

## *T'ai-chi Chuan* Pai Lin na UFPB

GUEDES<sup>1</sup>, Fabio Lucio Antunes  
XAVIER<sup>2</sup>, Fábio S.  
SATOMI<sup>3</sup>, Alice Lumi

**RESUMO:** O foco da presente exposição é o *T'ai-chi Chuan*, uma das atividades do “Projeto Cultura Oriental: práticas musicais, linguísticas e psicossomáticas”. O estilo Liu Pai Lin, introduzido no Brasil, na década de 1970, vem sendo praticado, ininterruptamente, desde 1991, em João Pessoa. Nesta, a prática dessa técnica milenar chinesa tem atraído o interesse de profissionais e de estudantes acadêmicos de diversas áreas. O *T'ai-chi* tem ganhado espaço no ocidente, quando se busca o bem estar emocional através do exercício físico, ou seja, o equilíbrio psicossomático corporeamente-espírito humano, como forma de atenuar e esvaziar da velocidade e das tensões do cotidiano contemporâneo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Medicina chinesa. Conhecimento tradicional. Cultura oriental

### INTRODUÇÃO

O presente resumo apresenta a definição, objetivos e benefícios do *T'ai-chi-chuan*, situando sua concepção e adoção no ocidente e seus primeiros e renomados adeptos da esfera científica. Localiza também os antecedentes, o surgimento e manutenção do estilo Pai Lin no Brasil e na Paraíba, respectivamente, através da Associação Brasileira e do Projeto Cultura Oriental.

### DESENVOLVIMENTO

O *T'ai-chi-chuan* é uma prática corporal que consiste de uma medida profilática da medicina chinesa. Ela é conhecida no ocidente como a “Arte da meditação em movimento” ou também é interpretada dentro do campo da “terapia psicossomática” (Despeux, 1987). Seus movimentos harmoniosos são inspirados em gestuais da arte marcial que, por sua vez, reproduzem e proporcionam a leveza, destreza e equilíbrio dos animais, das plantas, da natureza e do cosmos. O estilo Tao gong da escola Pai Lin enfatiza a prática com um modo de reaproximação do ser humano, em sua essência, com a natureza.

A prática aguça a sensibilização, consciência e percepção do corpo como unidade física, mental e emocional, fortalecendo o sistema imunológico e recuperando a flexibilidade original dos tendões, músculos e ligamentos, bem como a força criativa e a intuição. Outros benefícios do *T'ai chi* agem no funcionamento dos aparelhos respiratório e digestivo, do sistema cardiovascular, nervoso central, linfático e ósseo, devolvendo a flexibilidade original dos tendões, músculos e

---

<sup>1</sup> Aluno do Programa de Pós-Graduação em antropologia do CCHLA. Extensionista voluntario [fabioloki@gmail.com](mailto:fabioloki@gmail.com)

<sup>2</sup> Curso Sequencial de Música do CCTA. Discente bolsista [falomusic@gmail.com](mailto:falomusic@gmail.com)

<sup>3</sup> Depto. de Música do CCTA [alicelumi@gmail.com](mailto:alicelumi@gmail.com)

ligamentos. Aparentemente suave. pela circularidade e lentidão dos movimentos, em verdade, favorece um profundo massagear “de dentro para fora” e um verdadeiro bem estar.

A abertura para a experiência psicossomática que a prática do *T'ai-chi Chuan* proporciona à coletividade de alunos, indivíduos de corpo e alma envolvem-se em movimentação leve, mas com muita concentração. “*T'ai Chi*” não para, sempre se move, está em constante movimentação muito embora nem sempre aparente, argumenta Alice Lumi.

Provenientes de diferentes tradições (áreas) do conhecimento, diferentes pontos de vista são mobilizados enquanto a prática faz despertar mente, corpo e espírito, e uma reconexão com a Natureza e o *T'ai-chi* do universo.

No projeto Cultura Oriental, apresentam-se os seguintes objetivos específicos do *T'ai-chi Chuan*: sensibilizar e ampliar a consciência e a própria percepção do corpo enquanto unidade física, mental e emocional. O fortalecimento e do sistema imunológico, indicado por muitos médicos e psicólogos conscientes da saúde preventiva alcançada pelo *T'ai-chi chuan* – bem como a práticas tradicionais milenares.

A adoção do *T'ai-chi Chuan* no mundo ocidental é historicamente remetida à Richard Wilhelm, depois de anos como missionário protestante na China no início do século XX. Tornado estudioso e tradutor da filosofia chinesa, ele dedica uma tradução a Carl Gustav Jung, eminente psicólogo suíço, recebe, em mãos, textos da alquimia chinesa – O Segredo da Flor de Ouro. (HEMSI, 2000, p. 4).

A dualidade taoísta é tema do estudo de Joseph Campbell e Carl Gustav Jung. Para Joseph Campbell, o pensamento em termos opostos é inevitável, pois “essa é a natureza da nossa experiência da realidade” (HEMSI, 2000, p. 8). Jung, profundo conhecedor das condições psicanalíticas humanas, consagra-se enquanto grande pesquisador da simbologia (símbolos e signos) presente na comunicação histórica humana, muito em fruto do estudo do *I-Ching* (uma espécie de oráculo da sorte chinês).

A tradução que Jung faz, para o campo da psicologia, repercute em toda a estrutura definidora da unidade humana. Originariamente estruturada enquanto “sub-consciente” para Freud, Jung tratar de expandir o conceito resignificando - o enquanto inconsciente,

Se compreendemos o Tao como método ou caminho consciente, que deve unir o separado, estaremos bem próximos do conteúdo psicológico do conceito. De qualquer modo, a separação de consciência e vida poderá ser perfeitamente compreendida segundo o que descrevi acima: como extravio

ou desenraizamento da consciência. Trata-se também, sem dúvida, da questão de conscientizar os opostos da “conversão” para uma reunificação com as leis inconscientes da vida. A meta dessa unificação é a obtenção da vida consciente, ou, como dizem os chineses: a realização do Tao (JUNG, 1988 – JUNG E WILHELM: O segredo da flor de Ouro)

O *T'ai-chi chuan* praticado por nós, em terras paraibanas trata-se, pois, de uma linha dentro dessa arte milenar chinesa, até então, inicialmente apresentadas. Sua origem confunde-se com a origem da própria etnia chinesa.

Catherine Despeaux, autora referência de livros essenciais nessa etnografia da cultura oriental chinesa, relata a existência de lendas de origem do *T'ai-chi chuan*, e constrói amplo conhecimento da cultura taoísta tradicional chinesa (DESPEUX, 1987).

No Brasil, o trabalho de Albert Groschi Hemsí (2000) traz um histórico da prática trazida por mestre Liu Pai Lin: “O Mestre chegou ao Brasil em 1975 e difundiu as práticas do estilo Dao Gong (Trabalho do Dao), que treinam a raiz energética do corpo e evidenciam a integração do Homen com a Natureza.” (HEMSI, 2000, p. 9)

*Tai-chi* Pai Lin é o conjunto de práticas milenares taoístas para a saúde, fundamentado no movimento e a serenidade, transmitidos direta e oralmente pelo mestre Liu Pai Lin aos seus discípulos, destacando Jerusha Chang. Ela foi assistente e intérprete do Mestre Liu, nos seus últimos 23 anos de vida, é a continuadora dessa transmissão, sendo a atual presidente vitalícia da Associação *Tai-chi* Pai Lin, fundada em 1991. O conhecimento e a experiência de vida do mestre Liu vai sendo cumulativamente realizado enquanto precioso acervo da cultura tradicional chinesa e perpetua-se entre os aprendizes de uma técnica por todo o mundo. Entre os anos de 1977 a 2000, mestre Liu Pain Lin dedicou-se integralmente na passagem de seu conhecimento, que inclui sua vivência na Guerra Sino-Japonesa, durante a II Guerra Mundial, e ensina:

**Tai-chi**, movimentação natural para a saúde, **Tui-na**, massagem chinesa para a vitalidade, e **Tao-in**, meditação taoísta para a serenidade, são os três aspectos desse treinamento de energia vital, são formas diferentes que seguem o mesmo princípio: a união yin e yang, harmonizando o corpo e o espírito, o ser humano e a natureza.

Durante a prática, realizada rotineiramente, são feitas constantes associações para com elementos da natureza. Tigres, pássaros, macacos e garças são mobilizados à medida em que leva o praticante à meditação em movimento. Fauna e flora compõe o cenário, ao mesmo tempo que mulheres com leque, ganchos e socos não deixam de evidenciar a simbologia camponesa e de auto-defesa.

Praticado como uma forma de treinamento da natureza aplicado no movimento circular da energia vital, busca-se estados de consciência onde o “equilíbrio, a paz e a saúde” são trazidos à

oralidade. Os exercícios básicos são fáceis de aprender e tornam-se complexos, na medida em que o praticante torna-se mais experiente.

Uma grande escola perpetua-se na cidade de São Paulo, o Instituto Liu Pai Lin. Construído na forma de cursos, teorias e práticas que são realizadas em prol da livre circulação da energia vital pelos “centros” e “meridianos” do corpo humano. Fundamentada na milenar sabedoria taoísta promove a união interior e a serenidade do espírito. Antecipando, portanto, limiares epistemológicos científicos, como apontam reflexões sobre o caso da acupuntura, no âmbito de sua legitimação científica e médica, no Brasil e no mundo.

A busca por uma conexão energética com os “Ciclos de vida da natureza” faz da prática, como um todo, um movimento único e fluido, que se inicia e termina sob a forma integrativa conhecida como “Integração céu-terra-homem”.

As práticas, da herança deixada pelo mestre Liu Pai Lin chegam à Paraíba através da professora Dra Alice Lumi Satomi. Professora do departamento de Educação Musical, que leciona também no Programa de Pós-Graduação em Música, especialmente, na etnomusicologia.

Estudiosa do universo cultural nipônico-brasileiro, realiza sua etnomusicologia localmente, trazendo, de corpo e música, o espírito oriental tão raro na Paraíba.

A cidade de João Pessoa, despontando enquanto extremo oriental da América, é orgulho de quem se identifica com o universo cultural provindo do Oriente.

## **METODOLOGIA**

O Tai Chi Chuan pode ser em pé, deitado e sentado, e cada prática tem por tradicionalidade finalizar com a execução da Forma.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

As práticas revelaram-se construidoras de uma comunidade social seguidora e admiradora dos conhecimentos trazidos por Alice Lumi. O aproveitamento tem continuidade com a formação de praticantes multiplicadores das técnicas ensinadas, especialmente monitores que auxiliem na prática ensinada.

Interessante também, o aproveitamento em retorno obtido através do contato com alunos provenientes de múltiplas áreas do conhecimento, como Antropologia, Dança, Filosofia, História, Teatro. Além de pessoas provenientes de diferentes regiões da cidade, que participam da atividade

rotineira.

Buscando expressão que concatene a prática do T'ai Chi Chuan, os alunos parecerem receber o aprendizado da prática taoísta de maneira integral e demonstram interesse teórico sobre taoísmo e o conhecimento oriental.

## **REFERÊNCIAS**

DESPEUX, Catherine [1981]. Tai-chi Chuan-Arte Marcial, Técnica Da Longa Vida. Editora Pensamento, 1994.

HEMSI, Albert Rogers. Taiji quan e Educação: trajetórias de alunos-professores da Escola Pai Lin. Faculdade de Educação. Universidade de São Paulo, 2000.

WILHELM, Richard et JUNG, C. G. O segredo da flor de ouro. Petrópolis: Vozes, 1996.