



# O mestre que escolheu Brasília

“O tai chi do século 21 deve ser acessível a toda humanidade. Fácil de aprender e de praticar, deve conduzir o indivíduo e a sociedade à paz.”

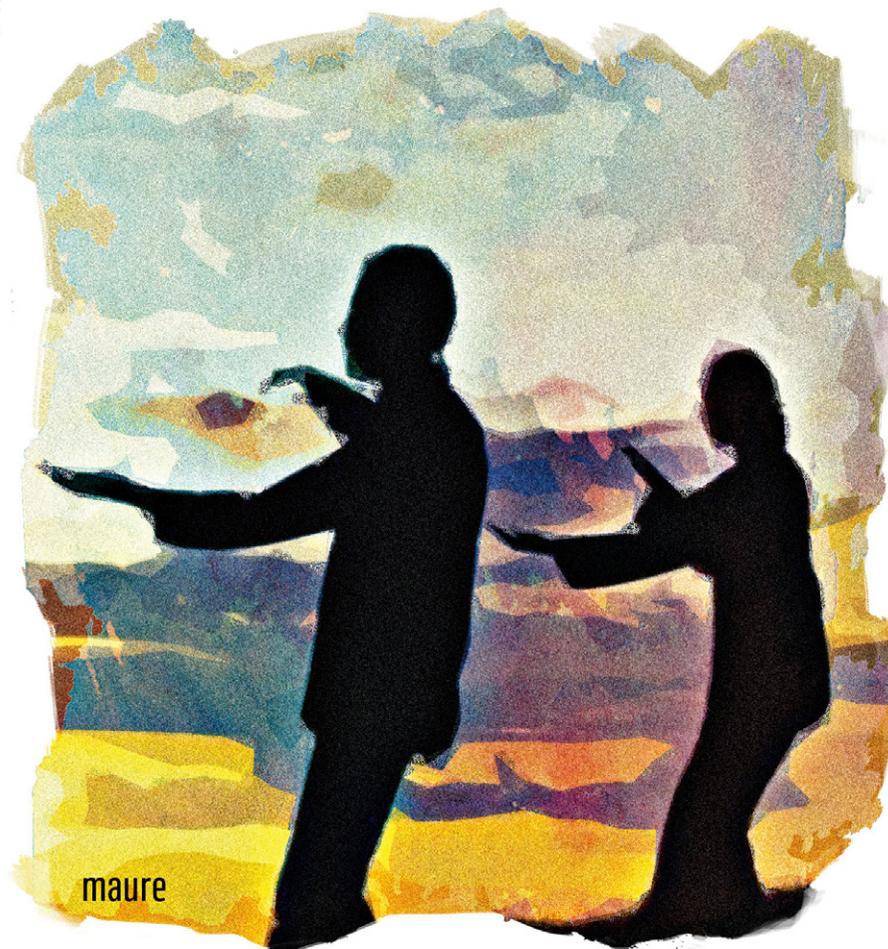
(Grande Mestre Moo-Shong Woo).

**E** nesta missão de conduzir as pessoas à construção de uma paz duradoura, o mestre Woo vem se dedicando há quase cinco décadas ao ensino das práticas do tai chi e do chi kung na Praça da Harmonia Universal, entre as SQNs 104 e 105, de forma gratuita e absolutamente inclusiva sem preconceitos ou nenhum tipo de discriminação.

No próximo sábado, 30 de Abril, será comemorado o Dia Mundial do Tai Chi e Chi Kung e, por meio dos movimentos dessas belas artes marciais, mestre Woo e os praticantes e simpatizantes de tai chi, lançarão uma onda de saúde e serenidade para todo o planeta, promovendo o bem-estar, a calma e a união entre os povos.

As atividades acontecerão a partir das 8h e seu ponto culminante será as 10h, com a corrente de vibração de paz, em comunhão com mais de 80 países. Recomenda-se que os participantes levem água, frutas, seus lanches individuais e estejam munidos de chapéu e protetor solar, já que o calor tem sido intenso na capital.

Mestre Woo se tornou uma das figuras mais adoradas e respeitadas de nossa cidade, tanto por sua atuação como doutor em medicina chinesa, fazendo tratamentos com acupuntura, quanto por ser um grande professor de artes marciais. Mas o que mais me agrada, sempre que tenho a honra de estar na presença dele é seu carisma. Ele é daquelas figuras que não precisa fazer nada para elevar a vibração do ambiente em que se encontra, apenas seu sor-



riso e seus modos afetuosos já são o suficiente para alegrar a praça, a cidade, o Brasil inteiro.

Nem preciso dizer que sou uma admiradora da forma como ele agrega um monte de gente comprometida com a evolução pessoal e coletiva, gente que acredita que o cultivo da paz interior é o que há de mais relevante a ser feito neste momento crucial da história humana na terra.

O fato de que exista tanta violência dentro dos lares, no trânsito, nas ruas, na política e de que até uma guerra está acontecendo na Europa, com consequências trágicas para tantos seres humanos neste momento, é um motivo mais que importante para que todo o planeta se concentre em atos pacifistas. E o trabalho do Mestre Woo colabora imensamente para que essa mentalidade seja formada por aqui.

Na semana passada, durante o Ato pela Paz

que realizamos no Parque da Cidade, ele esteve presente entre inúmeros outros líderes pacifistas de Brasília. Na ocasião, foram ressaltados alguns conceitos fundamentais para a construção de uma sociedade pacífica. O que mais me marcou foi o lema da UP-União planetária: Não há ideologia superior à solidariedade...

Eventos como esses têm uma função primordial no avanço em direção a uma sociedade que se dispõe a refletir sobre as necessidades de auto-observação e transformação.

Enfim, quem puder estar presente na Praça da Harmonia Universal no próximo sábado também poderá compartilhar os benefícios desse modo de vida saudável e experimentar no próprio corpo o motivo pelo qual as pesquisas científicas reconhecem tanto as práticas do tai chi chuan e do chi kung como forma de ampliar a saúde física, mental e também na prevenção de doenças da vida moderna, como depressão, estresse e hipertensão.