



Ministério da Educação – Brasil
Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM
Minas Gerais – Brasil
Revista Vozes dos Vales: Publicações Acadêmicas
Reg.: 120.2.095 – 2011 – UFVJM
ISSN: 2238-6424
QUALIS/CAPES – LATINDEX
Nº. 07 – Ano IV – 05/2015
<http://www.ufvjm.edu.br/vozes>

Autoconhecimento e alguns princípios do budismo, confucionismo e daoísmo nas artes marciais chinesas¹

Prof. Dr. Gilbert de Oliveira Santos

Doutorado em Educação pela Universidade Estadual de Campinas -
UNICAMP - Brasil

Professor Adjunto do Departamento de Educação Física da Universidade Federal
dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri - UFVJM - Diamantina - MG - Brasil

<http://lattes.cnpq.br/3220930163615892>

E-mail: gilbert.santos@ufvjm.edu.br

Resumo: As artes marciais chinesas possuem uma gama diversificada de princípios que alicerçam a sua prática. É provável que nenhuma outra arte marcial presente, de maneira tão potente, aspectos que transitam em diferentes dimensões do conhecimento, passando pela arte, medicina, pensamento, espiritualidade e autoconhecimento. Nesse trabalho, faremos uma apresentação a respeito do autoconhecimento e alguns princípios do pensamento chinês presentes nesta técnica. Tais princípios possibilitam lidar com o desafio da marcialidade de maneira instigante e desafiadora, deslocando o caráter destrutivo presente no gesto marcial em direção à sua dimensão subjetiva e filosófica. Tal deslocamento, quando reconhecido na prática do gesto, potencializa a reflexão da própria existência e a condução consciente nas ações cotidianas.

Palavras-Chave: Artes Marciais Chinesas; Autoconhecimento; Pensamento Chinês.

¹ Este trabalho baseia-se na tese de doutorado “Uma interpretação das artes guerreiras chinesas”, defendida em 04/10/2013 na Faculdade de Educação da Unicamp, sob orientação da Profª Drª Eliana Ayoub.

Introdução

Árēs, filho de Zeus e Hera, é conhecido como Deus da guerra no panteão grego. Na tradição romana, por meio da fusão com outras divindades se tornou Marte, um dos mais admirados deuses do panteão romano (BULFINCH, 2000). Marte origina o termo marcial, que no contexto das técnicas corporais se refere ao aspecto combativo do gesto.

A marcialidade constitui uma especificidade central nas artes marciais, diferenciando-a de outras práticas corporais, tais como a ginástica, a dança e o esporte, mesmo que num primeiro olhar, tais práticas apresentem mais similitudes do que idiosincrasias. Assim, a origem e o desenvolvimento do gesto marcial pressupõem a ideia de um combate e isto amplia o desafio de lidar com as qualidades intrínsecas desse gesto.

Neste contexto, até que ponto as técnicas corporais marciais deveriam ser vivenciadas em sua plenitude, já que sua imprevisibilidade e perigo poderiam resultar na ocorrência de graves acidentes? Por isso, o estudo e a prática de uma arte marcial perpassa a necessidade de refletir a respeito das conseqüências destrutivas que podem surgir como resultado, além de buscar algo além da exclusividade marcial dos gestos.

No caso das artes marciais chinesas, igualmente conhecidas por wushu,² além do aspecto combativo, aponto quatro dimensões significativas do aprendizado dessa técnica. São elas:

- O autoconhecimento;
- O pensamento chinês;
- A arte do gesto;
- A saúde psicofísica;

² *Wǔshù* (武术) pode ser traduzido como arte marcial chinesa (LEE, 1997). O ideograma *wǔ* (武) é o que melhor resume na concepção chinesa tudo que se liga a arte de ataque e defesa. É constituído de dois signos: *zhǐ* (止) e *gē* (戈). *Gē* é arma e pictograficamente assemelha-se a um tipo de lança, sendo reconhecida como uma arma de ataque muito poderosa. O signo *zhǐ* pode significar parar, pés, caminhar, marchar ou agir, dando a ideia de ações de luta e guerra ou mesmo parar a guerra. Pictograficamente, *zhǐ* evolui de um retângulo que simbolizava um castelo e dos signos de pés que representam, por sua vez, caminhada ou marcha (HSUAN-AN, 2006). Combinando os dois signos, o significado de *wǔ* é 'marcial', 'militar'. Na língua moderna chinesa, arte é *yìshù* (艺术), sendo que *shù* (术) significa técnica, habilidade ou modo (HSUAN-AN, 2006).

É claro que a consolidação de tais dimensões pressupõem que o contexto de ensino e prática desta técnica dê acesso ao surgimento desses aspectos, o que nem sempre ocorre. O despreparo em lidar com o gesto marcial incentiva o excesso de esforço e a lógica da dor e do sacrifício, potencializando ocorrências de danos ao corpo e a saúde, já que uma ideia muito presente tanto para quem ensina como para quem aprende uma arte marcial é a de que se deve preparar o corpo não apenas para infligir dores, mas também para suportá-las.

Em outro trabalho publicado nesta mesma revista, apresentamos os princípios terapêuticos e artísticos das artes marciais chinesas.³ Nesta edição, pretendemos explorar e enfatizar duas outras dimensões importantes dessa técnica. São elas a dimensão do autoconhecimento e o sistema de pensamento chinês, sendo este último constituído pelo contexto cultural do qual se origina essa técnica. Sobre o pensamento chinês, iremos abordar de maneira introdutória e relacionada ao contexto das artes marciais, três linhas importantes que lhe constituem, ou seja, o budismo, o confucionismo e o daoísmo.

Chamo de pensamento chinês o conjunto de conhecimentos, conceitos, concepções e práticas relacionadas ao contexto histórico e cultural da China, uma vez que o termo filosofia foi cunhado na Grécia e, por isso, tradicionalmente costuma-se atribuir unicamente ao ocidente o berço e desenvolvimento do pensamento filosófico.⁴

Mesmo que muitas vezes omitido ou negligenciado, as artes marciais carregam consigo um sistema de valores para além da dimensão física de suas técnicas:

[...] o surgimento de uma arte marcial não depende somente da prática de certos movimentos e da capacidade de resistir a provações físicas. As artes marciais também têm um conteúdo intelectual e um sistema de valores; baseiam-se numa visão específica do universo e do lugar que o homem ocupa dentro dele (REID & CROUCHER, 1983, p.29).

³ SANTOS, Gilbert de Oliveira. Princípios terapêuticos e artísticos das artes marciais chinesas. *Revista científica vozes dos vales* (UFVJM), Diamantina-MG, nº. 06 – ano III – 10/2014. p.01-15.

⁴ Como se sabe, ou pelo menos se repete, desde Hegel: a filosofia nasceu na Grécia, ainda que o pensamento tenha aparecido antes em outro lugar, primeiramente na China, porque, fazendo emergir o princípio da liberdade, os gregos foram os primeiros a poder apreender o objeto em sua relação com o sujeito: em vez de continuar a se dissolver na substância universal, como faz o oriental, e deixar a consciência desaparecer nela, na Grécia o indivíduo se desprende dela e, repousando em si mesmo, posando de sujeito, empreende determinar a substância como objeto. (JULLIEN, 2000, p.71).

Portanto, para ser arte marcial é preciso haver um conjunto de saberes que precipitem-se sobre os sentidos e significados dos gestos que simulam um combate. A reflexão sobre este conjunto de saberes é necessária ou então, que tipo de guerreiro existe que não faz uso de sua inteligência para pensar a respeito das qualidades e conseqüências de sua capacidade de luta?

Também a dimensão do autoconhecimento se constitui como um guia que permite ao indivíduo se alinhar com suas origens e propósito de vida na conduta cotidiana. Ao vasculhar e refletir a respeito de sua natureza, o artista marcial possui maiores condições de identificar interiormente as reais motivações dos pensamentos, emoções e ações que pratica no mundo.

Em busca de si: o autoconhecimento através das artes marciais chinesas

Uma das oportunidades que o aprendizado de uma arte marcial possibilita se encontra na observação e compreensão das distintas possibilidades que há em cada um de nós. Esse processo pode ser representado pelo combate interior para o surgimento de uma nova dimensão do ser.

A senda das artes marciais possibilita colocar-nos diante de nós mesmos, para nos conhecermos um pouco mais, reconhecer os nossos limites e possibilidades: “Quem conhece os homens é inteligente, quem conhece a si mesmo é iluminado. Vencer os homens é ter força, quem vence a si mesmo é forte.” (Cherng, 2011, p.179). Por isso, uma proposição para o aprendizado de uma arte marcial é conhecer mais sobre si, pois o autoconhecimento promove a compreensão dos limites corporais e a tomada de consciência dos malefícios da instituição de um opositor que não seja você mesmo. A arte da guerra consiste em antecipar o conflito e evitá-lo e o sumo guerreiro é invencível porque não luta com coisa alguma, sua maior vitória é derrotar a mente na luta que acolhe no interior de si (UESHIBA, 2002).

A expressão de origem grega *conhece-te a ti mesmo* lembra-nos que também no pensamento ocidental foi chamada a atenção para a importância do conhecimento de si. Sentença atribuída a Tales de Mileto e gravada na cidade de Delfos, no templo de Apolo, o Deus grego da luz. Expressão que Sócrates irá utilizar como baliza para ensinar a arte de viver. Seu intuito era trazer à luz a verdade que

se encontra no interior do indivíduo. Assim, o conhecimento se dá por introspecção, por análise do interior de si, o que necessariamente perpassa a dimensão intuitiva do saber. Conhecer nessa lógica não é apenas o sentido lógico e racional, mas também perpassa a experiência emotiva, resultando em um nível de consciência mais elevado.

No contexto das artes marciais, se trata aqui de uma forma de usar o corpo não apenas para desenvolver aspectos físicos, mas de cultivar a consciência através de movimentos que potencializem o autoconhecimento por meio do contato consigo. Desse modo, evita-se a repetição mecânica e exaustiva do gesto sem a devida conscientização e o sacrifício corporal e a dor como aspecto necessário para o aprimoramento da técnica.

Consciência de si não significa deixar de aprimorar as capacidades físicas ou o espírito marcial, mas de aprender a conhecer e respeitar os ritmos que regem o funcionamento do corpo. Se trata aqui de desenvolver uma forma de cultivar a consciência da unidade corporal e um caminho para a ampliação da percepção de si:

Aprender a viver bem é um processo que perdura até o último de nossos dias, e cuidar da saúde significa conhecer e respeitar os ritmos naturais gerais e particulares que regem o funcionamento do corpo de cada um. Para consegui-lo é preciso poder senti-lo e escutá-lo. (VISHNIVETZ, 1995, p.133).

As artes marciais podem tornar-se práticas com vistas a despertar uma nova forma de coragem corporal, não para desenvolver exclusivamente a musculatura e a força, mas também para cultivar a sensibilidade e o autoconhecimento.

O processo de aprendizagem e expansão do wushu no templo shaolin na China pode ser considerado como um exemplo de refinamento do autoconhecimento através de uma arte marcial. Durante o aprendizado e desenvolvimento das técnicas marciais, havia um caminho que os monges guerreiros percorriam no decorrer de sua formação e/ou transmutação. O estágio inicial se dava com o treinamento e aprimoramento das capacidades físicas tais como força, equilíbrio, resistência e flexibilidade, o que dotava os monges de capacidades corporais extraordinárias.

Outro momento se dava quando o monge guerreiro realizava o aprimoramento de sua técnica e habilidade a partir de suas características pessoais de combate.

Neste processo, incluía-se também a observação e imitação de animais e movimentos que melhor se adaptavam tanto à subjetividade como também às potencialidades físicas do monge guerreiro, de modo que daqui podemos presumir que surgiram diversos estilos de combate dotados não apenas de potência física, mas também de traços pessoais do indivíduo, dotando sua gestualidade de mais organicidade.

Essa pesquisa de si através do processo de criação de gestos marciais, dotava os monges não apenas de grandes habilidades de combate, mas também potencializava a conscientização corporal e a capacidade de refletir a respeito das suas reais motivações e aspirações pessoais.

Na China, muitas técnicas marciais não só surgiram como também se desenvolveram em monastérios e templos, lugares de reflexão e desenvolvimento pessoal, o que ajuda a explicar a relação entre arte marcial e autoconhecimento.

Budismo, Confucionismo e Daoísmo: uma breve introdução

As práticas corporais são manifestações da cultura e da história da humanidade. Surgem e desenvolvem-se segundo uma emblemática relação que envolve aspectos do corpo, da cultura e da história. Assim, podemos pensar as artes marciais chinesas como uma prática que mostra a cultura chinesa através do corpo: “Quando tentamos definir uma certa sociedade com base em seu comportamento corporal, estamos o tempo todo falando de sua cultura, expressa no corpo e pelo corpo” (DAOLIO, 2001, p.32).

O budismo, confucionismo e o daoísmo são pilares importantes da cultura chinesa e, desde os pequenos gestos, o comportamento, as artes e até a estrutura política chinesa, de alguma forma, estão relacionados com estas três correntes do pensamento, de modo que não é possível uma compreensão profunda de aspectos das artes marciais chinesas sem levar em consideração o budismo, o confucionismo e o daoísmo. A seguir, faremos uma breve introdução de cada um deles.

Confucionismo

Kǒng Fūzǐ (551-479 a.C.) ou Confúcio foi um importante pensador chinês que iniciou, em tenra idade, vida política no estado de Lu, sua terra natal. De acordo com Cheng (2008), Confúcio chegou a assumir cargo de ministro da justiça, mas teria abandonado em sinal de desaprovação ao mau governo de seu soberano.

Confúcio buscou pensar a respeito de mecanismos que pudessem produzir um bom ordenamento social, tanto para as gerações de seu tempo como as do futuro. Confúcio acreditava que só poderia haver harmonia se cada indivíduo respeitasse as normas de sua sociedade – incluindo as leis de hierarquia e à etiqueta. Desta influência temos, por exemplo, os códigos de conduta, inclusive os códigos de ética marcial,⁵ que são tão comuns em escolas de artes marciais, mas muitas vezes interpretados e incorporados mecanicamente, o que resulta em uma obediência cega.

Confúcio acreditava que tais códigos de ética e conduta repercutiam diretamente na formação humana e que essa formação só seria completa se equilibrasse o aprendizado da música, dos rituais, das danças de guerra e os estudos acadêmicos (ACEVEDO & GUTIÉRREZ & CHEUNG, 2011).

O sistema da nação chinesa originou-se do sistema familiar, baseado no amor filial e paternal, no qual o soberano e os vassalos mantinham um relacionamento semelhante ao de pais e filhos. Essa lógica confucionista apontava que o soberano tinha a obrigação de ser “pai” dos subordinados e do povo. Assim, a ética familiar era teoricamente a mesma em toda a sociedade e nação, dando ênfase à unidade familiar como fator primordial da prosperidade e estabilidade da nação.

Muitas artes marciais chinesas foram originadas em um núcleo familiar que colaborava para a intimidade e confiança necessária para o desenvolvimento de várias técnicas, por isso, ainda na atualidade, muitos estilos marciais chineses recebem a denominação do núcleo familiar que os originou, e os sucessores dessas

⁵ *Wūdé* (武德) é um código de conduta moral e ética importante no contexto das artes marciais chinesas. O ideograma *wǔ* (武) significa marcial e o ideograma *dé* (德) virtude. O ideograma chinês *dé* (德) é composto pela junção dos ideogramas de andar (彳), número dez (+), olho (目) e coração (心). Assim, andar representa comportar, agir ou assumir determinadas atitudes e dez olhos simboliza que nada escapa a observação, logo tudo deve estar exato e correto. E o ideograma de coração simboliza a natureza mental e espiritual. Logo, a junção destes sinais transmite a ideia de comportar-se corretamente e assumir posturas com honestidade e dignidade. (HSUAN-AN, 2006).

escolas são em grande maioria, descendentes dos precursores que criaram as técnicas.⁶

A influência confucionista não repercutiu expressivamente sobre as questões de ordem mística,⁷ apenas pregou o respeito aos cultos tradicionais como forma de coesão social. Este legado confucionista que respeita o misticismo e aprecia a hierarquia e a aceitação da ordem favorece a governabilidade e a manutenção da organização social (ZHONGWEN & QIAOSHENG, 2011).

Daoísmo

O daoísmo é bastante antigo na China, mas se costuma anunciar seu início com o pensador *Lǎozǐ*,⁸ contemporâneo de Confúcio e considerado o sublime patriarca do daoísmo. A existência de *Lǎozǐ* é controversa, mas a sua representatividade no pensamento chinês é indiscutível.

Segundo o mito, *Lǎozǐ*, desanimado pelo declínio do mundo, teria partido para o oeste. Ao chegar ao último posto de controle da fronteira, um guarda reconhecendo a sua sabedoria teria solicitado a ele escrever um livro. Então, *Lǎozǐ* escreveu o livro do caminho e da virtude, conhecido como *dào dé jīng*. A obra está dividida em 81 poemas agrupados em duas grandes partes: o livro do caminho, *dào jīng* com os poemas de 01-37 e o livro da virtude, *dé jīng* com os poemas de 38-81.

O *dào dé jīng* é a obra chinesa com maior número de interpretações e traduções ao redor do mundo e juntamente com o livro *yì jīng* se constitui como uma obra de referência sobre a cultura chinesa. Trata-se de um clássico da cultura chinesa que apresenta em aforismos⁹ os princípios do daoísmo.

⁶ No caso do Tai chi chuan, por exemplo, os estilos mais conhecidos e difundidos são os estilos Yang, Wu, Chen e Sun, todos associados as respectivas famílias que os originou.

⁷ “Mística é toda doutrina que admita a comunicação direta entre o homem e Deus. (...) relação originária, íntima e pessoal entre o homem e Deus, em virtude da qual o homem pode retornar a Deus e unir-se finalmente a ele num ato supremo. Este é o *êxtase*.” (ABBAGNANO, 2007, p.783).

⁸ *Lǎo* (老) significa velho, experiente e é colocado também como um tratamento de carinho e respeito, assim como antigamente *zǐ* (子), já foi sinônimo de mestre e pessoa sábia e venerável (HSUAN-AN, 2006). Pessoas idosas são muito respeitadas na China, pois muitos ensinamentos ético-morais, familiares e rituais dão destaque à tradição de reverenciar os idosos. O ideograma *lǎo* (老) traz em sua parte superior um sinal que representa uma pessoa curvada com pouco cabelo e na parte inferior o ideograma *bǐ* (匕) que simboliza uma pessoa virada para a direita, sugerindo a idéia de virar ou mudar, tendo, portanto, o significado de transformar ou mudar (HSUAN-AN, 2006).

⁹ Um aforismo se propõe a expressar de maneira direta e sintética uma verdade ou algo relacionado à vida prática (ABBAGNANO, 2007).

Num contexto histórico em que os diferentes principados lutam pela hegemonia do poder na China, o *dào dé jīng* busca apontar como sobreviver num círculo vicioso de caos e violência. A resposta daoísta para isso é nada fazer, permanecer no não-agir (CHENG, 2008).¹⁰ Essa não ação visa abster-se da agressão e do revide: “Aquele que utiliza o Caminho para auxiliar o senhor dos homens, não utiliza a arma e a força sob o céu, pois esta atividade beneficia o revide.” (CHERNG, 2011, p. 166).

Trata-se, portanto, de neutralizar a violência colocando-se abaixo do agressor, pois o que provoca a agressão é a sujeição do outro em uma posição inferior (CHENG, 2008).

Assim, se o ideal de Confúcio era reformar a sociedade através de uma formação ética, no daoísmo o que se busca é a harmonização entre ser humano e natureza.

A metáfora aquática é a mais comumente utilizada quando se quer apontar para a dimensão de harmonização presente no daoísmo. A água é símbolo de sabedoria daoísta, pois oferece a imagem da quietude e da flexibilidade. Aceitando todas as formas que lhes são impostas, a água é acolhedora e pacífica. A água só se perturba ao ser agitada, mas suas agitações não perduram, pois não provêm dela.

Como um elemento chave do pensamento daoísta, a água representa uma metáfora profícua que está na base das técnicas marciais chinesas, sendo comumente usada como explicação poética do triunfo da suavidade e da leveza: “Sob o Céu, nada é mais suave e brando que a água. No entanto, para atacar o que é rígido e duro, nada pode se adiantar a ela, nada pode substituí-la. Assim, a suavidade vence a força, o brando vence o duro.” (CHERNG, 2011, p. 355).

Na China, o termo *dào*¹¹ designa a identidade intrínseca de cada um. *Dào* expressa, independentemente, caminho e razão e graças ao daoísmo, sua

¹⁰ *Wúwéi* é um princípio daoísta que significa não-agir. *Wúwéi* é deixar a realidade seguir o seu destino de acordo com seus princípios intrínsecos. O *wúwéi* não significa a inatividade, mas sim a ação perfeita em harmonia com o todo. É a ação que parece espontânea, pois está em perfeito acordo com a nossa posição na trama dos acontecimentos e também é totalmente livre, pois não está condicionada somente por nossas próprias necessidades e desejos individuais (MERTON, 2002). O *wúwéi* também não é simplesmente a fuga do mundo ou da realidade, mas de um agir-sem-agir que equivale a deixar ocorrer sozinho, e esse deixar é ativo.

¹¹ O ideograma *dào* (道) é formado por *shǒu* (首) que se parece com o esboço de um chefe tribal com uma espécie de chapéu com chifres, e *chuò* (辵) que se assemelha a um caminho ou estrada. Assim, pode-se entender o *dào* como o caminho do chefe que corre como a água ou, se você caminha pela sua própria trilha natural e espontânea, então você é capaz de entender o *dào* (HUANG, 1979).

abrangência é tão ampla que seu conceito chega a tomar um sentido metafísico¹² de um princípio essencial que deu origem à vida e rege o cosmo. Nossa felicidade e realização dependem de descobrirmos cada um o seu *dào* e, agirmos e cooperarmos com coragem e firmeza para a sua realização.

Se o daoísmo se mantém afastado das turbulências políticas e pretende harmonizar ser humano e natureza em busca de uma vida plena no agora, será o budismo que irá fornecer respostas para o além da vida.

Budismo

Além do confucionismo e do daoísmo ainda há na cultura chinesa a vigorosa influência budista, cujas raízes remetem à Índia no período próximo ao século V a.C. através de Sidarta Gautama igualmente conhecido por *Shakyamuni* ou Buda.

Sidarta Gautama (560-480 a.C.) foi um príncipe herdeiro de um reino próximo ao Himalaia, Índia. Foi educado em uma vida de prazeres e luxo, que ele abandona para a vida de mendicante religioso (ARMSTRONG, 2001).

O budismo traz à tona o princípio de insatisfação permanente que caracteriza a condição de submissão à roda do *samsâra*.¹³ A saída dessa roda consiste em extinguir o desejo e o *karma*,¹⁴ alcançando o *nirvâna*:¹⁵

A personalidade ideal do Budismo é 'Buda', o 'iluminado'. É uma personalidade ideal destacada da sociedade. O Budismo crê que a vida é dolorosa. As pessoas precisam eliminar toda luxúria e turbulência emocional para tornarem-se 'Buda'. A personalidade ideal de 'Buda' põe ênfase no 'sem ego', 'desinteresse' e 'sem desejos'. É muito difícil cumprir, porém os elementos racionais proporcionam

¹² A metafísica apresentou-se ao longo da história com três formas fundamentais diferentes: 1ª como teologia; 2ª como ontologia; 3ª como gnosiologia. A característica hoje corrente de metafísica como "ciência daquilo que está além da experiência" pode referir-se apenas à primeira dessas formas históricas, ou seja, à metafísica teológica; (...) O conceito de Metafísica como teologia consiste em reconhecer como objeto da metafísica o ser mais elevado e perfeito, do qual provêm todos os outros seres e coisas do mundo. O privilégio de prioridade atribuído à metafísica decorre, neste caso, do caráter privilegiado do ser que é seu objeto: é o ser superior a todos e do qual todos os outros provêm." (ABBAGNANO, 2007, p.767).

¹³ Da raiz *sar-* que significa escoar-se e que evoca a perpétua errância, o fluxo constante e universal dos seres vivos. (CHENG, 2008).

¹⁴ A palavra *karma* significa fato ou ato. Todo ato produz um resultado, bom ou mau. O ato não é, portanto, pontual e neutro, ele é portador de suas próprias conseqüências. O *karma* indica que os seres renascendo segundo a natureza e a qualidade de seus atos passados, sejam herdeiros desses atos. (CHENG, 2008).

¹⁵ *Nirvâna* é estado de superação dos desejos e término do ciclo de renascimentos. (CHENG, 2008).

uma medicina espiritual para as pessoas visarem o equilíbrio psicológico e acalmarem o excesso de desejos (ZHONGWEN & QIAOSHENG, 2011, p.52).¹⁶

É no templo shaolin na China que chega por volta de 527 d.C. proveniente da Índia, *Bodhidharma*, o 28º monge patriarca da linha direta de Sidarta Gautama para ensinar o budismo. *Bodhidharma* viveu por volta de 470-543 d.C. e introduziu alguns exercícios corporais na cultura chinesa que posteriormente teriam tornado-se a base para as artes marciais do templo shaolin. Este monge pertencera à casta dos guerreiros indianos chamados de *Ksatryias* e dominava uma técnica combativa conhecida por *Yainanusht* que teria sido a base para os ensinamentos corporais transmitidos no templo shaolin, quando *Bodhidharma* chegou para ensinar budismo (SEVERINO, 2010).

Os exercícios corporais transmitidos por *Bodhidharma* aos monges do templo shaolin visavam sobretudo, a dimensão do autoconhecimento. Acredita-se que foi a partir dos ensinamentos e de exercícios corporais transmitidos por este monge indiano que a arte guerreira chinesa conhecida como *Shàolín Gōngfū*¹⁷ desenvolveu-se:

Diz-se que o monge indiano Bodhidharma chegou ao Templo Shaolin em 527, para propagar o grande veículo do budismo. Bodhidharma praticava meditação profunda em postura sentada, mantendo a mente tranquila e não afetada como uma parede. Isso fez com que os monges se tornassem mais fracos, então Bodhidharma desenvolveu um conjunto de exercícios físicos que ajudaram os monges a se tornarem mais fortes. Estes exercícios, combinados com as artes marciais das pessoas locais, passou a ser desenvolvido ao longo de muitos anos por monges, e chegaram ao que conhecemos hoje (QING & YAN, 2011, p.64).¹⁸

¹⁶ La personalidad ideal de Budismo es “Buda”, o “los ilustrados.” Es una personalidad ideal destacada de la sociedad. El Budismo cree que la vida es dolorosa. La gente tiene que eliminar toda lujuria y turbulencia emocional para llegar a ser “Buda”. La personalidad ideal de “Buda” pone énfasis en “no ego”, “desinterés” y “sin deseos.” Es muy difícil cumplirlos, pero los elementos racionales proporcionan una medicina espiritual para la gente ajustar el equilibrio psicológico y acalmar deseos incrementados.

¹⁷ *Shàolín gōngfū* (少林功夫) é uma arte marcial chinesa que no ocidente tornou-se conhecida como *kung fu*. *Shàolín* significa pequena floresta e é o nome de um templo situado na província de Henan na China, onde através dos ensinamentos do monge *Bodhidharma* cria-se o *shàolín gōngfū*.

¹⁸ It is said a Indian monk Bodhidharma arrived at the Shaolin Temple in 527, to spread the greater vehicle Buddhism. Bodhidharma practiced deep meditation in a sitting posture, keeping the mind as quiet and unaffected as a wall. This made the monks grow weak, so Bodhidharma developed a set of physical exercises that helped the monks to be strong. These exercises, combined with the martial arts of the local people, went on to be developed over many years by monks, and have arrived at what we see today.

Nas artes marciais chinesas se encontra talvez, a mais veemente e intrigante relação entre espiritualidade e guerra, uma vez que são em monastérios ou templos que muitas artes marciais chinesas não só surgiram como também se desenvolveram.

Como uma prática corporal que simula um combate pode apresentar uma dimensão sagrada? Como possuir votos de paz e compaixão e, ao mesmo tempo, desenvolver e estudar uma arte marcial?

Com vistas ao autoconhecimento e a harmonização psicofísica, o monge indiano Bodhidharma introduziu alguns exercícios corporais na cultura chinesa.



Imagem – *Bodidharma*.
Fonte: YOSHINORI, 2007, p.05.

Jäger (2009) diz que o corpo se encontra mais próximo do que o intelecto da verdadeira essência do ser, assim, a espiritualidade não se restringe apenas ao intelecto, podendo ocorrer experiências sagradas também através do corpo:

Quase todos os caminhos espirituais têm início no corpo. Nos caminhos orientais, a postura de lótus assume um papel importante. Nele, a cabeça, a nuca, as costas e as pernas devem assumir uma determinada postura. Além disso, existem os Mudras das mãos que, através de gestos simbólicos, ligam uma postura externa a ideias espirituais e, ainda, as Assanas da loga: posturas do corpo que favorecem a receptividade. O corpo é sempre o ponto de partida. No *Qigong* ou *Taiji*, as coisas são parecidas. Nesse caso, trata-se de exercícios corporais que podem levar a um nível de consciência mais elevado. O pressuposto é, naturalmente, que o ensino parta de professores que também estejam focados numa dimensão espiritual (JÄGER, 2009, p.220-221).

Por alguns meses, tive a oportunidade de estudar na China¹⁹ e percebi que lá, o sagrado não se restringe apenas à religião, evidenciando-se em muitas ocasiões em ações cotidianas tais como na maneira de cumprimentar, dar ou receber um presente, beber um chá e também, muitas vezes, no contexto do corpo e das práticas corporais. É claro que isso é apenas uma visão geral de um estrangeiro em uma terra distante e, muitas vezes, considerada exótica.²⁰ Entretanto, opto por arriscar na interpretação desse aspecto da cultura chinesa, pois assim, enalteço aspectos positivos que podem nos ajudar a viver melhor e compreender mais a respeito do corpo e das práticas corporais.

Apontamentos Finais

As artes marciais chinesas estão imbricadas com correntes do pensamento que abordam a complexidade da existência humana. Assim, há nos gestos das artes marciais chinesas, uma visão do universo e do ser humano inserido nele, que

¹⁹ Durante o meu doutoramento, estudei por alguns meses o mandarim e a caligrafia com pincel na Universidade de Shanxi, cidade de Taiyuan. Na mesma cidade pratiquei Tai chi chuan sob orientação do Mestre Yang Bin.

²⁰ Said (1990) diz que o oriente é quase uma invenção europeia, um lugar de romance, de seres exóticos, de memórias e paisagens obsessivas e de experiências notáveis. Existe, portanto, uma tradição ocidental que estabeleceu uma ideia a respeito do oriente que se denominou orientalismo. Tal tradição contribui para uma visão romântica a respeito da cultura e das tradições orientais.

oferece aos interessados o autoconhecimento através da análise de si e da relação com o outro e com o mundo.

Muitas vezes, essas correntes de pensamento são omitidas ou negligenciadas e estuda-se a arte marcial apenas do ponto de vista físico ou enaltecendo-se outro conjunto de valores, ainda assim, a existência de tais correntes do pensamento contribui para a reflexão a respeito do que significa estudar e praticar uma arte marcial.

Sendo um professor de artes marciais, experimento constantemente os deleites e amarguras de exercer a função de ensinar o gesto marcial. Penso que é no lugar onde prevalece uma intenção amorosa e o equilíbrio entre sabedoria e marcialidade que iremos encontrar motivos para o ensino e aprendizagem de uma arte marcial. Praticar arte marcial é aprender a experimentar e lidar com o ímpeto agonístico, ampliando a consciência de si e também do gesto, uma ação de cultivo do conhecimento e de amor e respeito à vida.

Abstract: Chinese martial arts have a diverse range of principles that underpin their practice. It is likely that no other martial art present, so powerfully, transiting aspects in different dimensions of knowledge, through art, medicine, thought, spirituality and self-knowledge. In this work, we will make a presentation about the self-knowledge and some principles of Chinese thought present in this technique. These principles enable dealing with the challenge of martiality of exciting and challenging way which the destructive character present in the martial gesture toward his subjective and philosophical dimension. This shift, when recognized in the practice of gesture, potentiates the reflection of his own existence and the conscious driving in everyday actions.

Keywords: Chinese Martial Arts; Self-knowledge; Chinese thought;

Referências

- ABBAGNANO, Nicola. *Dicionário de filosofia*. 5.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007. Tradução de Alfredo Bossi & Ivone Castilho Benedetti.
- ARMSTRONG, Karen. *Buda*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001. Tradução de Marcos Santarrita.
- ACEVEDO, William & GUTIÉRREZ, Carlos & CHEUNG, Mei. *Breve história do Kung Fu*. São Paulo: Madras, 2011. Tradução de Flávia Delgado.
- BULFINCH, Thomas. *O livro de ouro da mitologia: (a idade da fábula) histórias de deuses e heróis*. 9.ed. Rio de Janeiro: Ediouro, 2000. Tradução de David Jardim.
- CHENG, Anne. *História do pensamento chinês*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008. Tradução de Gentil Avelino Titton.
- CHERNG, Wu Jyn. *Tradução e comentários do Dao De Jing: O livro do caminho e da virtude*. Rio de Janeiro: Mauad X, 2011. Co-autoria para transcrição, edição e adaptação dos textos de Marcia Coelho de Souza.
- DAOLIO, Jocimar. A antropologia social e a educação física: possibilidades de encontro. In: CARVALHO, Yara Maria de; RUBIO, Kátia. (Org^{as}). *Educação Física e Ciências Humanas*. São Paulo: Hucitec, 2001. p.27-38.
- HSUAN-AN, Tai. *Ideogramas e a cultura chinesa*. São Paulo: É Realizações Editora, 2006.
- HUANG, Ai Chung-liang. *Expansão e recolhimento: a essência do t'ai chi*. São Paulo: Summus, 1979. Tradução de George Schlesinger e Mauro Rubinstein.
- JÄGER, Willigis. *A onda é o mar: espiritualidade mística*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009. Tradução de Ingeborg Scheible.
- JULLIEN, François. *Um sábio não tem idéia*. São Paulo: Martins Fontes, 2000. Tradução de Eduardo Brandão.
- LEE, Maria Lucia. *Lian Gong em 18 terapias: forjando um corpo saudável*. São Paulo: Editora Pensamento, 1997.
- MERTON, Thomas. *A via de Chuang Tzu*. 10.ed. Rio de Janeiro: Editora Vozes Ltda, 2002.
- QING, Han He & YAN, Zhao Hai. *The basic study of traditional chinese culture*. Beijing: Beijing University, 2011.

- REID, Howard & CROUCHER, Michael. *O caminho do guerreiro: o paradoxo das artes marciais*. São Paulo: Editora Cultrix, 1983. Tradução de Marcelo Brandão Cipolla.
- SAID, Edward Wadie. *Orientalismo: o oriente como invenção do ocidente*. São Paulo: Companhia das Letras, 1990. Tradução de Tomás Rosa Bueno.
- SANTOS, Gilbert de Oliveira. Princípios terapêuticos e artísticos das artes marciais chinesas. *Revista científica vozes dos vales* (UFVJM), Diamantina-MG, nº. 06 – ano III – 10/2014. p.01-15.
- SEVERINO, Roque Enrique. *O espírito das artes marciais*. São Paulo: Nelpa, 2010.
- UESHIBA, Morihei. *A arte da paz: ensinamentos do fundador do aikido*. Rio de Janeiro: Rocco, 2002. Compilação de John Stevens e Tradução de Murillo Nunes de Azevedo.
- VISHNIVETZ, Berta. *Eutonia: educação do corpo para o ser*. São Paulo: Summus, 1995. Tradução de Benita Beatriz Canabrava.
- YOSHINORI, Takeushi (org.). *A espiritualidade budista II: China mais recente, Coréia, Japão e mundo moderno*. São Paulo: Perspectiva, 2007. Tradução de Maria Clara Cescato.
- ZHONGWEN, Shi & QIAOSHENG, Chen. *Cultura China*. Beijing: China Intercontinental Press, 2011. Tradução para o espanhol de Guo Qingyu.

Texto científico recebido em: 14/01/2015

Processo de Avaliação por Pares: (*Blind Review* - Análise do Texto Anônimo)

Publicado na Revista Vozes dos Vales - www.ufvjm.edu.br/vozes em: 05/05/2015

Revista Científica Vozes dos Vales - Ufvjm - Minas Gerais - Brasil

www.ufvjm.edu.br/vozes

www.facebook.com/revistavozesdosvales

UFVJM: 120.2.095-2011 - QUALIS/CAPES - LATINDEX: 22524 - ISSN: 2238-6424

Periódico Científico Eletrônico divulgado nos programas brasileiros *Stricto Sensu*

(Mestrados e Doutorados) e em universidades de 38 países,

em diversas áreas do conhecimento.