



Sobre Budô

1. Budo o caminho do guerreiro
2. O caminho espiritual do kempo
3. Técnicas de meditação
4. Tai Chi chuan, Yoga e medicina alternativa
5. **Livros**

5. Livros

1. O Tao Te King
2. O Gorin-no-sho
3. O Tengu-geijutsu-ron

O treino de artes marciais não se restringe a meramente aprender socos e chutes e atreinar o físico. Muito mais importante que o físico é a parte mental do aluno. E alunos todos nós sempre seremos, mesmo quando formos denominados de mestres, sempre seremos alunos.

Uma das melhores formas de desenvolver o espírito e a mente é estudar os grandes filósofos e seus ensinamentos. Tantos os filósofos orientais que nem Lao Tse, Sun Tzu, com ocidentais que nem Platô, Anaximander, Leibnitz, Nietzsche, Spinoza, e muitos outros; tanto os grandes da literatura cristã como do Sufismo, que nem Al Rumi e Tagore.

Ler e exercitar a mente, é mil vezes mais importante do que somente exercitar os músculos.

1. O TAO TE KING:

Uma história sobre o Tao Te King

Aqueles que falam não sabem;

Aqueles que sabem, não falam;

Isto nos explica Lao Tse.

Devemos acreditar que ele era mesmo um sábio?

Então, como pode ser que ele escreveu nada menos

do que cinco mil palavras?

P'o Chui, um dos mais famosos poetas da dinastia T'ang, no nono século, escreveu este humorístico comentário.

Eu acho que o próprio Lao Tse teria rido e confirmado, e depois teria perguntado: "De qual sábio estão falando?"

Quem é esse Lao Tse que você chamam de sábio?"

Ninguém sabe com certeza quem Lao Tse foi ou se ele de fato existiu. Ninguém sabe quem escreveu o Tao Te King:

Uns acreditam que o Tao Te King é uma mixórdia de ditados e ensinamentos juntados durante o tempo.

Outros acreditam que Lao Tse foi um sábio que vivia viajando de uma cidade para a outra cavalgando um búfalo.

A única coisa que sabemos é que o nome Lao Tse provavelmente significa Homem Velho. Homem velho como sinônimo de homem sábio.

O que se sabe é que existiu um grande mestre, que provavelmente foi chamado de Lao Tse, pelos chineses também chamados de Lao Dan, cujo sobrenome era Li. Ele nasceu no ano 604 a. C. na aldeia Ku-jen no norte do estado Tchu.

Trabalhou muito tempo no templo do rei Dchou como escrivão e arquivarão. Quando e a onde morreu, ninguém sabe. Seu aluno Dchung Dse diz que morreu rodeado de seus alunos.



O Tao Te King foi originalmente denominado de Huang Lau Yen, que significa: as palavras de Huang Di e de Lau Dse. Acredita-se que Huang Di foi o legendário soberano da Antigüidade que viveu durante a época do bronze.

Como você pode ver, quem realmente escreveu o Tao Te King, ninguém sabe com certeza.

O que nós sabemos com certeza é que o Tao Te King existe. Sabedoria não muda se o autor muda. É irrelevante quem escreveu o Tao Te King, o importante é que ele foi escrito. O livro

do Tao e o livro do Te são uma composição de cinco mil palavras cheias de sabedoria que têm como objetivo mudar e transforma a personalidade e o caráter de quem as lê.

Eu pessoalmente acredito, que há muito tempo atrás, existiu um homem sábio que todos chamavam de 'o Velho' (o mestre). Esse tal de Lao Tse teve alunos e de fato escreveu vários textos e versos que deram a origem ao primeiro manuscrito do Tao Te King. A esse primeiro manuscrito foram adicionados outros versos e textos já existentes, escritos por grandes sábios da Antigüidade. Com o passar do tempo, tais textos, conforme o escrivão, mudaram um pouco e foram acrescentados por outros textos mais velhos e outros mais recentes.

Esta mistura de textos que hoje conhecemos como Tao Te King é uma mixórdia de sabedorias de mais de 4000 anos de cultura chinesa.

O ser muda, e mudando, também se muda a compreensão do Tao. O mundo está em constante transmutação. Conforme nas nos mudamos e conforme o mundo se mudar, nossa interpretação do mundo irá se mudar. O mundo é que nem um espelho, um espelho que irá somente refletir aquilo que nós somos capazes de reconhecer. Por isso os mestres sufis falam que cada história, lenda ou ensinamento tem sete níveis de interpretação. Conforme o estado mental e espiritual do leitor, este irá entender o mesmo ditado de uma ou outra forma.

O Tao Te King é uma forma de espelho, um espelho que nos permite a nos próprios reconhecer. Olhando nele, aprendemos, pouco a pouco, a desfazer as máscaras que constantemente usamos, assim aprendendo a ser espontâneo. Olhando no espelho, podemos reconhecer que você é eu e eu sou você.

O Tao Te King não é um livro de regras que se deve seguir cegamente. Quem o segue cegamente faz dele um dogma. Quem o critica cegamente não tira proveito dele. Por isso, certos textos ou somente certas partes de textos lhe irão agradar, já outros não. Tire o seu proveito, e não o proveito que uma outra pessoa pensa que você tenha que tirar ao ler o livro. E não se assuste quando daqui a alguns meses ou anos você de repente interpretar um mesmo texto completamente diferente. Isso é um belo sinal que você está vivo, um sinal que você está se mudando. Só não muda o que está morto.

O mundo é repleto de gente nos tentando dizer como devemos ver o mundo. O Tao Te King nos tenta ensinar, que nós devemos ver o mundo do nosso jeito e não através dos óculos do vizinho ou da fulana do lado e muito menos, através dos óculos do Tao Te King. Para você existe somente uma verdade, a sua verdade. E essa verdade é somente válida para você.

2. O GORIN-NO-SHO

Os cinco anéis

Esta é a obra prima de Miyamoto Musashi (1584 1645), o legendário samurai (roni) japonês que aos trinta anos de idade já tinha lutado 60 vezes e em todas vezes matado seus oponentes.

Se Miyamoto Musashi realmente escreveu este livro desta forma ou se o livro foi criado de textos separados escritos por ele, ninguém sabe. Mas isso não é importante. O importante é que nós temos hoje a oportunidade de poder ler o que ele escreveu.

Musashi nomeia o seu livro os cinco anéis. Os cinco anéis representam as cinco escolas que na época existiam, que por sua vez representavam os cinco elementos. Cada elemento representa um arquétipo, uma forma de pensar e agir.

A terra é mais sedentária e procura a estabilidade. Aqui ela representa a escola dele.

A água é mais flexível e fútil e representa a escola Niten-ichiryû.

O fogo é explosivo e agressivo e representa a escola Nitô de seu mestre.

O vento é veloz e irritado. Aqui ele critica as escolas que usam espadas muito longas.

E o vazio, o nada, a essência de todos os caminhos. Musashi denomina o vazio de: o caminho.



Miamoto Musashi

Musashi fala que é importante conhecer todos os caminhos para poder entender o caminho dele. Ele fala que a escola dele não conhece o assim dito o começo e também não tem os assim ditos conhecimentos profundos e posturas secretas. O importante é que a mente e o espírito agem da forma certa e correta.

Musashi fala que ele ensina a seus alunos o que cada um é capaz de aprender no momento, ele trata cada aluno individualmente deixando cada um se desenvolver conforme sua própria natureza.

No livro da água Musashi nos fala que em todas as formas de Haitô o mais importante é manter sua postura também no dia a dia. O importante é que o samurai tenha a mesma postura no dia a dia como na batalha.

Manter a postura não significa fingir por um tempo uma postura, andar de um certo modo, imitar um astro de cinema ou seguir cegamente alguns ditados escritos. A postura é a filosofia de vida, a ética, o estado de consciência do samurai. E essa postura tem que ser sincera.

O meu objetivo não é traduzir a obra de Musashi e sim incentivar o leitor (a) a ler tal obra. È interessante notar a semelhança de pensamentos no Tao Te King, no Gorin-no-sho e no Tengu-geijutsu-ron. Em todos os três livros a base é o Wu Wei: o não ser. È só se esquecendo que se pode tornar o todo. E é através da meditação que adquirimos este estado. O treino de Kempo e de Kobujutsu (com armas) nos facilita entender, treinar e vivenciar este estado.

3. O TENGU-GEIJUTSU-RON

O livro sobre a arte dos Tengu (demônios das montanhas) de lutar com a espada.

O Tengu-geijutsu-ron foi escrito pelo mestre espadachim Shissai Chozan em 1729. Existem vários outros livros sobre o uso da espada que nem o livro Fudochi Shinmyo-roku de Takuan Soho. Mas o que faz este livro ser assim tão valioso é a sua grande quantidade de alegorismos e metáforas e comparações fazendo a obra ser muito pitoresca possibilitando ao leitor e aluno (DESHI) entender melhor seus ensinamentos.

A base destes ensinamentos é o desapego, o WU WEI. O não ser. Somente sendo nada e se desapegando do eu (ego) é que o guerreiro pode deixar de se preocupar com si mesmo, se esquecer e agir conforme tem que agir.

Os ensinamentos de Shissai se resumem:

1. Um bom espadachim tem que treinar tanto o aperfeiçoamento das técnicas e golpes, como o desenvolvimento de seu espírito.
2. A grandeza interna (espiritual) se amostra na simplicidade do coração. Suas reações têm que ser que nem as imagens de um espelho. Ele tem que aprender a agir em vez de meramente reagir.
3. Só se esquecendo que se é capaz de agir. É a harmonia entre corpo, mente e espírito.
4. Agora a perfeição no manuseio da espada só tem valor se ela estiver ancorada a valores éticos e respeitar as leis cósmicas.

O objetivo deste capítulo não é traduzir este maravilhoso texto e sim incentivar o aluno a lê-lo. Portanto irei me restringir a citar somente uma pequena passagem do capítulo IV:

Um aluno pergunta: „Existem várias escolas que usam diferentes formas de lanças, lanças com laminas restas, laminas cruzadas, com ganchos, laminas escondidas num tubo, e muitas mais. Qual destas armas é a melhor?"

E o mestre responde: „Que pergunta boba! A melhor arma é a lança com a qual se perfura. Só que o que faz você perfurar não é a forma da lança e sim o teu EU. Tanto faz que tipo de lamina se usa, o aluno deve tentar entender os ensinamentos dos velhos mestres e das diferentes escolas e captar as vantagens de cada uma das armas, e através de seu manuseio e treino adquirir a sua liberdade pessoal (o desapego).

Tanto faz que tipo de laminas eu usar, o importante é se dedicar a aprender as técnicas e entender as suas vantagens para adquirir através do manuseio a sua liberdade.

Mesmo se alguém treinar todos os sistemas, este se sentirá mais confortável usando a arma com a qual começou a treinar do que com uma outra. Mas se persistir treinando e aprendendo este irá se próprio encontrar e aí tanto faz se ele tiver um cajado na mão ou uma lança.

Existem escolas que ensinam as vantagens e desvantagens de cada lamina se concentrando no manuseio e nas técnicas. Eu por minha vez ensino aos meus alunos uma outra arma, arma do próprio EU. Porque, quem não entendeu isto, não faz sentido carregar uma arma.



É um erro somente pensar que a lança reta quando perfura se torna inútil e que a lança com gancho só serve para prender outras lanças. Quem assim pensa acaba fazendo o erro de um principiante.

Este é um pequeno extrato do livro e eu espero ter esclarecido ao leitor o imenso valor deste livro para todos que praticam Kempo. O que foi dito aqui para as lanças é válido para qualquer situação da vida. Uma arma é meramente o prolongamento do braço e nunca deve existir a parte. Não importa a arma, o que é importante é o entendimento dos princípios dos movimentos e o estado mental/espiritual do guerreiro. O autor continua no mesmo capítulo a explicar como se consegue concentrar o Ki. Mais adiante ele cita o ensinamento Zen Budistas para evitar o medo. Ele fala que os monges Zen concentram a energia no beco (Tan Tien) contraindo o mesmo. Desta forma a energia não dissipa, podendo ser retida para fortalecer o corpo e a mente impedindo o medo.