

A busca pelo equilíbrio entre um estado pleno de atenção e consciência e a aptidão física para combate move praticantes de kung fu

FORÇA E PRESENÇA

Magnific

POR DANIELE FELIX*

Com raízes milenares, o kung fu surgiu no contexto da necessidade da luta para defesa e combate. Há mais de 5 mil anos presente na tradição chinesa, a modalidade busca encontrar o equilíbrio mental, ao mesmo tempo que treina a arte marcial e aprimora o corpo para o combate. Devido à antiguidade do esporte, diferentes histórias circulam a respeito de como surgiu a prática da luta, associada a uma mente alinhada e centrada.

A fundadora e professora da escola de kung fu Shao Lin Norte de Brasília, Márcia Vasconcelos, conta que o estilo ensinado na escola possui origem em uma tradição, que relaciona o desenvolvimento do kung fu shaolin a ensinamentos passados pelo monge budista Bodhidharma no templo Shaolin, no norte da China. A história conta que o monge passou aos soldados, enfraquecidos pelo sedentarismo, uma série de exercícios para fortalecer o corpo e a mente, dando origem ao kung fu. No entanto, a narrativa não é comprovada.

"Ao longo de sua história, diferentes tradições do kung fu também dialogaram com três grandes correntes filosóficas chinesas: o confucionismo, o taoísmo e o budismo", comenta Márcia. Cada linha de pensamento traz consigo um ensinamento importante para a evolução individual. "O confucionismo nos traz a importância do autoaperfeiçoamento, da disciplina, do respeito e da responsabilidade. O taoísmo nos ensina o valor da fluidez, da adaptação, da suavidade e da ação que não desperdiça energia. E o budismo nos convida a cultivar a presença, a atenção, a consciência e a observação da própria mente", explica a professora.

Essa integração permitiu que kung fu fosse ressignificado em diferentes épocas e sociedades, de maneira que a atividade ainda ajuda o praticante a enfrentar batalhas, não aquelas da guerra, mas, sim, os desafios que uma pessoa lida durante a vida.

Ao mesmo tempo que o kung fu se renova conforme os anos passam e se mantém relevante como arte marcial, a modernidade também transformou o kung fu em modalidade olímpica, distorcendo o princípio tradicional da luta. "O wushu moderno tenta fazer uma coisa muito difícil no kung fu, que é sistematizar todo o kung fu em poucas partes. Até a última vez que eu li, estava em mais de 480 estilos diferentes, então imagine como é difícil juntar todos esses estilos", explica o grão mestre pong Chu Yen.

Além da tentativa de condensar e padronizar uma prática tão variada em algo único, o wushu moderno, principalmente na vertente esportiva, organiza as sequências de movimentos, chamadas kati ou taolu, seguindo critérios de competição, que valorizam precisão técnica, amplitude e velocidade. "São propostas com objetivos e critérios de desenvolvimento distintos. É importante lembrar também que o wushu esportivo não se limita às apresentações de taolu. Ele inclui o sanda, que é uma modalidade de combate", explica Márcia.

Para a professora, as diferenças não são ruins, tampouco é a transformação do kung fu em esporte. "Eu vejo essas diferentes práticas como expressões de um patrimônio cultural muito rico, que oferecem caminhos distintos para entrar em contato com as artes marciais chinesas,. Ambos exigem muita dedicação, disciplina e treinamento", comenta. Ainda assim, as novas formas de enxergar e praticar a modalidade não podem deixar de reconhecer e preservar o modo tradicional,que carregam "sistemas de conhecimento que vão muito além da execução dos movimentos".

Jornadas intensas

A ideia de abraçar a tradicionalidade do kung fu tem brilhado cada vez mais os olhos de pessoas ao redor do mundo. A busca por uma imersão na arte marcial leva interessados a uma academia de kung fu shaolin, no interior da China, onde passam por uma imersão na cultura e na prática da modalidade de luta.