles é bastante frio, enquanto que para nós, moradores aqui de São Paulo por exemplo, nós podemos, apesar de apresentarmos a mesma névoa característica, a secura, alcançarmos temperaturas que facilmente chega a 30° Celsius, o que reforça uma análise mais profunda de como tratar e como curar através desta técnica.

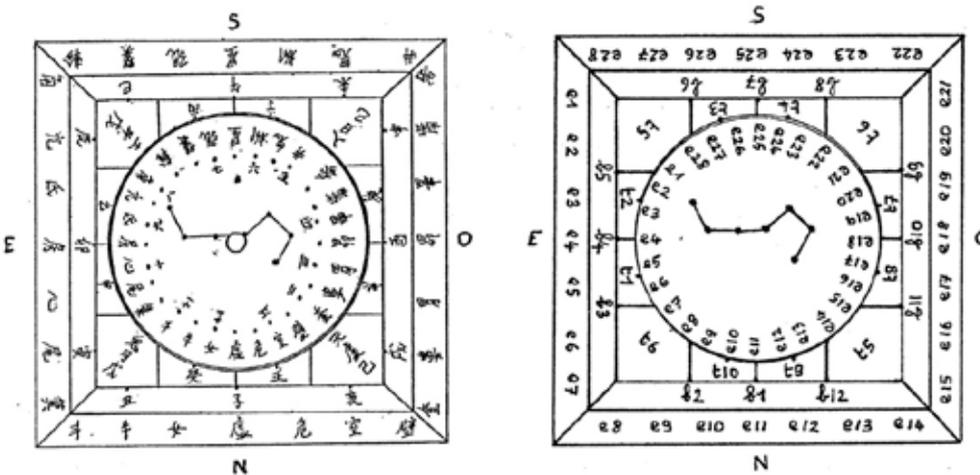


Figura 5 - Astrolábio dos Han.

**Prof. César Silva (Lin Chien Tzé)** - é consultor de Feng Shui e Terapeuta de Medicina Tradicional Chinesa.



# Seminário Internacional das Armas do Tai Chi Chuan da Família Yang - Sabre e Espada - com o Mestre Yang Jun



**11, 12 e 13 de Novembro de 2016 - São Paulo**

## PROGRAMA

### Dia 11 de Novembro - Sexta feira - das 10:00 às 18:00h

Seminário de Sabre - Taiji Dao - Modalidade integrante do corpo de conhecimento do Tai Chi Chuan da Família Yang o Sabre é considerado a arma mais pesada utilizada pelos praticantes com características bem especiais propiciando o desenvolvimento da energia interna através de seus movimentos amplos e enérgicos!

Neste Seminário o Mestre Yang Jun nos apresenta com teoria e prática os 13 poemas que dão origem aos movimentos explicando seu simbolismo e aplicações.



### Dias 12 e 13 de Novembro - Sábado e Domingo das 10:00 às 18:00h

Seminário Espada Tai Chi - Tai Ji Jian - A Espada Tai Chi já com movimentos mais leves e flexíveis nos brinda a oportunidade de desenvolver o sentido de continuidade e expressão das energias do Tai Chi de forma mais leve através da beleza dos movimentos que se inspiram em imagens da natureza. Neste seminário o Mestre Yang Jun nos explica passo a passo como executar os movimentos ilustrando a cada passo com as lendas maravilhosas que a cultura chinesa nos oferece.

Você pode participar de um Seminário ou dos dois Seminários de acordo à sua escolha!

Faça sua inscrição agora mesmo para reservar sua vaga e não perca a oportunidade de participar!

### Investimento:

Seminário Sabre: Tai ji Dao - US\$ 80,00 para afiliados da Associação Internacional  
US\$ 88,00 para não afiliados da Associação Internacional

Seminário Espada: Tai Ji Jian - US\$ 160,00 para afiliados da Associação Internacional  
US\$ 176,00 para não afiliados da Associação Internacional

\* Os pagamentos devem ser realizados com antecedência de até 5 dias do início do Seminário.

\* Podem ser realizados com cartão de crédito parcelado com os juros do cartão.

### Informações e inscrições: Sociedade Brasileira de Tai Chi Chuan e Cultura Oriental

Rua José Maria Lisboa, 612 / Sl. 07 - Bairro Jardins - São Paulo/SP - CEP: 01423-000  
Tel: 11 3884-8943  
e-mail: [contatotaichi@sbtcc.org.br](mailto:contatotaichi@sbtcc.org.br)

Pós-Graduação Lato Sensu em Práticas Corporais da Medicina Tradicional Chinesa e Tai Chi Chuan



## Pós Graduação Lato Sensu em Práticas Corporais da Medicina Tradicional Chinesa com foco no Tai Chi Chuan da Família Yang

**Data de início: 08 de outubro de 2016**

**Duração:** 24 meses, um final de semana por mês com 16 horas presenciais de aulas por encontro. Serão ainda, organizados eventos intermediários para conferencias internacionais, estudos comparados, aplicações práticas e projetos pedagógicos.

**Público-Alvo:** Profissionais graduados nas áreas de saúde, Educadores físicos / Psicólogos / Fisioterapeutas / Médicos / Psiquiatras Fonoaudiólogos / Enfermeiros / Terapeutas Ocupacionais / Professores Assistentes Sociais e demais profissionais que possuam curso superior em outras áreas, desde que aprovados em entrevista específica.

**Endereço do local do curso:** Hotel Interative - Salão de Eventos.  
R. José Maria Lisboa, 555 - Jardim Paulista, São Paulo - SP  
(Em frente à Sede da SBTCC)

**Parceria INÉDITA entre a Sociedade Brasileira de Tai Chi Chuan e Cultura Oriental e a Universidade de São Paulo - USP.**

**Informações e inscrições:** Sociedade Brasileira de Tai Chi Chuan e Cultura Oriental  
Rua José Maria Lisboa, 612 / Sl. 07 - Bairro Jardins - São Paulo/SP - CEP: 01423-000

# O TAO E A KABBALAH

por Tabata Rachel

**T**anto os sábios da Kabbalah como os sábios do Tao ampliam a consciência do ser humano e o situa no Macrocosmo, na Grande Circulação, e também o situa como um Microcosmo aonde em sua Pequena Circulação pode ou não bloquear sua “comunicação” com o Macrocosmo, a Energia Cósmica Universal. Processar a Energia Cósmica de forma eficiente é ponto em comum na transmissão dos sábios.

O Homem entre o Céu e a Terra quer e precisa alinhar-se de forma auspiciosa, às energias que o cercam, primeiramente da Natureza que temos ao redor, e a seguir com a Energia Original Anterior que tudo permeia.

## I- Kabbalah: A Arvore da Vida que somos !

Na obra Kabbalah e as Chaves Secretas do Universo o cabalista Joseph Saltoun, com o qual aprendemos faz 5 anos, ensina que:

“O homem deve ter os pés na terra, mas sua cabeça deve estar no Céu” (...)

E ainda “ Pelo fato do corpo ter sido criado segundo o protótipo divino (Tselem- imagem e semelhança) deveria estar conectado à sua origem. Tragicamente este contato foi perdido e começamos a vibrar em frequências baixas e não sincronizadas com o projeto original.”(pag 245).

“Estabeleceremos uma ligação entre a Árvore da Vida e o nosso corpo,(...) potencialmente o corpo é o aparelho mais maravilhoso que temos para nos conectarmos com a Luz”(pag 247)

“a fim de iniciarmos a subida para entrar no mundo espiritual, temos que começar a partir do primeiro degrau que é a Sefirá Malchut pag 230 -mundo físico e também nosso corpo físico.

Malchut é a primeira dimensão (sefirá- o circulo de baixo da árvore- nosso mundo físico- nosso corpo físico também) da Árvore da Vida.

O Diagrama da Arvore da Vida é o diagrama do universo e de tudo o que há nele (que segue o mesmo padrão).

Podemos começar então iluminando nosso corpo !Nossa Árvore da Vida!

A contribuição dos sábios taoístas quando somados a consciência da Kabbalah permite ao Ser Humano unir esta expansão de consciência com o trilhar de um caminho seguro e simples não caindo na armadilha do aprofundamento teórico desacompanhado da realização prática daquele conhecimento, conforme nos é alertado no Caibaillon !

## II-TAO -PRATICANDO A POSTURA DA ÁRVORE OU O ABRAÇO DO UNIVERSO

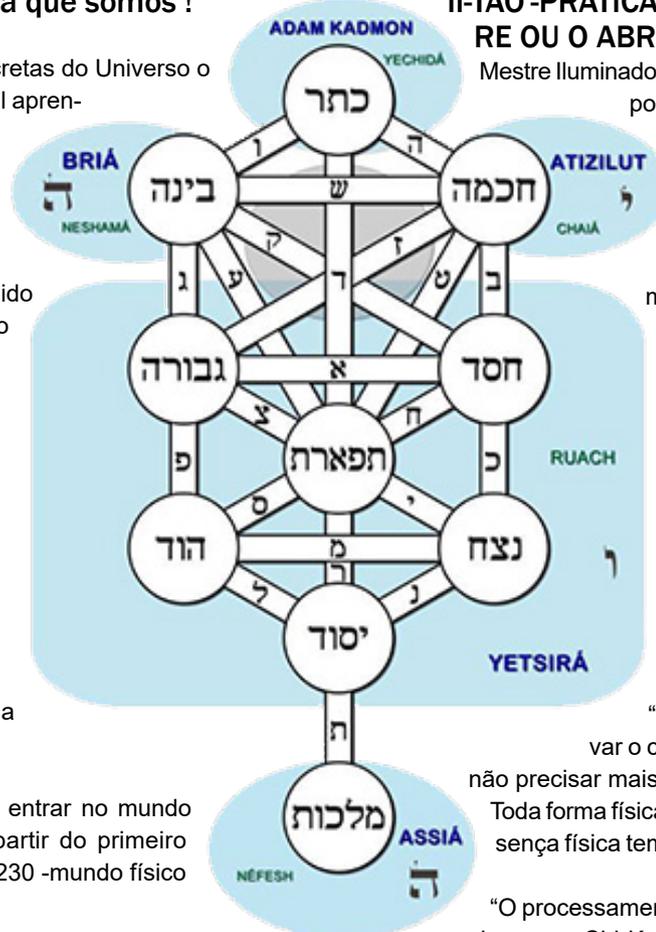
Mestre Iluminado Liu Pai Lin, com o qual aprendemos por 12 anos nos recomendava como um dos principais treinamentos a Posição da Árvore, que não por acaso tem este nome,

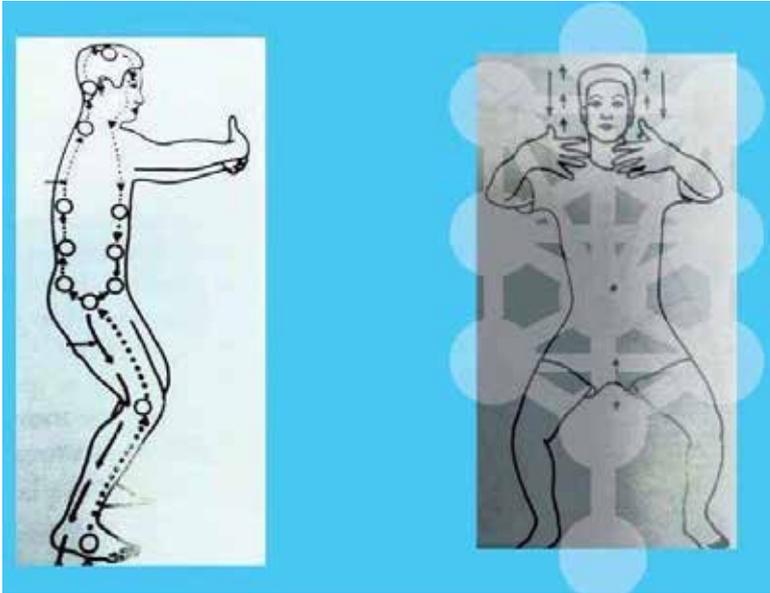
Abraçando o Universo ou permanecendo na Postura da Árvore tal como transmitido pelo Mestre Iluminado Taoísta Liu Pai Lin (foto desta matéria),desperta-se o centro de energia no meio da cabeça (Lin Tai) podemos recarregar a eletricidade através da energia celeste em forma de raio que penetra pela “moleira” no topo da cabeça, e então conduzir esta energia para baixo, recarregando nossas “baterias”.

“O Chi Kung Taoísta busca preservar o corpo físico, até chegar ao ponto de não precisar mais de uma forma.

Toda forma física visível é gerada do invisível. A presença física tem sentido para o treino do invisível.”

“O processamento de energia cósmica pelo taoísta chama-se Chi Kung ou trabalho com o ar vital CHI .O ideograma chinês CHI é formado pela junção de dois ideogramas, Céu e Origem: a energia vital que tem sua Origem no Céu.”





**Tabata Rachel** é bacharel em direito pelas F M U , atuando como funcionária pública do Poder Judiciário . Foi discípula do Mestre Liu Pai Lin no período de 1985 até sua passagem em 2000 . É organizadora do Grupo de Estudos O Homem entre o Céu e a Terra e também da página Liu Pai Lin - Ensinaamentos de um Taoísta que tem a finalidade de relembrar as transmissões dos ensinamentos do Mestre Liu Pai Lin .Nome de batismo Jacqueline Rodrigues, sendo que recebeu em um Shabat o nome Rachel .

À esquerda: postura da árvore sobreposta à árvore da Vida da Kabbalah.

Acima: Mestre Liu Pai Lin na Postura da Árvore.

## Conheça o Taoismo aplicado ao dia a dia

Disponível em impresso e ebook

Mais um livro do Prof. Gilberto Antônio Silva para ampliar sua consciência

### Reflexões Taoistas

Esta obra traz reflexões do autor sobre vários assuntos da vida humana, sempre sob a ótica do Taoismo. São 36 textos INÉDITOS com duas páginas em média. Uma leitura leve e dinâmica que pode ser feita de modo aleatório.

“As ideias de causa e consequência e de ordem linear não são tão fortes no Taoismo, o que lhe dá liberdade de criar sua própria forma de fazer as coisas como ler este livro. O importante é que essa leitura lhe faça sentido, fale com seu interior, e leve a reflexões mais profundas.”

- A Folha que Cai
- A Labuta da Espiritualidade
- Iluminação é Perda
- Crise e Mudança
- Vazio
- Os Três Tesouros do Tao
- Onde Mora a Sabedoria
- Mestre Para Quê?
- Nossos Limites
- Dois Caminhos
- A Força da Vida
- Tapete de Flores
- O Som do Silêncio
- Somos todos iguais
- Um Reflexo no Espelho e muito mais!

«O vazio em nós precede a obtenção do Tao. É a meditação e a harmonização com o Todo que nos leva à compreensão dessa realidade última. Quando nos afastamos de nossas noções de preenchimento nos deparamos com um grande vazio, uma realidade muito maior.»

Reflexões Taoistas - Texto «Vazio»

Lançamento

Reflexões Taoistas

Gilberto Antônio Silva

Para mais informações em como adquirir esta e outras obras do autor, visite nosso site.

[www.laoshan.com.br](http://www.laoshan.com.br)

# Entrevista Exclusiva com GRÃO-MESTRE YANG ZHENDUO

*Essa entrevista foi realizada em 1999, quando da visita de Grão-Mestre Yang Zhenduo e seu neto, Mestre Yang Jun, ao Brasil, com apoio da Sociedade Brasileira de Tai Chi Chuan e Cultura Oriental (SBTCC). Ela foi idealizada para outra revista, mas por um motivo ou outro, jamais publicada. Fica aqui, então, a divulgação das palavras desse que é um dos Grandes Mestres de nossa época.*

## Como se deu a criação dos estilos simplificados de Tai Chi Chuan?

Na China esses estilos simplificados foram desenvolvidos por comitês governamentais para popularizar esse esporte e torná-lo acessível à população chinesa. Foram criadas formas simplificadas dos estilos Chen, Yang, Wu e Sun.

## Houve participação da Família Yang na simplificação deste estilo?

Na época, primeiramente, não. Então o Ministro dos Esportes convocou as famílias mais importantes, tradicionais, para participar.

Perceberam principalmente que o estilo da família Yang era mais fácil de praticar, com movimentos bonitos, e você pode controlar a energia muito bem. Como se demora muito para praticar a forma longa tradicional, normalmente tem que gastar 25 a 30 minutos, fica difícil popularizar a técnica se o movimento demora tanto para ser executado. Existia uma pessoa que trabalhava diretamente para o governo, um professor, Li Tian Ji, que estudou essa reorganização e simplificação. Ele praticou o Estilo Yang também. O que fizeram foi apenas retirar os movimentos mais difíceis e repetidos para poder simplificar. Aí surgiu o Tai Chi Chuan Yang de 24 Movimentos. Ficou muito bom, o pessoal adorou, fez muito sucesso. Mas aí acontece outro problema: com tão poucos movimentos a forma é feita rapidamente, só leva 5 minutos para terminar. Isso não satisfaz muitas pessoas na prática desse esporte. Elas praticam uma ou duas vezes e acham enjoativo. Aí começam a procurar uma prática mais tradicional, a forma original. O que meu pai deixou era mais direto, sem transições. Eu me baseei no estilo original de meu pai e juntei algumas transições, formando a forma de 88 movimentos, que na verdade é o estilo original de meu pai em sua essência. Existem diferenças entre a base original e a base do 88. Professor Li estudou a forma original, mas nunca conheceu meu pai diretamente. Ele teve uma ideia mais ou menos sensata de como era, mas se prestar mais atenção aos detalhes você vê a diferença. Diferenças no movimento das mãos, na postura, diferenças na teoria também. Tem muita gente praticando desse jeito “errado”, principalmente com pequenas diferenças na postura. Então surgiram essas diferenças entre o original e o simplificado. Mas a forma simplificada ajudou bastante na hora

de popularizar o Tai Chi Chuan. A forma curta é bem mais aceita, por isso se popularizou rapidamente.

## As formas simplificadas de 24 ou 88 movimentos são tão benéficas à saúde quanto a original ou se perde muita coisa?

No treino a gente fala para “relaxar”, mas é modo de falar, tem é que alongar, alongar músculos e tendões. No simplificado e no tradicional os movimentos são parecidos, mas quando se faz tem que ficar “mole”. Alongar e relaxar são coisas diferentes. Isso ajuda na circulação, ajuda em tudo na saúde. Não pode ficar duro, tem que ficar bem natural. Existem diferenças, um ajuda na circulação e o outro não.

## A forma de 103 movimentos é a original ou existe outra mais longa?

Existia há muito tempo atrás, mas desde a época do meu pai são 103 movimentos.

*“Alongar e relaxar são coisas diferentes”*

## Hoje o Tai Chi Chuan está perdendo muito o lado marcial. Quer saber como o mestre encara essa perda do lado marcial e a transformação da arte em mais terapia do que outra coisa.

Este é um tipo de arte marcial, e como arte marcial têm defesas e têm ataques. É muito complexo, pois incorpora artes marciais de vários lugares. O jeito de respirar, de atrair, Yin e Yang, tudo junto. Depois acrescentou-se algo da Medicina Chinesa e hoje virou um esporte complexo, que serve para muitas coisas. Não é só arte marcial, mas ao mesmo tempo também fortalece seu corpo e é um tipo de terapia para a saúde. Virou um jeito de curar doenças e também um tipo de arte. E como tem os movimentos lentos e equilibrados, melhora o pensamento, a mente. Por isso ele não é somente uma arte marcial, é mais que isso, um esporte complexo.

## Mesmo que a pessoa não utilize a parte marcial, mesmo assim é válido?

Cada um que pratica o Tai Chi Chuan tem seu objetivo: pode estar doente e procurar o Tai Chi para melhorar a saúde, curar a doença, ou pode fazer como exercício, como alongamento, pois muita gente acha as posições bonitas. Quem busca a luta, pratica com

essa finalidade. Por isso a arte tem a forma com duas pessoas, Tui Shou, para praticar e descobrir juntos. Tui Shou é para “empurrar as mãos”, não é para lutar. Atrai o oponente e se desvia dele, mas não luta diretamente. Só no final pode virar luta. Cada um pratica como quiser, mesmo se quiser lutar. Mas a maioria treina para melhorar a condição física e evitar as doenças. Poucos praticam para lutar. Agora tem bastante gente treinando porque tem movimento lento, suave. Antigamente eram pessoas de idade, mais velhas, que praticavam isso. Na maioria eram mulheres. Hoje em dia mudou tudo. Na China já existe essa campanha de popularizar o esporte para o povo. Então todo mundo pratica esporte. Lá muitas pessoas escolhem Tai Chi Chuan como seu esporte. O principal é que o Tai Chi é tradicional do povo chinês e eles praticam de acordo com seus objetivos: saúde, alongamento, arte marcial. Tem campanhas na China em vários estados e todo mundo está praticando. Antigamente atraía poucos jovens porque era muito lento, mas hoje em dia mudou muito, tem muitos jovens praticando. Especialmente em março deste ano (1999) em Yong Nian o Festival Mundial do Tai Chi teve muitos participantes de vários países diferentes, mais de 4.000 pessoas.



*Mestre Yang Jun demonstra um movimento de chute para os participantes do seminário, sob a supervisão de Grão-Mestre Yang Zhenduo, sentado atrás, próximo ao quadro.*

### Então o Tui Shou é importante para a prática do Tai Chi?

Sim. É para descobrir como duas pessoas atuam ao mesmo tempo.

### E qual a importância de se estudar os clássicos do Tai chi? A parte teórica?

A teoria do Tai Chi é a base de tudo. Devemos fazer os movimentos em cima disso. Mesmo quando se faz para a saúde ou luta, não pode faltar a teoria. As pessoas veem a teoria e a prática da mesma forma, mas é quando se pratica a forma que se notam as diferenças. Quando se pratica a forma a primeira coisa que se pede é que seja parecida com o mestre. A forma é para praticar isso e exige muito esforço mental para se conseguir isso.

### Quais as armas que existem tradicionalmente no Estilo Yang?

Principalmente espada e bastão longo.

### Qual a importância do treino com armas no tai chi?

O principal é o treino sem armas. Depois pode treinar espada, as pessoas acham bonito. É baseado na forma de mãos vazias mas o movimento é mais rápido, tem qualidades diferentes. É muito bonito!

### E ajuda a treinar os princípios, aperfeiçoa a forma de mãos livres?

Sim, como é baseado nas formas de mãos livres, tem esse efeito. Ajuda a aperfeiçoar uma base boa, só assim fica bonito. Primeiro a forma com mãos livres, depois a espada e por fim o Tui Shou, o treino com as mãos em duplas. Tem gente que acha a espada bonita então quer pular a primeira parte e ir direto para as armas, o que é um erro. É preciso antes se aperfeiçoar sem armas, para deixar os movimentos bonitos. Cada parte tem seu tempo.

### A circulação de energia Qi deve ser intencional com o uso da mente ou é natural, apenas pelo movimento?

O uso da energia é mais simplificado do que comparado com o Qigong. Apesar de ter uma parte do qigong dentro dele, não é

tão complexo quanto as técnicas de qigong. Existe a força natural e a física e no Tai Chi deve-se usar a força natural, que fica abaixo do umbigo e usa a respiração. Mas tem que saber combinar os dois. Quando você pratica essas formas a parte mais importante é a cintura, ela que leva os movimentos. Na cintura fica a barriga, abdômen. Quando você deixa a respiração natural é a cintura que leva a força. Aí o Qi vai agir junto. Geralmente o iniciante tem uma respiração rápida e depois de um certo nível ela fica mais longa e fica mais equilibrada. Com o tempo ele fica com mais força e mais relaxado. Isso ajuda na hora de aplicar os golpes, ele fica com

mais força no abdômen.

*“A teoria do Tai Chi Chuan é a base de tudo”*



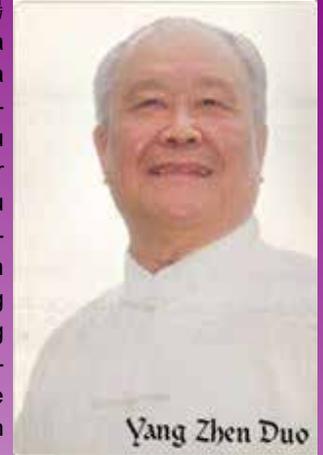
A partir da esquerda: Prof. Roque Enrique Severino, Profª Maria Ângela Soci Severino (fundadores da SBTCC e representantes do Estilo Yang no Brasil), Mestre Yang Jun, Gão-Mestre Yang Zhenduo e o Editor de Daojia, Prof. Gilberto Antônio Silva.

### Quería que o senhor deixasse uma mensagem para os praticantes do Brasil.

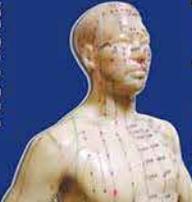
Esta é a segunda vez que venho ao Brasil, e encontrei muitos praticantes, estou muito contente. Apesar do Tai Chi ser cultura oriental bem antiga e a China ficar a uma distância enorme do Brasil, estou muito contente em ver tantas pessoas praticando aqui nesse país, tão distante da China. Através do Tai Chi eu desejo felicidade e saúde para os brasileiros. E que as pessoas tenham uma vida mais longa.

## Yang Zhenduo

Mestre Yang Zhenduo (楊振鐸) (1926 - ), representa a 4ª Geração da Família Yang. Filho do famoso Mestre Yang Chengfu, começou ainda muito jovem a estudar Tai Chi Chuan com seu pai e continuou posteriormente seus estudos com seu irmão mais velho, Yang Shouchung. Em 1960 Yang Zhenduo mudou-se para Taiyuan, Província de Shanxi, e desde então o Tai Chi Chuan estilo Yang gradualmente se disseminou por Taiyuan, para outras cidades, províncias e países. A partir de 1980 torna-se Vice-Presidente da Associação de Wushu de Shanxi. Em 1982 funda a Associação de Tai Chi Chuan estilo Yang de Shanxi, da qual é presidente desde então. A associação já reuniu mais de 30.000 membros em toda a Província, é a maior organização de artes marciais de sua categoria na China. Em 1996 a Academia Chinesa de Wushu reconheceu o Mestre Yang Zhenduo como um dos 100 principais Mestres de Wushu na China. Em Outubro de 1998 Yang Zhenduo fundou a Associação Internacional de Tai Chi Chuan estilo Yang, a qual serve como Presidente do Conselho. Sob sua liderança, em apenas um ano esta associação internacional conseguiu integrar 18 centros em 9 países (incluindo Brasil), contando então com mais de 350 membros.



Revista

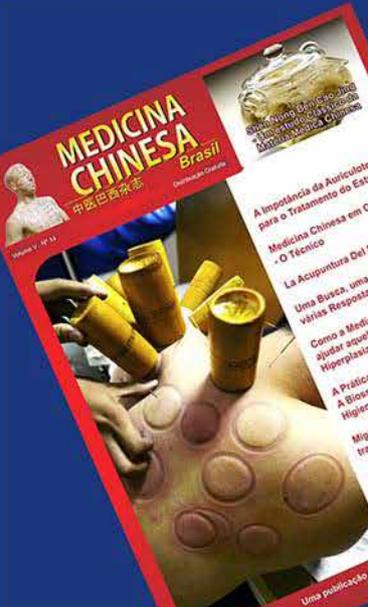


# MEDICINA CHINESA

中医巴西杂志 Brasil

Visite o site e faça download gratuito de todas as edições





**MEDICINA CHINESA Brasil**  
中医巴西杂志

**A Impotência de Auriculoterapia para o Tratamento da Estresse**  
Medicina Chinesa em Campo  
- O Fênico  
La Acupuntura Del Siglo XXI  
Uma Busca, uma Viagem, várias Respostas  
Como a Medicina Chinesa pode ajudar aqueles que sofrem de Hiperplasia Benigna da Próstata?  
A Prática Clínica na Acupuntura: Higiene e Segurança e sua Higienização  
Migrações e Cefaléias – Como tratá-las por Auriculoterapia?  
Acupuntura Comunitária  
Sun Si Miao  
O Tao da Cura

Uma publicação a serviço da Medicina Chinesa em nosso país

**A mais completa revista do Brasil dedicada à Medicina Tradicional Chinesa**

**A cada quatro meses uma nova edição digital totalmente gratuita.**



**MEDICINA CHINESA Brasil**  
中医巴西杂志

**Aplicando o Método de Evaluar a Mente e Presença do Abdomen para Aumentar o Efeito da Acupuntura na Física Clínica**  
Medicina Chinesa em campo - o silêncio  
Introdução ao Método Jing Fang  
Qi Gong: Ferramenta Ativa de Tratamento  
Uma Introdução à Saúde Holística dos Órgãos & Digestão Neurovascular  
Observação dos Resultados de Estudos Preliminares da Síndrome Pre-menstrual pela Medicina Chinesa

**“Espinhos de Ouro e Reflexos na Praxologia: uma breve introdução à aplicação de diagnósticos da língua”**  
Projeto de Implantação de Residência Física  
San Zhen Fa - Método das Três Pautações, do Dr. Gao Li Shan

**Entrevista Especial: Paulo Henrique Pereira Gonçalves**



[www.medicinachinesabrasil.com.br](http://www.medicinachinesabrasil.com.br)

# 精

# IBR月PEQ

Instituto Brasileiro de Ensino e Pesquisa  
em Qi Gong e Medicina Chinesa



Alameda Benevento, 378  
Pituba - Salvador (Bahia)

Telefone (071) 3334-8893.  
E-mail: gutemberguelivramento@gmail.com

Clinica de Medicina Chinesa—Fisioterapia e Pilates  
Escola e Cursos de Medicina Chinesa/Acupuntura  
Artes Marciais e Terapêuticas Chinesas

\*Atendimento Clínico em Medicina Chinesa - Acupuntura,  
Fitoterapia, Dietoterapia, Tuina e Qigong.

\*Cursos de Formação e Pós Graduação em Acupuntura.  
Aperfeiçoamento ou Formação em Qigong, Fitoterapia  
Chinesa, Tuina, Dietoterapia, Fisiologia médica, Medicina  
Chinesa aplicada a áreas específicas, Artes Marciais  
Chinesas como o Kung Fu, Tai Chi Chuan, Bagua Zhang  
e Xingyi Quan.

\*Aulas com práticas regulares das Artes Marciais Chinesas  
e Terapêuticas Kung Fu, Qigong, Tai Chi Chuan, Bagua Zhang  
e Xingyi Quan

Diretor Clínico e Técnico: Dr. Gutembergue Livramento

## Relembrando Ensinaamentos do MESTRE LIU PAI LIN

**Dia 21/09 às 20 hs R\$50,00**

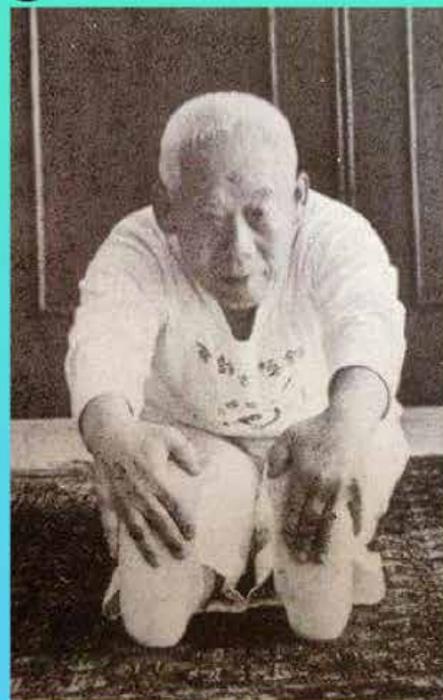
**R São Sebastião, 101 Sto Amaro SP**

**TABATA RACHEL :**

**"A Energia da Primavera "**

**FLÁVIO HERRMANN:**

**"Tai Chi Sentado  
Chang Tsin Pah Fah"**



**tabata.rachel99@gmail.com**

**Whats ap 11 99206-1093**

# O Tao Te Ching segundo Lin Yutang

*Esse artigo é um fragmento do texto da introdução ao capítulo “LAOTSÉ OU O LIVRO DE TAO (Tao Teh Ching)” constante na obra “A Sabedoria da Índia e da China”, do pensador chinês Lin Yutang, editado no Brasil em 1955 por Irmãos Pongetti Editores, com tradução para o português de Haydée Nicolussi (este texto).*

Se algum livro há, em toda a literatura oriental, que deve ser lido antes de qualquer outro, este é, em minha opinião, o LIVRO DO TAO, de Laotsé. Se há livro que possa reclamar para si a interpretação do espírito oriental, ou seja, a necessária compreensão do comportamento característico chinês, os “caminhos da sombra” inclusos, este é o LIVRO DE TAO.

É que o livro de Laotsé contém a primeira enunciação da filosofia da dissimulação do mundo; ele explica a ciência de simular a loucura, o sucesso de aparentar o fracasso, a força da fraqueza e a vantagem da não ingerência, concedendo ao adversário o benefício da fútil porfia pelo poder. Ele se responsabiliza pelo fato de toda maturidade que possa ser vista no comportamento social e individual da China. Quem ler o bastante deste livro, automaticamente adquire hábitos e pontos de vista chineses. Eu iria mais longe em minha afirmação: se me fosse interrogado qual o antídoto que poderia ser achado na literatura e filosofia orientais capaz de curar este rebarbativo mundo moderno das suas crenças inveteradas na força e na luta pelo poder, apontaria este livro das 5.000 palavras escritas há cerca de 2.400 anos atrás. Pois Laotsé (nascido aproximadamente em 570 antes de Cristo) tem a destreza de fazer Hitler e outros sonhadores de fama mundial se mostrarem loucos e ridículos. O caos do mundo atual, creio eu, é devido à falta total de uma filosofia e de um ritmo de vida tais como os encontramos em Laotsé e seu brilhante discípulo Chuangtsé, ou quem quer que remotamente se lhes assemelhe.

E, além disso, se algum livro existe capaz de dar conselhos contra as múltiplas atividades e frívolas negociatas do homem moderno, eu novamente citaria o Livro de Tao de Laotsé. É um dos mais profundos livros do mundo filosófico. Sua mensagem é simples e esse punhado de ideias se repete de forma epigramática, interminavelmente. São ideias breves: o ritmo da vida, unidade do mundo inteiro e do fenômeno humano, a importância de guardar a simplicidade original da natureza humana, o perigo dos governos fortes, a interferência nos costumes simples do povo, a doutrina do wuwei ou da “inação”, a qual é melhor interpretada como “a não interferência” e cujo exato equivalente seria o *laissez faire* (deixar as coisas correrem por si), a penetrante influência do espírito, as lições da humildade, a quietude, a calma, a loucura da força, o orgulho, a autopresunção. Tudo isto deve ser compreendido se há quem deseje compreender o ritmo da vida. É claro e profundo, místico e prático. Alguns dos grandes paradoxos deste livro são: “Nunca sejas o primeiro do mundo” (LXVII). “As maiores

inteligências parecem estúpidas” “a maior eloquência parece balbuciente” (XLV). “O mais adiantado corre atrás da sabedoria e o atrasado é quem a alcança.” (XLVII). “Quando dois exércitos igualmente equipados se encontram é o anti-homicida quem sai vencedor” (LXIX). “Mesmo na vitória não há beleza e aqueles que chamam isso beleza são os que se deliciam com as hecatombes humanas.” (XXXI). “A vitória deveria sempre ser celebrada com cerimônias fúnebres” (XXXI). “O amor é vitorioso quando ataca e invulnerável quando se defende. O Céu arma com amor aqueles que ele não deseja ver destruídos.” (LXVII). “Quanto mais ele dá aos outros (o Homem Prudente) mais cresce em abundância” (LXXXI). “Recompensai o vício com a virtude.” (LXIII). “Creio nos verdadeiros e também nos mentirosos.” (XLIX). “Aquele que compreende não fala, quem fala demais pouco entende.” (LVI). (Sobre o *laissez-faire*): “Governa um grande país como se desses liberdade a um peixinho.” (LX).

Como se depreende, o livro inteiro consiste nestes paradoxos. O livro tem sido tradicionalmente dividido em duas partes, a partir de Hoshang Kung, no segundo século, antes de Cristo. Atualmente, a coleção original é constituída de vários epigramas e quem seguir a evolução e as relações entre os diferentes capítulos, verá que as divisões não são originais. (Algumas das últimas edições desse livro têm aparecido sem as divisões dos capítulos).

Ao todo, podem-se fazer algumas divisões sumárias. Os capítulos I-X descrevem o caráter geral da doutrina. Os capítulos XI-XX desenvolvem o tema da não interferência. Os Caps. XXI-XXVIII falam dos “modelos de Tao”, sendo mais místicos. Os Caps. XXIX-XXXI contêm severas advertências contra o uso da força. Os Caps. XXXII-XXXVII referem-se ao ritmo da vida. No Livro Dois, Caps. XXXVIII a XLIX, de novo se apregoa o uso da gentileza, da simplicidade, da calma. Os Caps. L-LVI têm conexão com a preservação da vida. Do Cap. LVII em diante os temas se tornam mais concretos. Os Caps. LVII-LXVII dão conselhos acabados sobre a arte de governar e manejar os interesses humanos. Os Caps. LXVIII-LXIX debatem novamente os temas da guerra e da dissimulação. Os Caps. LXXII-LXXV contêm as grandes pregações de Laotsé sobre o crime e o castigo. Os últimos seis capítulos LXXVI-LXXXI de novo dão alguns conselhos sobre a força e a fraqueza, alguns com certas indicações muito razoáveis sobre os acordos de paz como no Cap. LXXIX. Com efeito, se os capítulos da guerra e da paz pudessem ser requisitados para serem lidos por delegados da Conferência da Paz nós teríamos um mundo

totalmente diverso. “O homem virtuoso é o que procura conciliar. O mau confirma os erros, etc.”. Os conselhos para os grandes e pequenos países (LXI) também nos parecem perfeitos.

Geralmente, um capítulo abre-se com alguns paradoxos e se desenvolve com observações paralelas, introduzidas por meio da palavra “portanto”. Uma explicação sobre o uso dessa palavra torna-se imprescindível, pois ela é frequentemente julgada pelo Ocidente como deslocada e sem sequência lógica alguma.

Pode-se, entretanto, claramente perceber que a lógica chinesa é, ao mesmo tempo, ambas as coisas: indeterminada e sincronizada, em vez de determinada, exclusiva e sequente como sucede na lógica do Ocidente. Nesse caso pode ser um efeito, e um efeito pode ser parte de um motivo o qual frequentemente está próximo da verdade. Em chinês causa e efeito não são sequentes mas, sob alguns aspectos, paralelos a uma mesma verdade. Em chinês, “portanto” quase que não se distingue de “pois”. Isto é peculiar a Laotsé, Chuangtsé e muitos escritores chineses. E o nosso processo de distinguir causa e efeito algumas vezes não parece pueril? Experimente-se descobrir qual a causa da guerra atual [1942] e chegar-se-á à conclusão de que as razões são muitas em torno da lógica da causalidade.



**Lin Yutang** [林語堂] (1895-1976) foi um escritor chinês cujo trabalho original e traduções de textos clássicos chineses se tornaram muito populares no Ocidente. Fez seu bacharelado na St. John's University em Xangai; mais tarde, obteve bolsa parcial para continuar o doutorado na Universidade de Harvard (EUA), completado depois na Universidade de Leipzig (Alemanha). De 1923 a 1926 lecionou Literatura inglesa na Universidade de Beijing.



Dr. Lin foi muito ativo na popularização dos clássicos da literatura chinesa e também da maneira pela qual os chineses vêem a vida. Após 1928 ele viveu nos Estados Unidos, onde escreveu diversas obras em inglês, explicando e popularizando a cultura chinesa. Seus diversos trabalhos representaram uma tentativa de eliminar a lacuna que existe entre o Ocidente e o Oriente. Foi indicado ao Prêmio Nobel de Literatura diversas vezes.

# 崂山 Laoshan

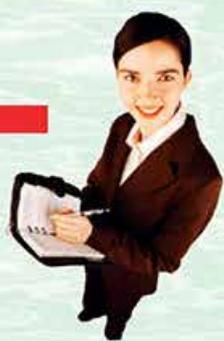


## Conhecimento para uma vida melhor

**Site oficial do Prof. Gilberto Antônio Silva, taoista e divulgador do Taoísmo e suas artes**

### Cursos EXCLUSIVOS

- O TAO da Cura (Sua ligação pessoal com o Shen universal)
- TaoQi (Sentindo e manipulando o Qi em apenas uma aula)
- Limpeza Energética de Ambientes (workshop teórico/prático)
- Crystal Healing (Terapia com Cristais)
- Marketing e Comunicação Gráfica para Terapeutas e Esotéricos



*O homem superior ao ouvir sobre o Tao Esforça-se para poder realizá-lo; O homem mediano ao ouvir sobre o Tao Às vezes o resguarda, às vezes o perde; O homem inferior ao ouvir sobre o Tao Trata-o às gargalhadas.*

Tao Te Ching, 41

**EM 2016 ABRIREMOS DUAS TURMAS ESPECIAIS: Feng Shui e I Ching**

### Alguns livros publicados



Leve nossos cursos exclusivos para seu espaço, em qualquer lugar do Brasil. Informe-se em nosso site.



**Laoshan** Conhecimento para uma vida melhor

[www.laoshan.com.br](http://www.laoshan.com.br)

# Atitude, Mudanças de Hábito e Autocultivo nas Artes Energéticas Taoistas



A maioria dos sistemas de autoaperfeiçoamento é construída na suposição de que o ser humano tem propensões inatas que podem ser mudadas, ou seja, suprimidas, controladas, inibidas ou transformadas. Sistemas que consideram o Ser em caráter fixo, como composto em unidades compartimentadas, qualidades, dons ou características que podem ou não estar manifestadas ou serem defeituosas.

Estes sistemas requerem anos de esforço de uma pessoa que quer se ajudar. Alguns precisam de toda uma vida e quase nunca atingem os benefícios almejados.

Tais abordagens estáticas ou mecânicas transformam a “correção” em processo longo e complicado. Alguns estudiosos acerca dos processos corporais, a exemplo de Feldenkrais, acreditam que esta noção se baseia em suposições erradas, achando ser impossível reparar tijolos defeituosos na estrutura do Ser ou inserir os que estão faltando. A vida do ser humano é um processo, um movimento, um caminho(Tao) contínuo e a melhora necessária está na qualidade não nas propriedades ou sua disposição. Muitos fatores influenciam neste processo(Tao) e devem ser combinados para fazê-lo fluir e se auto-ajustar. Quanto mais claramente são entendidos os fundamentos do processo maiores serão as realizações.

O auto-ajuste constante dos movimentos, atitudes, posturas e hábitos é o melhor caminho de auto-cultivo e auto-aperfeiçoamento. As artes do Chi Kung e do Tai Chi Chuan, por exemplo, desenvolveram-se ao longo do tempo como um sistema altamente refinado de treinamento e auto-desenvolvimento. Os treinos são absorventes, mas não cansativos ou estressantes. Consistem

em séries de movimentos lentos e contínuos adequados para relaxar e desenvolver o corpo inteiro. Uma das grandes virtudes é que, independente da idade do praticante, todos os seus movimentos podem ser executados, com raras exceções. O objetivo da sequência de movimentos cuidadosamente estruturada é o fortalecimento interno da energia, flexibilidade e resistência corporais associado à clareza mental e serenidade emocional. Outro aspecto fundamental é a alternância entre movimento e repouso, expansão e recolhimento, atividade e serenidade.

Um grande atrativo como arte tradicional de estratégia e sua qualidade única na saúde preventiva, o Tai Chi Chuan(Tai Ji Quan), bem como os treinos energéticos denominados Chi Kung(Qi Gong), não requerem nada especial para seu aprendizado. Você não necessita de roupa ou equipamento especial; você não necessita frequentar nenhum local especial para treinar; você não precisa aprender chinês ou seguir nenhum credo; você não precisa reorganizar sua vida ou prender-se a um novo e rígido programa de treinamento. Uma vez compreendido e aprendido com alguém que possa oferecer uma orientação adequada, autêntica e confiável, representa um tesouro que permanece por toda a vida. O próprio praticante é quem melhor pode confirmar seu desenvolvimento através da dedicação e empenho no treino, observando e respeitando seu próprio ritmo.

Qual o embasamento filosófico das artes taoistas?



O próprio símbolo TAI CHI ajuda a compreender melhor o sentido das artes taoistas de auto-cultivo na sua origem filosófica taoista. Muitos conhecem este símbolo como a união de Yin e Yang, as duas polaridades complementares, antagônicas e interdependentes da energia cósmica, que os chineses denominam Chi(Qi), os japoneses Ki, os indianos Prana. O Chi é considerado na Medicina Taoista de Equilíbrio a própria essência vital que constitui o fundamento da Natureza e regula o seu fluxo.

Muitas artes orientais se baseiam neste princípio para restabelecer a harmonia do ser humano e prevenir os desequilíbrios naturais do processo vital.

### Referências para estudo:

Chi Kung Pai Lin & Quiropraxia – Mestre Liu Pai Lin/ Y. Hayashi / K. Shioda – Ed. do autor  
Tao Te King – Lao Tzu – Ed. Pensamento  
O Tao em Quadrinhos – Adaptação do Tao Te Ching por Tsai C. Chun - Ediuoro



**Material de estudo:** Grupo Tai Chi Pai Lin – Ba  
**Pesquisa e adaptação:** Ernani Franklin  
**Fale com a gente:** grupotaichipailin.ba@gmail.com

## AGENDA DE ATIVIDADES DO GRUPO TAI CHI PAI LIN - Bahia

### SETEMBRO

- Sexta : 30/9/2016 -(18:30h) PROGRAMA DE ESTUDOS ABERTOS TAI CHI PAI LIN

Local: Biblioteca Central - Barris (sala em frente à Sala Alexandre Robatto)

Tema: INTRODUÇÃO AO T'AI I CHIN HUA TSUNG CHIH - O Segredo da Flor de Ouro (II)

[Ent. Franca]

### OUTUBRO

- Sábado: 1/10/2016 - (6:00h) - TREINO ABERTO TAI CHI PAI LIN

Local: Jardim ZooBotânico - Alto de Ondina

[Ent. Franca]

Sexta : 28/10/2016 -(18:30h) PROGRAMA DE ESTUDOS ABERTOS TAI CHI PAI LIN

Local: Biblioteca Central - Barris (sala em frente à Sala Alexandre Robatto)

Tema: INTRODUÇÃO AO T'AI I CHIN HUA TSUNG CHIH - O Segredo da Flor de Ouro (III)

[Ent. Franca]



### NOVEMBRO

- Sábado: 5/11/2016 - (6:00h) - TREINO ABERTO TAI CHI PAI LIN

Local: Jardim ZooBotânico - Alto de Ondina

[Ent. Franca]

- Domingo : 27/11/2016 - ( Dois turnos) - XVIII GESTOS DE HARMONIZAÇÃO ENERGÉTICA - TAI CHI PAI LIN

Local: Centro de Treinamento de Líderes - Itapoan

- Salvador - Ba

Tema: ENSINAMENTOS DO MESTRE LIU PAI LIN

[Aguarde programação a ser divulgada]

- Sexta : 25/11/2016 -(18:30h) PROGRAMA DE ESTUDOS ABERTOS TAI CHI PAI LIN

Local: Biblioteca Central - Barris (sala em frente à Sala Alexandre Robatto)

Tema: Tema a ser divulgado

[Ent. Franca]

### DEZEMBRO

- Sábado: 3/12/2016 - (6:00h) - TREINO ABERTO TAI CHI PAI LIN / Confraternização do Grupo

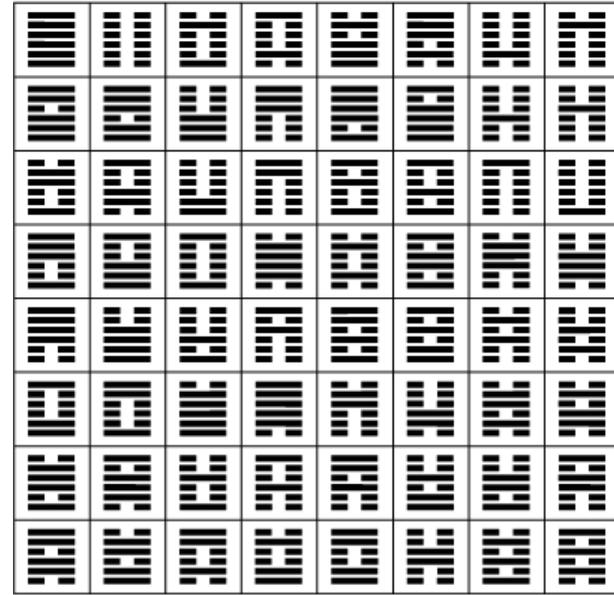
Local: Jardim ZooBotânico - Alto de Ondina

[Ent. Franca]

**Fale com a gente:** grupotaichipailin.ba@gmail.com

# Caos e Ordem no I CHING

por Gilberto Antônio Silva



**P**assagem de ano sempre lembra vinho espumante, fogos de artifício e arrumação de casa ou escritório. Parece inevitável que para começar bem um novo ciclo necessitemos de uma nova ordem nas coisas, em uma tentativa de deixar o velho para trás e saudar o novo.

Mas para que se estabeleça o novo é necessária alguma confusão. Toda “arrumação” é precedida de uma desorganização geral para que se possam colocar as coisas em seus devidos lugares. Quem faz uma faxina em regra sabe como é isso. E, na verdade, esse princípio segue o mesmo esquema do universo, onde caos e ordem se sucedem estabelecendo ciclos encadeados. O I Ching trata muito bem dessa questão.

Para o “Livro das Mutações”, tudo se move em ciclos contínuos que se sucedem infinitamente. Isso aparece já de forma evidente no Taiji Tu, o diagrama do Yin/Yang que vemos muito estampando camisetas e objetos. Nele notamos que o Yang cresce até atingir um máximo, iniciando seu processo de declínio enquanto o Yin começa a ascender até o seu máximo, seguido pelo seu próprio declínio e assim por diante, sucessivamente.

Da mesma forma, os 64 hexagramas do I Ching formam um grande ciclo que possui duas ordenações mais utilizadas: a do Céu Anterior (ou de Fu Xi), seguindo a ordem da matemática binária desenvolvida pelo matemático Shao Yong (1011–1077), e a do Céu Posterior (ou do Rei Wen), seguindo a lógica dos opostos. O I Ching que costumamos utilizar e que pode ser encontrado nas livrarias utiliza o segundo tipo de ordem e é a ele que vamos nos referir de agora em diante.

Antes de prosseguirmos é necessário definir um conceito do I Ching que será importante para a ideia que vamos desenvolver: a “linha correta”.

Os hexagramas do I Ching sempre são lidos de baixo para cima, onde a posição “do pé” é a posição 1, a próxima é a posição 2 e assim por diante. A primeira posição, que é ímpar, é por definição uma posição “Yang”; a segunda posição, que é par, é “Yin”; a ter-

ceira posição, que é ímpar, é “Yang”, e assim por diante. Posições ímpares são Yang e posições pares são Yin. Quando temos uma linha inteira (que representa o Yang) em uma posição ímpar (também Yang), dizemos que é uma “linha correta”, o mesmo valendo para uma linha quebrada (Yin) em uma posição par (Yin). Se tiver uma linha Yin em uma posição Yang ou vice-versa dizemos que se trata de uma linha “incorreta”. Isso é muito importante para a interpretação geral do hexagrama. Isso posto, prossigamos.

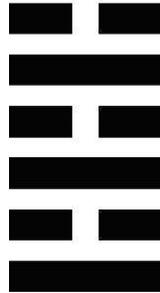
INCORRETA		6 YIN
INCORRETA		5 YANG
INCORRETA		4 YIN
CORRETA		3 YANG
CORRETA		2 YIN
CORRETA		1 YANG

Como dissemos anteriormente, a sequência dos hexagramas é cíclica sendo que o último hexagrama deve ser sucedido pelo primeiro, começando o novo ciclo. Mas aqui surge algo curioso: o nome do último hexagrama é “Antes da Conclusão”. Muitos se perguntam como pode o último hexagrama estar antes da conclusão. A confusão aumenta quando vemos que o penúltimo hexagrama é o “Depois da Conclusão”. Então você tem o “depois” na frente do “antes”, mas nenhuma conclusão em si. Complicados esses chineses!

Resta-nos ainda falar sobre caos e ordem, já que está no título deste artigo. Não ficarei divagando sobre os vários sentidos, ocultos ou não, do termo “caos”. Você pode ter acesso a todas as ideias possíveis sobre o assunto, portanto me restringirei ao pensamento chinês. “Caos” representa a desordem de um sistema antes de ser ordenado devidamente, quando sobrevém o que chamamos de “ordem”. Não é uma bagunça completa sem propósito nem uma “zona” total. Estabelecer a ordem não implica

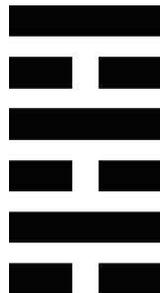
em retirar ou acrescentar nada, mas em ordenar o que já existe. Então dentro do caos já existem presentes todos os elementos do sistema, faltando apenas ordená-los.

Como falamos, o nome do último hexagrama (64) é “Antes da Conclusão” e o penúltimo hexagrama (63) é o “Depois da Conclusão”. Se analisarmos as linhas componentes veremos que o Hexagrama 63 possui todas as linhas corretas! Isso mostra que a ordem se estabeleceu por completo no sistema. Então podemos ver a sequência desses 63 hexagramas (1 a 63) como se fossem os movimentos para resolver um cubo mágico até chegar à ordem final.



Hexagrama 63

Mas falta um último hexagrama, que possui todas as linhas incorretas (!). Ele simboliza o caos que se estabelece no sistema gerando um novo ciclo de 63 hexagramas. Quando você termina um cubo mágico você o guarda na prateleira, orgulhoso, ou mistura tudo e começa novamente? O universo funciona do mesmo modo, pois não existe a perfeição total, a ordem absoluta e definitiva. Ao atingir o ápice há o declínio, como mostra o Taiji Tu. O Yang ao atingir o ápice começa a se tornar Yin e vice-versa. Quando a ordem é alcançada ocorre o caos e o ciclo se reinicia.



Hexagrama 64

Isso também explica o porquê de não haver uma “conclusão”, já que conclusão significa término, fim, e os ciclos se alternam indefinidamente. Os acontecimentos fluem constantemente na correnteza do tempo, sem interrupção ou final.

Agora já sabe por que você arruma a casa no final do ano e um ano depois está tudo desordenado novamente. A culpa é do universo.



**Gilberto Antônio Silva** é Parapsicólogo, Terapeuta e Jornalista. Como Taoista, é um dos mais importantes pesquisadores e divulgadores no Brasil dessa fantástica cultura chinesa através de cursos, palestras e artigos. É autor de 14 livros, a maioria sobre cultura oriental e Taoismo. Sites: [www.taoismo.org](http://www.taoismo.org) e [www.laoshan.com.br](http://www.laoshan.com.br)

Taoismo.org

Seu site de referência sobre Taoismo e artes taoistas

## CURSO DE MEDITAÇÃO TAOÍSTA

**EOMA - Escola Oriental de Massagem e Acupuntura**

**Toda quarta-feira, das 19 às 20:45h.**

O ciclo básico pretende introduzir os centros de energia principais, da linhagem do Mestre Liu Pai Lin. A duração deste ciclo é de um ano. Serão ensinadas diversas práticas de circulação energética de micro e macro-cosmo além de inúmeras outras de integração com o Universo.

**Investimento:** R\$250,00/mês mais apostila e matrícula de R\$40,00.

**Ministrante:** Prof. César Silva (Lin Chien Tsé), discípulo do Mestre Liu Pai Lin e do Mestre Wang Te Chong, estudou por quinze anos a Ciência e a Cultura Oriental, o Taoísmo, o Tai Chi (Tao Gong Chuan), Espada Tai Chi, Pá Kuá, Tao In, I Ching, Twei Shou, a Meditação Ativa, o Chi Kung com o primeiro Mestre; o Hsing Yi Chuan, o Tai Chi, o Pa Kuá, a Espada, o I Chuan e o Chi Kung com o segundo.

**Informações e inscrições:**  
Tel 2577-1080 com a secretaria da Eoma.

EOMA - Av. Diederichsen, 1000  
Vila Guarani- São Paulo/SP  
( próx. Metrô Conceição)



# Curiosidades Culinárias da China

Com uma história riquíssima, a culinária chinesa é algo de muito especial. A comida é colocada no centro da mesa e utilizada também como ornamentação, ao invés de flores, por exemplo. Utiliza-se conversar à mesa sobre a própria comida servida, comentando suas sutilezas de textura, cor e sabor. É uma ocasião fraternal, de compartilhamento. Ao se comer não é necessário esvaziar os pratos: a refeição é para ser apreciada e não “empanturrada”.



Freeimages.com/Nathalie Dulex

## Palitos - Kuaizi

- Na Dinastia Zhou eram conhecidos como “Zhu”, que significa “parar”. Mas como essa palavra era tabu em navios, foi alterada para “Kuai” (“rápido”), depois acrescido de “Zi”, sufixo utilizado em muitos utensílios comuns (beizi-copo, shaozi-colher, zhuozi-mesa).
- As crianças mostram sua independência quando começam a comer com os kuaizi e deixam de usar colheres.
- Antigamente os nobres usavam kuaizi folheados em prata. A prata reagia com diversos tipos de venenos, mudando sua coloração.
- Não se pode usar o kuaizi para “revirar” o prato à procura de algo em especial. Os pratos não devem ter sua aparência estragada.
- A refeição começa quando o anfitrião coloca seus kuaizi em cima da tigela de arroz ou apontando para um determinado prato.
- Ao terminar a refeição, colocam-se os kuaizi paralelos em cima da tigela.
- É falta de educação apontar os kuaizi para alguém (o mesmo com facas, garfos, etc...)

## Peneira de Bambu

Usada para cozinhar com vapor, desde legumes até bolinhos. Colocam-se as peneiras (apenas uma ou uma pilha) sobre uma wok com água fervente e tampa-se. Pode-se servir diretamente na mesa.



## Molho de Soja

O molho de soja fica na mesa, habitualmente acompanhado de um frasco de vinagre, com o qual pode ser confundido. Não se coloca molho de soja no arroz; este deve ser aromatizado com os demais pratos. O molho pode ser usado em pratos frios e sopas, mas em pequenas doses. Os sabores são equilibrados pelo cozinheiro, de modo que um prato pouco temperado seja comido com outro bem condimentado.

## Wok

Panela cônica muito utilizada na cozinha chinesa. Possibilita rápido cozimento com menos gasto de energia.



CC-BY-SA-4.0-George71dbc

## Cutelo Chinês

O famoso cutelo utilizado por cozinheiros chineses é imprescindível. Usado com rara habilidade, pode cortar, trincar, fatiar e fazer praticamente qualquer tipo de atividade na cozinha



## Colher

A colher tem uma história multi-milenar na China, que a utilizava centenas de anos antes dos europeus. Embora seja usada mais por crianças, muitos chineses preferem comer com colheres. Esse utensílio é utilizado normalmente para se servir de pratos coletivos ou para comer pratos aquosos.



## Tigelas

As tigelas utilizadas nas refeições chinesas tem o tamanho adequado para caber na mão. Normalmente em casas chinesas se come primeiro o arroz e outros pratos e depois a sopa. Isso ocorre porque não se deve ter uma tigela com restos de arroz. É normal colocar a tigela diretamente na boca e sorver o arroz com ajuda dos kuaizi. Nunca se deve colocar a tigela na palma da mão, mas segurá-la com os dedos embaixo e o polegar na sua borda.

Entre nessa  
Campanha!



<http://www.facebook.com/ENAPEA>

*Tai Chi Pai Lin e Chi Kung*

*Meditação Taoísta*

*I Ching taoísta*

*Consultas de orientação pessoal*



Prof. Antonio Moreira  
Discípulo do Mestre  
Liu Pai Lin

[contato@antoniomoreira.pro.br](mailto:contato@antoniomoreira.pro.br)

[www.antoniomoreira.pro.br](http://www.antoniomoreira.pro.br)

Sucesso  
Absoluto!

+ de 70.000  
downloads  
efetuados!

## O livro que complementa seus estudos

### Os Caminhos do TAOISMO

道家



Gilberto Antônio Silva

### O mais completo panorama do Taoismo já publicado no Brasil

Escrito em linguagem simples e acessível por um taoísta com mais de 35 anos de estudos. Conheça a história, os Mestres, os livros e as técnicas e práticas desta cultura milenar. Desvende 3.000 anos de desenvolvimento, de conceitos filosóficos a práticas religiosas.

Esta obra abrange todo o universo da cultura Taoísta, a mais influente dentro da cultura chinesa e que moldou o pensamento oriental por milênios. Uma visão de conjunto inédita no Brasil que irá ampliar seus horizontes e enriquecer seus conhecimentos.

Um material para principiantes que desejam saber mais sobre o Taoismo e referência obrigatória para praticantes experientes de suas várias artes. Este livro aborda, entre outros temas:

- História da China e do Taoismo
- Principais livros e Mestres
- As principais tradições Taoístas
- Conceitos fundamentais como Tao, Te, Qi, Wuwei, Trigramas e Hexagramas
- Práticas taoístas como Medicina Chinesa, Qigong, Artes Marciais, Meditação, Alimentação e Feng Shui
- O Taoismo como religião e suas práticas
- A espiritualidade taoísta, reencarnação e o mundo invisível
- Mediunidade taoísta

330 páginas!  
Ilustrado!

Edição impressa: R\$ 40,00

Edição digital: **GRATUITA**

Faça seu download em

[www.taoismo.org](http://www.taoismo.org)

Leia e compartilhe! Envie aos seus amigos, colegas, alunos e clientes, disponibilize em seu site. Colabore com a divulgação do Taoismo.

Se você leu esse livro, mande sua opinião para nós: [contato@laoshan.com.br](mailto:contato@laoshan.com.br)