



**COMO DEVE PENSAR,
FALAR E AGIR O
PRATICANTE DE ARTES
MARCIAIS CHINESAS**

Um Olhar Nas Regras da Academia.

- I. Você está representando a Uberaba Wushu Society Brasil, um dos mais altos institutos de Wushu reconhecido no mundo. Fique com orgulho, dignidade e integridade;**

A nossa escola é reconhecida pela American Wushu Society com sede em New York City – USA, presidida pelo Grão-Mestre Edward Aguirre, que obteve sua formação em Wushu nas melhores universidades da China, a saber, Beijing Universty e Shanghai Association. Lá ele treinou com os melhores mestres de vários estilos de Wushu Kung-Fu.

- II. Você reverenciará seu Shifu quando vê-lo e deixá-lo. Eu sou seu mestre e mentor, nunca tenha medo de compartilhar seus problemas comigo.**

Este protocolo marcial indica o respeito pelas pessoas que ocupam cargos mais elevados do que o nosso. Um Shifu representa também o pai. Quem não respeita seu pai ou sua mãe, dificilmente poderá respeitar as outras pessoas. A idéia aqui é fazer com que o praticante honre suas raízes levando sinceridade e respeito por onde passar. O praticante deve estar sempre de coração aberto para solicitar ajuda de seu Shifu, este através de sua experiência poderá orientá-lo da melhor maneira possível para a solução dos problemas que ora possa estar enfrentando.

- III. Pontualidade é muito importante para mim. EU IMPONHO ISSO;**

Impor parece-nos uma palavra muito forte, porém, este “impor” aqui esta no sentido de valorizar a pontualidade quer seja no cumprimento de horários, treinamentos ou pagamentos. Um funcionário que não observa os horários da empresa será um candidato ao desemprego. Se na academia você aprende a respeitar horários e regras, conseguirá fazê-lo em outros ambientes e, isso será para sua glória e sucesso.

- IV. Nosso ambiente é familiar, se você criar caos, será removido (a);**

Todas as pessoas merecem as chances que precisarem, contudo, debaixo do céu, tudo tem um limite. As pessoas estão aqui para aprenderem algo, para terem recreação, saúde, alegria e paz, não queremos confusão em nosso ambiente. Respeite e será tratado com respeito.

- V. Nossa aula não é um ponto de encontro ou diversão, treine sério e aprenderá muito;**

Durante o período de aulas o praticante deve se reservar; deve manter o foco nos treinamentos para tirar o máximo proveito possível. Não podemos confundir as coisas, há um lugar apropriado para tudo. Isso não quer dizer que os praticantes tenham que ficar taciturnos, tristonhos, não, não é isso. Devem manter a alegria sem, porém, exacerbar nas brincadeiras em horas inconvenientes. Risadas altas, muita conversa ou outros tipos de brincadeiras atrapalham o bom andamento das aulas. Combinem uma hora diferente para a recreação.

VI. Não toque nas armas e ou equipamentos. Você quebra você pagará por isso!

O mais indicado é que cada praticante tenha seu próprio equipamento e armas específicas para as Artes Marciais Chinesas – AMC. A escola poderá fornecer estes equipamentos aos praticantes, porém, ele precisa sempre de autorização prévia para usá-los. Enquanto o praticante não adquire seus próprios equipamentos deverá cuidar com zelo dos equipamentos da escola e tão logo seja possível, ele deverá adquiri-los.

VII. Você não está aqui para desperdiçar meu tempo ou seu dinheiro. Você ganha elogios aqui. Trabalhe duro e eu trabalharei com você. Eu não carregarei peso morto!!! Se você precisa de motivação todo o tempo, vá embora e volte motivado;

Isso quer dizer que alguns praticantes acham que as coisas lhe “cairão do céu” sem nenhum tipo de esforço. Não há magia para se tornar um exímio praticante, tudo depende de esforço e treinamento. A preguiça é inimiga dos praticantes de AMC. Venha sempre motivado para a academia, seja sempre um bom exemplo para os demais e para quem estiver assistindo a aula. A energia é contagiante, sendo assim, procure fazer tão bem feito que todos irão querer segui-lo. Faça os exercícios com boa vontade e boa disposição. Se o mestre pedir para fazer dez repetições, continue fazendo-as mesmo que ultrapasse as dez predeterminadas, mantenha a boa vontade até que o mestre diga para parar e mudar de exercício.

VIII. Mantenha seu aprendizado e seus pagamentos em dia. Consideração por favor, (vencimento das mensalidades todo dia 1° de cada mês);

O aprendizado em dia significa que o que você aprendeu na segunda-feira, por exemplo, continuará fazendo parte de seus conhecimentos no domingo, na semana que vem, no mês que vem, no ano que vem... O melhor jeito de não se esquecer de um movimento ou forma (Taolu) é praticando-o diariamente. O treinamento não se resume apenas a duas ou três vezes na academia, em casa o praticante deve treinar também, sem é claro atrapalhar em seus outros afazeres. O praticante que mudar de faixa (graduação) deve continuar treinando os movimentos anteriores, senão será apenas um “principiante sofisticado”. A observação na data de pagamento é muito importante para a escola, pois que a mesma possui custos fixos com os quais precisa cumprir.

IX. Alguns estudantes são atletas excepcionais e alguns aprendem devagar. Eu posso trabalhar com qualquer um, todavia é necessário por parte do aluno dedicação e persistência;

Tendo dedicação e persistência qualquer pessoa poderá se tornar um exímio artista marcial. Não existem poderes especiais. O que existe é boa vontade em aprender e treinar. Se houver esforço por parte do aluno, ele aprenderá e no final revelará seus talentos ocultos. Não acredite na voz que diz: “Você não tem dom para isso.” Também não acredite em outras pessoas que disserem tal frase. Eu lhe asseguro que se houver dedicação e persistência você triunfará.

X. É dever do aluno participar dos exames de graduação;

Se o praticante quiser prosseguir aprendendo mais técnicas novas, diferentes e avançadas deve participar dos exames de graduação. O exame de graduação é simbólico dos degraus percorridos, das etapas vencidas, dos desafios transpostos. Tudo isto equivale a dizer que na vida pessoal, tal estudante terá êxito, já que não se entrega diante das “dificuldades”. Não é o aluno que dita as regras, mas sim a escola quem determina quando o aluno deve se submeter aos exames de graduação, da mesma forma que em uma escola “comum” não são os alunos que escolhem as datas das provas, muito menos deixam de fazer as provas alegando que ainda não estão preparados. É a escola que determina e, cabe ao aluno obedecer as regras.

XI. É direito do aluno participar de cursos, seminários e competições;

Como um estudante pode melhorar suas técnicas se não participar de cursos, seminários e competições? Qualquer tipo de profissional seja um médico, dentista ou advogado está sempre participando de congressos, seminários etc.; onde trará novos conhecimentos para sua área de atuação. Mesmo que o estudante não tenha anseios de ministrar aulas, ainda assim deve dar o melhor de si na sua modalidade. Ao agir assim estará cultivando o hábito de fazer as coisas bem feitas e quem age assim é bem sucedido nas demais áreas de sua vida.

XII. Todas as faltas deverão ser comunicadas, se possível com antecedência;

As aulas são preparadas para um número específico de estudantes. É difícil para o professor ou mestre ficar mudando de última hora uma determinada aula. As aulas são previamente preparadas com carinho pelo mestre de acordo com a turma. Se por exemplo, em uma turma há dez estudantes e cinco resolvem faltar sem avisar, isso prejudica o andamento da aula proposta. Por outro lado, se os estudantes avisarem com antecedência, o mestre poderá comunicar os outros estudantes para que estes venham em outros horários. Temos vários meios de comunicação para isso; telefone, email, MSN, Orkut etc. Avisar sobre a sua ausência com antecedência denota respeito e amor de sua parte para com a escola, mestre e colegas. Se você tivesse de faltar ao trabalho por algum motivo, certamente daria um jeito de avisar, caso não o fizesse e o erro persistisse, você já sabe o que aconteceria.

XIII. Disciplina é a chave para toda a nossa vida.

Lembre-se “Enquanto possuímos atitudes que desrespeitam as normas (e o próximo) surgirá em nossa vida alguma pessoa ou coisa que nos infelicitará (desrespeitará)” e esta é uma das normas do Universo. Disciplina deve ser no pensar, falar e no agir. A seguir será

descrita a filosofia que rege os praticantes de Artes Marciais Chinesas – AMC de nossa escola. Você deverá estudar estes ensinamentos com afinco e atenção. Leia várias vezes para que possa absorvê-los nas camadas mais profundas de sua mente. Pessoa sem disciplina é aquela que não tem êxito no cumprimento de suas funções, não observa as normas e regras, não respeitam os semelhantes e esta sempre disposta a deturpar o ambiente em que se encontra. Os orientais são disciplinados, por isso, têm êxito nos seus afazeres.

Filosofia Para Os Artistas Marciais.

Esta é uma adaptação do Sermão do Monte proferido por Jesus (adaptada por mim, mestre Samir) e que se destina a guiar os passos dos praticantes de Artes Marciais Chinesas. Nesta apostila usaremos a sigla AMC para significar Artes Marciais Chinesas (Wushu Kung-Fu, Taijiquan, San-Da ou Sanshou “Boxe Chinês”, Shuaijiao, Qin-Na e outras)

Mateus, 5:1-11.

SERMÃO DA MONTANHA. AS BEM-AVENTURANÇAS

- 1 E CRISTO (A VERDADE), vendo a multidão, subiu a um monte, e, assentando-se, aproximaram-se dele os seus discípulos;
- 2 E, abrindo a sua boca, os ensinava, dizendo:
- 3 Bem-aventurados os praticantes humildes, porque deles é o reino dos céus;
- 4 Bem-aventurados os que eliminam o falso eu, porque eles expressarão a Natureza Divina;
- 5 Bem-aventurados os calmos e tranquilos, porque eles herdarão saúde, riqueza, paz....;
- 6 Bem-aventurados os que têm fome e sede de justiça, porque eles serão fartos;
- 7 Bem-aventurados os misericordiosos, porque eles alcançarão misericórdia;
- 8 Bem-aventurados os limpos de coração, porque eles verão a Deus;
- 9 Bem-aventurados os pacificadores, porque eles serão chamados filhos de Deus;
- 10 Bem-aventurados os que sofrem perseguição por causa da justiça, porque deles é o reino dos céus;
- 11 Bem-aventurados são os praticantes de Artes Marciais que lutam para expressar a Verdade do Ser, porque a glória os encherá.

Mateus, 5:12-16

12 Exultai e alegrai-vos, porque é grande o vosso galardão nos céus; porque assim perseguiram os profetas que foram antes de vós.

13 Vós sois o sal da terra; e se o sal for insípido, com que se há de salgar? Para nada mais presta senão para se lançar fora, e ser pisado pelos homens.

14 Vós sois a luz do mundo; não se pode esconder uma cidade edificada sobre um monte;

15 Nem se acende a candeia e se coloca debaixo do alqueire, mas no velador, e dá luz a todos que estão na casa.

16 Assim resplandeça a vossa luz diante dos homens, para que vejam as vossas boas obras e glorifiquem a vosso Pai, que está nos céus.

Exultai e alegrai-vos, porque é grande o vosso galardão nos céus; porque assim perseguiram outros praticantes que foram antes de vós. Por não compreenderem que Arte Marcial é vida e não morte. Vós sois o sal da terra; e se o sal for insípido, com que se há de salgar? Para nada mais presta senão para se lançar fora, e ser pisado pelos homens. Vós sois a luz do mundo; não se pode esconder uma cidade edificada sobre um monte; que a vossa habilidade seja para trazer paz, saúde, prosperidade ao mundo; nNem se acende a candeia e se coloca debaixo do alqueire, mas no velador, e dá luz a todos que estão na casa. Use seus conhecimentos sempre para o bem e faça sua luz brilhar, de modo que todos possam ver o seu exemplo e o queiram seguir. Assim resplandeça a vossa luz diante dos homens, para que vejam as vossas boas obras e glorifiquem a vosso Pai, que está nos céus. A Arte Marcial é uma expressão de Deus é reflexo da Mente Divina e como tal possui somente o caráter do Bem.

Mateus 5:17-18

17 Não cuideis que vim destruir a lei ou os profetas: não vim ab-rogar, mas cumprir.

18 Porque em verdade vos digo que, até que o céu e a terra passem, nem um jota ou um til se omitirá da lei, sem que tudo seja cumprido.

Um mestre das artes marciais não aparece para destruir o legado que outros mestres deixaram, mas sim para dar continuidade aos ensinamentos. Os grandes mestres de outrora sempre ensinaram aos seus discípulos os princípios básicos que norteiam a vida, a saber, a bondade, o amor, o respeito, a humildade, a ordem, o equilíbrio, a benevolência, a honestidade, a lealdade.

Um bom mestre precisa seguir essas leis tanto quanto precisam seguir as mesmas os alunos que o seguem. É necessário que os alunos alicerce suas vidas nesses princípios básicos para o que o espírito de amor das artes marciais fale mais alto não apenas dentro da escola, mas em qualquer lugar que estiverem.

As leis não existem para tolher a nossa liberdade, pelo contrário, o cumprimento delas, estabelecem a ordem na vida de quem as cumpre. Estar atendo às normas e regras da escola são ser bondoso, ser bondoso é estar em paz consigo mesmo e com o mundo.

Mateus 5:19-20

19 Qualquer, pois, que violar um destes mandamentos, por menor que seja, e assim ensinar aos homens, será chamado o menor no reino dos céus; aquele, porém, que os cumprir e ensinar será chamado grande no reino dos céus.

20 Porque vos digo que, se a vossa justiça não exceder a dos escribas e fariseus, de modo nenhum entrareis no reino dos céus.

Algumas pessoas acham que cometer um pequeno erro não faz mal. Pensam que desobedecer a essa ou aquela regra não tem problema, ao agir assim estão apenas sendo egocêntricos. Se você acha que chegar 5 ou 10 minutos atrasados na aula não faz mal é porque tem o desejo de descumprir as ordens, isso se estenderá a outros campos de sua vida, o que lhe trará sofrimentos. Esse é apenas um exemplo, qualquer norma e regra devem ser cumpridas rigorosamente com amor e sabedoria. A observância das mesmas traz a harmonia aos envolvidos e essa harmonia se irradiará para outras áreas da vida do praticante.

Os escribas e fariseus eram povos que obedeciam ao máximo possível de suas leis. Aqui o mestre diz que isso não é suficiente, é preciso ir além. É preciso tratar todos com igualdade, fraternidade, respeito e amor. Entrar no reino dos céus é gozar de uma vida plena, repleta de bênçãos. Um praticante de artes marciais chinesas deve exceder o senso comum e agir de acordo com os princípios mais elevados de justiça.

Jamais perder tempo com intrigas e fofocas. Um praticante de Artes Marciais Chinesas não desperdiça energia guardando rancor, mágoas ou ressentimentos de seus colegas (Irmãos), instrutores (Irmãos mais adiantados), professores (Irmãos Mais adiantados), mestre (Pai ou mãe), grão-mestre (Avô ou Avó) e grande grão-mestre (Bisavô ou Bisavó).

Mateus, 5:21-22

21 Ouvistes que foi dito aos antigos: Não matarás; mas qualquer que matar será réu de juízo.

22 Eu, porém, vos digo que qualquer que, sem motivo, se encolerizar contra seu irmão, será réu de juízo; e qualquer que disser a seu irmão: Raca, será réu do sinédrio; e qualquer que lhe disser: Louco, será réu do fogo do inferno.

Matar não significa tirar a vida, isto é de todo impossível. A morte não tem poder sobre a vida. O erro é sempre erro, não entende a verdade. O praticante que fala mal de

outros praticantes da mesma escola ou de outras escolas está “matando” o outro. O praticante que faz fofocas e intrigas contra seus irmãos está matando-os e, claro está acelerando sua própria ruína. O praticante de artes marciais chinesas não deve falar mal de seus irmãos, instrutor, professor e mestre tanto na presença quanto na ausência destes. Se quiser fazer alguma observação para algum deles deverá fazer em particular, com amor, carinho e respeito. O praticante de AMC que mata os outros, ou seja, que tenta denegrir a imagem dos outros é réu de sua própria conduta errônea de ser. A sua própria mente o julga e condena, com isso lhe advêm infortúnios diversos criados por ele mesmo.

Na verdade não existe motivo algum para se encolerizar contra o irmão. Muitas vezes as pessoas discutem por tolices, mal-entendidos, fofocas, intrigas e etc. Quando algum irmão, professor ou mestre lhe disser alguma coisa, procure ir além das palavras, você é o único responsável por sua vida, ninguém pode ofendê-lo, exceto com sua permissão e isso significa que você mesmo se ofende. Pessoas se (preste atenção, eu disse se ofendem, ou seja, elas mesmas se ofendem) até com elogios, outras porque alguém lhes deu um “incentivo” para treinar mais firme, outras se ofendem porque lhes chamam atenção por alguma falta cometida, onde vamos chegar com isso? Ao fogo do inferno, ou seja, a uma vida caótica, cheia de tristezas, magoas, rancores, acidentes, doenças etc.

Procure olhar a todos com simpatia, amizade, amor, sabedoria, assim evitando contratempos desnecessários. O praticante de AMC não deve ficar apontando os defeitos dos irmãos, professores e mestre, ao contrário deve amá-los, respeitá-los e transcender as aparências “imperfeitas” julgando-os pela reta justiça. A pessoa que tenta matar (criticar, condenar, falar mal etc.) o outro é porque sofre de autocondenação, autocritica, e baixa auto-estima. Pensa que se reduzindo o outro a nada ou a muito pouco poderá parecer mais grandiosa, isso é um ledro engano. Caro praticante você só parecerá grande se for capaz de elevar o outro. E a maneira de fazer isto é falando bem, vivificando, buscando as qualidades do outro.

Mateus, 5:23-26

23 Portanto, se trouxeres a tua oferta ao altar, e aí te lembrares de que teu irmão tem alguma coisa contra ti,

24 Deixa ali diante do altar a tua oferta, e vai reconciliar-te primeiro com teu irmão e, depois, vem e apresenta a tua oferta.

25 Concilia-te depressa com o teu adversário, enquanto estás no caminho com ele, para que não aconteça que o adversário te entregue ao juiz, e o juiz te entregue ao oficial, e te encerrem na prisão.

26 Em verdade te digo que de maneira nenhuma sairás dali enquanto não pagares o último ceutil.

A prisão aqui denunciada é o tormento daqueles que odeiam o seu irmão. De nada adianta o praticante parecer gentil para o mestre e para alguns alunos se por outro lado mostra-se hostil para outros. Às vezes acontece algum fato e o praticante se ressentido e repassa aquela cena milhares de vezes por muito tempo, isso é perpetuar o erro. Do que adianta trazer ofertas (tratar bem o mestre e alguns irmãos) se mantém pensamentos hostis contra alguns irmãos? O mal-entendido precisa ser desfeito imediatamente, para isso recomendo que as partes envolvidas procurem o mestre que será o guardião da paz e agindo de forma imparcial possa ajudá-los a resolver suas pendências.

Se quiseres agradar a alguns, mas se lembrar que sente raiva, rancor de outros, deve abolir o quanto antes esta forma de especialismo e reconciliar-se imediatamente com quem quer que seja. A reconciliação traz paz, harmonia, saúde, prosperidade. Quem mantém magos, ressentimentos, rancores, desejo de vingança na mente é um candidato em potencial para ser entregue ao juiz, que por sua vez o entregará ao oficial e este o encerrará na prisão.

Tudo isso o juiz, o oficial e a prisão se dão dentro da própria pessoa que se ressentido do próximo. Tal conduta não é digna de um praticante de AMC. As AMC visam à paz e a harmonia de todos sem exceção. Enquanto durar o ódio ou ressentimento, durará também o sofrimento da pessoa. Além de tudo é uma tolice descabida odiar o próximo, já que quem sofre é o que odeia e não o odiado. Somente é considerado um praticante digno, aquele que vivifica o próximo desejando-lhe todas as bênçãos da vida como saúde, paz, harmonia, riqueza. Coisas como ciúme e inveja devem ser totalmente abolidas da mente dos praticantes. Todos são importantes, cada qual à sua maneira. Os praticantes não devem invejar a habilidade, posto ou o que seja de outro praticante. Deve saber que todos têm capacidade infinita e que, portanto, todos podem se expressar de maneira excelente.

Não repassem fofocas, liquidem-na tão logo fique sabendo delas. Se o assunto da fofoca lhe parecer relevante, solicite uma reunião com os envolvidos juntamente com o mestre para que o mal seja cortado pela raiz. A discórdia cresce quando as pessoas a alimentam. Qualquer acontecimento pode e deve ser resolvido nos primeiros minutos que vêm à tona.

Agindo de forma pacífica e harmoniosa, o praticante de AMC estará ajudando o mestre a manter o bom nome da escola, bem como a moldar positivamente o caráter dos novos praticantes. O praticante mais graduado deve sempre dar o exemplo, agindo de forma respeitosa com seus superiores e subalternos, sabendo que o posto que ora ocupa é apenas um capítulo da história.

Perdoar não significa acobertar o erro quer seu ou do outro, mas sim partir de uma premissa mais elevada do ser. Perdoar o erro é “desmascarar” o erro através do amor. Não será através da violência de atos ou de palavras que o mal-entendido desaparecerá, pois a violência não cessa com a violência. O amor desfaz o erro porque põe a descoberto o erro e traz à tona a verdade sobre a existência. A verdade aqui não significa a verdade sobre a mentira (a ilusão de erro, discórdia, desarmonia), mas sim a verdade de que no Absoluto não há desarmonia de espécie alguma.

Mateus, 5:27-28

27 Ouvistes que foi dito aos antigos: Não cometerás adultério.

28 Eu, porém, vos digo, que qualquer que atentar numa mulher para a cobiçar, já em seu coração cometeu adultério com ela.

Adultério tem o significado de trair, enganar, falsificar, ser desonesto e desleal. O praticante de AMC não deve enganar seus irmãos ou seu mestre, deve sempre falar a verdade e agir de acordo. Trair significa fazer algo escondido, o que por si só já denota más intenções por parte de quem o faz. Constitui adultério marcial, por exemplo, o praticante participar de cursos, campeonatos, seminários, atividades, treinos, treinar outras modalidades em outras academias (todas estas atividades se dizem respeito às práticas marciais, não se trata de um curso de inglês, por exemplo, aqui é específico para as AMC) sem o devido comunicado ao seu professor ou mestre. A falta de respeito com horários, pagamentos, treinos, zelo com equipamentos, zelo com a escola, zelo com os colegas constitui adultério marcial. O mestre ou o professor não pune o aluno, este pune a si mesmo já que seus atos acarretam transtornos vindouros.

Olhar para uma mulher e cobiçá-la significa coabitar com pensamentos desonestos e desleais no leito de sua mente. O praticante de AMC deve estar atento para expulsar tais idéias equivocadas, caso apareçam em sua mente. O praticante deve eliminar a vaidade, deixando-a de lado e cultivando somente bons pensamentos, boas idéias, bons sentimentos e boas ações que visem o melhoramento dele mesmo, dos colegas, do mestre, da escola e por fim de toda a sociedade.

Faltar com a verdade constitui adultério. Caso ocorra alguma situação constrangedora ou que gere algum tipo de transtorno, o praticante deve manter a humildade e abrir seu coração para que a situação fique esclarecida e não sobre nenhum tipo de mágoa entre as partes envolvidas.

Falsificar quaisquer tipos de documentos da escola constitui adultério marcial. Somos uma família e tudo pode ser resolvido através do diálogo transparente entre a pessoa e a comunidade a que pertence o estudante.

Mateus, 5:29-30

29 Portanto, se o teu olho direito te escandalizar, arranca-o e atira-o para longe de ti; pois te é melhor que se perca um dos teus membros do que seja todo o teu corpo lançado no inferno.

30 E, se a tua mão direita te escandalizar, corta-a e atira-a para longe de ti, porque te é melhor que um dos teus membros se perca do que seja todo o teu corpo lançado no inferno.

O olho simboliza a percepção que você tem de alguma coisa. Suponhamos que alguém na comunidade marcial ou mesmo o mestre lhe diga alguma coisa, por exemplo, “você precisa treinar mais.” Qual é a percepção que você tem dessa frase? Se você interpretá-la de forma negativa poderá pensar que quem disse está querendo significar que você não é bom. Este é o olho que de escandaliza, ou seja, é o tipo de percepção negativa, onde você se vê de forma negativa e também ao seu irmão ou mestre.

Por outro lado você poderá entender essa frase com os olhos iluminados, ou seja, poderá pensar que o mestre ou seu irmão está zelando por você e querendo que você fique ainda melhor do que já está. Este é apenas um exemplo. Nas conversas entre mestre e alunos ou entre alunos e alunos sempre ocorrerão situações onde o olho que escandaliza (a percepção negativa) deve ser arrancada e atirada para longe. O praticante de AMC deve buscar sempre o que há de positivo em cada situação que ocorrer durante sua estada na academia e onde se encontrar com seus irmãos marciais. O objetivo final deste aprendizado é poder viver de forma harmoniosa não só na academia, mas no lar, na empresa, na rua, na sociedade e com todos.

A mão simboliza as suas ações. É com as mãos que você realiza praticamente todas as obras que se dispõe a fazer. Com as mãos você pode fazer um carro, fazer uma cirurgia, preparar arranjos florais maravilhosos, confeccionar roupas para as pessoas e tantas outras coisas que beneficiam os semelhantes. Esta é a mão boa, a mão que leva saúde, paz, prosperidade, alegria aos outros, esta é a mão que deve ter um praticante de AMC.

O praticante de AMC deve usar suas habilidades sempre em benefício próprio e dos seus semelhantes. A conduta correta de um praticante na escola é chegar mais cedo, ajudar o mestre em seus afazeres, cuidar da escola, ajudar na limpeza se for preciso, cuidar dos equipamentos e das armas de Wushu, recolher lixo colocando em lugar apropriado, caso esteja espalhado pelo chão, cuidar dos irmãos de treino e etc.

Lembre-se que a não-ação também constitui uma ação. O praticante deve ser prestativo e tomar a iniciativa de com suas próprias mãos construir um mundo melhor. O bom praticante cuida bem de seus familiares (pais, irmãos). A mão boa é aquela que lava o prato que comeu ao termina suas refeições. A mão boa é aquela que arruma sua cama ao se levantar. A mão boa é aquela que cuida bem da empresa onde trabalha. A mão boa é aquela que cuida bem da cidade onde mora, contribuindo com a limpeza e a conservação da mesma. A mão boa é aquela que toma a iniciativa e faz boas ações todos os dias.

A mão que te escandaliza é aquela que deixa de cumprir com suas obrigações, que vê a sujeira, mas não a recolhe; que vê o erro, mas não faz nada para que se modifique; a mão que escandaliza é aquela que agride os outros; é aquela que não cuida das coisas. Caso tenha esta mão deve arrancá-la imediatamente e lançá-la longe, em outras palavras, deve mudar

seus hábitos imediatamente passando a ser atencioso e com suas mãos proporcionar maior felicidade a este mundo.

A mão boa é aquela que cura, abençoa, acaricia, alegra, prospera, ergue seu semelhante, constrói com amor e sabedoria. O praticante com a mão boa é aquele que se interessa pelos problemas de seu mestre e de seus irmãos. Por exemplo, suponhamos que um colega esteja há uma semana sem comparecer nas aulas, é dever do praticante procurá-lo para saber o que está se passando. Talvez ele esteja com algum problema de saúde ou financeiro. Os irmãos devem se unir para poderem ajudar esse outro irmão da melhor maneira que for possível.

Lembre-se que este modo de agir não deve ficar restrito somente à academia, mas deve sim ser estendido ao lar, empresa e quaisquer outros lugares.

Mateus, 5:33-37

33 Outrossim, ouvistes que foi dito aos antigos: Não perjurarás, mas cumprirás os teus juramentos ao Senhor.

34 Eu, porém, vos digo que de maneira nenhuma jureis; nem pelo céu, porque é o trono de Deus;

35 Nem pela terra, porque é o escabelo de seus pés; nem por Jerusalém, porque é a cidade do grande Rei;

36 Nem jurarás pela tua cabeça, porque não podes tornar um cabelo branco ou preto.

37 Seja, porém, o vosso falar: Sim, sim; Não, não; porque o que passa disto é de procedência maligna.

Você deve evitar prometer alguma coisa a alguém, pois se não puder cumprir sentir-se-á desvalorizado por você mesmo. Cada vez que você promete alguma coisa e não consegue cumprir, sentir-se-á como uma pessoa que não tem capacidade e se sentirá com baixa auto-estima, o que não é bom para você, naturalmente.

Se puder fazer alguma coisa a qual foi solicitado, diga que pode e faça-a impreterivelmente, desta forma você se sentirá bem e ficará num estado rico, produzindo excelência para sua vida.

Da mesma forma, se você não estiver habilitado a fazer determinada coisa que lhe fora solicitada, o melhor é dizer que não pode fazê-la naquele momento e, com humildade pedir ajuda e esclarecimento para que você possa ser capaz de realizar tal tarefa num futuro próximo.

Dizer que vai fazer e não fazer é procedência maligna, ou seja, a pessoa que promete, mas não cumpre, perde a credibilidade diante de sua comunidade, irmãos, professores e mestres. O praticante deve estar sempre disposto a cumprir com alguma tarefa de que for incumbido, caso não seja capaz de fazê-la sozinho, pode solicitar ajuda dos demais membros da comunidade, desta forma suas palavras serão: sim, sim; não, não. É melhor uma palavra da verdade, do que mil de mentiras.

Não se pode construir uma sociedade digna de viver construindo-a em cima de mentiras, de promessas vãs sem propósito.

Esta filosofia que oro proponho neste pequeno ensaio jamais deve ficar restringida a um local chamado academia de artes marciais, o objetivo final é estender todos estes conhecimentos na aplicação em sua vida cotidiana nos mais diversos setores da existência humana.

Seja sempre verdadeiro para com todas as pessoas, trate-as da maneira como você gostaria que elas o tratassem. Eleve sua compreensão acerca das pessoas e daquilo que elas vos falam, evite distorcer os fatos ou interpretar de maneira pessoal. Para algumas pessoas até um simples elogio pode soar como uma ofensa, esta não é uma atitude de um verdadeiro praticante de AMC, aquele que tem o espírito do guerreiro sagrado. O guerreiro sagrado é aquele que combate os pensamentos, crenças e opiniões distorcidas de dentro dele mesmo.

Você não sente raiva, rancor ou mágoa da pessoa em si, mas sim, do conceito ou pré-conceito que você faz dela. Contudo, é possível a todo instante mudarmos este conceito. No fundo não são as pessoas que mudam, mas nós mesmos é que procedemos a mudança interior. É disso que trata a Arte Marcial Chinesa – AMC. A reforma interior, a renovação do espírito, a renovação da mente proposta pelo apóstolo Paulo no Novo Testamento da Bíblia.

Esta reforma deve ser diária. Se você tem algum pré-conceito ou pré-julgamento de algum membro da comunidade ou mesmo de seu mestre, deve abrir seu coração, converse fraternalmente e amorosamente com ele e verá que aquele conceito era infundado. Tudo muda ao nosso redor quando nós mesmos nos dispomos a mudar primeiro.

Mateus, 5:38-42

38 Ouvistes que foi dito: Olho por olho, e dente por dente.

39 Eu, porém, vos digo que não resistais ao mal; mas, se qualquer te bater na face direita, oferece-lhe também a outra;

40 E, ao que quiser pleitear contigo, e tirar-te a túnica, larga-lhe também a capa;

41 E, se qualquer te obrigar a caminhar uma milha, vai com ele duas.

42 Dá a quem te pedir, e não te desvies daquele que quiser que lhe emprestes.

O desejo de vingança (olho por olho) é um sentimento abominável. Não se consegue a tão sonhada paz com atos de violência. O rancor não cessa com rancor. Somente quando você for incapaz de praticar o mal, somente quando nenhuma palavra áspera ou arrogante abalar por um momento sequer o seu mundo mental, somente então e não antes a sua não-violência conquistará o coração de todos.

Existe dentro da academia, no lar, na empresa e todos os setores da vida a chamada hierarquia. Muitos pensam que obedecer a hierarquia é se entregar ao cumprimento cego das diretrizes determinadas. Hierarquia não é submissão. A pessoa que entende o propósito da hierarquia age sempre com amor e sabedoria. O líder (que estiver hierarquicamente superior) é aquele que lidera as pessoas para o sucesso e é claro, vai junto com eles. É reservado o direito à pessoa de questionar uma ordem absurda dada por alguém hierarquicamente superior, evidentemente é preciso bom-senso para ouvir, falar e agir. É claro que se uma pessoa hierarquicamente superior o ordenar a pular de um penhasco você não deverá fazer tal insensatez.

Não é permitido ao praticante de AMC agir de forma a abusar de sua hierarquia superior ferindo a integridade quer física quer moral do outro. Se houver tais atos, devem ser corrigidos na comunidade na presença do mestre para que tudo volte ao clima de harmonia, que é a única coisa real no mundo.

Resistir ao mal significa dar poder a ele, e tudo aquilo a que você dá poder persistirá. O sofrimento é o castigo dos pecadores (aqueles que não observam as leis) e este sofrimento durará enquanto perdurar a crença no pecado, ou seja, no erro. O praticante de AMC deve manter uma mente pura capaz de acolher as opiniões alheias sem se afetar por elas, por outro lado deve ter o cuidado ao apresentar as suas opiniões. A verdade é dura como um diamante, mas deve ser apresentada como seda para que ambos possam desfrutar da harmonia e do bem geral que se sucede a ela.

Manter ressentimento, mágoas, pré-conceitos, desejo de vingança, ódio é simplesmente resistir o mal no sentido de que você o faz perpetuar com este tipo de sentimento. Oferecer a outra face é procurar ver sempre o outro lado da situação. Se lhe parece que algum colega lhe ofendeu, ao invés de ficar ressentido, ofereça-lhe a outra face, ou seja, busque o que há de melhor entre vocês, procure ver o que tal situação poderá lhe trazer de aprendizado e experiência. Você pode achar que as pessoas não te notam, que não te valorizam ou que não te tratam como você gostaria que te tratasse, deve imediatamente oferecer a outra face, sabendo que no Plano do Absoluto para todos nós não há espécie alguma de desarmonia e confusão.

Mesmo que uma pessoa o injurie, releve a ofensa e use tal experiência para medir sua capacidade de perdoar, amar e sublimar quaisquer dificuldades que lhe aparecerem. Que graça há em ficar na posição de vítima? De pobrezinho? Eu lhe digo que não há vantagem nenhuma nisso. Quanto mais carregado o cacho de arroz, mais ele se curva. As plantas que se curvam perante a uma intempérie do tempo queda-se ilesa depois da tempestade, porém, aquelas que resistem (são teimosas) são arrancadas por um poder maior do que o

seu. O bom praticante de AMC observa a sabedoria da natureza e ajuda seu irmão a atravessar o barco dele para a outra margem, e ao se dar conta estará do outro lado do rio também.

Investidas obstinadas contra seus irmãos não lhe trará o respeito que tanto almeja. Somente a serenidade de seu coração, de seus pensamentos, palavras e atos é que os fará notá-lo e amá-lo.

A quem te obriga caminhar uma milha, vá com ele duas. Dê sempre mais de você para seus colegas, faça mais do que eles esperam e ficará maravilhado com o respeito e admiração que virão deles para você. Valorize o desempenho do seu colega. Valorize o trabalho do seu irmão. Na escala da hierarquia não há pessoa mais importante do que a outra. O posto ou cargo pode parecer que seja, mas isso é apenas uma definição da crença geral sobre as coisas. Parece que um médico é mais importante do que um lixeiro, mas não estão os dois cuidando da saúde da população? Na academia não há ninguém mais importante do que o outro, toda forma de especialismo resulta em sofrimento. Ou todos são especiais ou ninguém é. O que você acha? Todos são especiais e merecem o mesmo tratamento amoroso. O praticante de AMC não deve tratar uma pessoa melhor porque ela é mais rica, mais bonita, segue tal religião ou torce para aquele time de futebol. Somente o respeito mútuo construirá a sociedade pacífica que todos almejamos.

Esta é a “missão” dos praticantes de AMC, tornar o mundo um lugar paradisíaco. Aprendemos na academia, praticamos no lar, na rua, na igreja, no clube, na empresa etc.

E, ao que quiser pleitear contigo, e tirar-te a túnica, larga-lhe também a capa. Se uma pessoa tentar denegrir sua imagem não deve rebater dizendo tantas outras “imperfeições” que supostamente o outro tem. Ao contrario larga-lhe também a capa, ou seja, procure todos os pontos bons que você puder encontrar nele e valorize-os. Este é o método de vencer o mal com o bem.

Mateus, 5:43-48

43 Ouvistes que foi dito: Amarás o teu próximo, e odiarás o teu inimigo.

44 Eu, porém, vos digo: Amai a vossos inimigos, bendizei os que vos maldizem, fazei bem aos que vos odeiam, e orai pelos que vos maltratam e vos perseguem; para que sejais filhos do vosso Pai que está nos céus;

45 Porque faz que o seu sol se levante sobre maus e bons, e a chuva desça sobre justos e injustos.

46 Pois, se amardes os que vos amam, que galardão tereis? Não fazem os publicanos também o mesmo?

47 E, se saudardes unicamente os vossos irmãos, que fazeis de mais? Não fazem os publicanos também assim?

48 Sede vós pois perfeitos, como é perfeito o vosso Pai que está nos céus.

O praticante de AMC que segue o caminho reto e justo não tem inimigos nem é inimigo de ninguém. Age sempre com benevolência, amor e sabedoria. Seu julgamento é sempre justo, não se ofende com brincadeiras, trocadilhos, piadas, gracejos vindos de seus “superiores” ou “inferiores” (no sentido hierárquico). Como pode uma pessoa achar que é melhor do que outra se age da mesma forma? Se pagas o mal com o mal, qual é a sua vantagem?

Todos nós somos perfeitos e esta é a nossa única realidade. A imperfeição aparente é apenas temporária e irreal. Uma coisa que não tem duração eterna só pode ser irreal. Aquilo que dura para sempre deve necessariamente ser perfeito. Dizem-nos que Deus é amor e que Ele é Onipresente (está em todos os lugares) segue-se na lógica de que Ele sendo Bem e Perfeito, a perfeição já ocupa todos os espaços do Universo.

Tu poderias ser inimigo do conceito que fazes do outro, mas nunca poderia ser inimigo de seu verdadeiro Eu. As pessoas se tornam inimigas por picuinhas, bobagens, tolices, quando seria muito fácil resolver a situação e trazer o bem-estar para todos os envolvidos. O praticante de AMC não deve ser orgulhoso. Se for necessário deverá ceder em nome da paz, harmonia e amor.

Sempre que houver julgamentos, haverá sofrimentos. O Absoluto que chamamos de Deus apenas observa, por isso, nada O atinge. Você tem todo o direito de ter suas escolhas, preferências e opiniões, mas deve se lembrar de respeitar as do seu irmão. Não há necessidade de brigar ou discutir por terem opiniões diferentes sobre este ou aquele assunto. Podem expressar suas preferências sem contudo, forçar o outro a aceitá-las. Deixar as pessoas serem como elas são nos poupam muito sofrimento desnecessário.

Veja que o Absoluto manda Seu sol sobre “bons” e “maus”, sobre “justos” e “injustos”. Claro que os termos Yin e Yang (negativo ou positivo) nunca são usados com referência ao Absoluto, mas tão somente para o mundo das aparências. O praticante de AMC deve elevar sua mente a níveis sempre mais altos onde o Bem está sempre presente.

Se você tratar bem somente às pessoas que lhe fazem alguma coisa que você considera boas para você estará sendo parcial, não estará amando e respeitando verdadeiramente o seu irmão. Assim é na academia, no lar ou em quaisquer outros lugares.

O praticante de AMC deve cumprimentar com alegria e respeito a todos os seus irmãos. Isso deveria ser um hábito generalizado, ou seja, deveríamos saudar à todas as pessoas que encontrássemos durante todo o dia, quer no lar, na empresa ou na rua.

Ser perfeito é pensar, falar e agir de um ponto de vista elevado, onde você passa a reconhecer nas pessoas os verdadeiros valores que elas possuem. Rebaixar as pessoas

falando mal delas é descer num nível ainda mais inferior daquela pessoa que é mencionada. O que é amar uma pessoa? É tratá-la com zelo e respeito, é fazer a ela o que você gostaria que ela fizesse a você. Esta é a Regra de Ouro que norteará a vida de todos os praticantes de AMC, quem a seguir colherá frutos doces como mel. Isto quer dizer que a vida do praticante que seguir esta diretriz será uma vida abençoada e plena de êxito, pois estará entronizado somente com pensamentos bons e elevados que visam o engrandecimento mútuo.

O céu não é um local geográfico no espaço. Céu é um estado de espírito onde a harmonia está sempre presente. Dizem-nos que Deus está no céu, isto quer dizer que o Espírito Supremo está sempre num estado de Perfeição, Harmonia, Paz, Equilíbrio, Serenidade, Saúde, Riqueza etc.

O praticante de AMC que não ama seus irmãos e semelhante constrói para si mesmo o seu inferno. O inferno será uma vida atormentada por dúvidas, medos, ansiedade e até mesmo problemas de saúde. Ao passo que aquele praticante que se interessa pelo seu próximo, que cuida dele com amor, estará construindo para si mesmo o seu céu. Estará sempre rodeado de amigos e pessoas também interessadas em seu bem maior. Conquistará aliados que o ajudarão a galgar todos os degraus de sua vida. Estes aliados o ajudarão no seu crescimento físico, mental e espiritual e estarão sempre dispostos a ajudar-lhe no que for preciso. Para os praticantes que respeitam os demais não haverá um inimigo sequer e todos o ajudarão a construir o seu sucesso, pois compreenderão que o sucesso de um é o sucesso do outro.

Se alguém o injuriar, maltratar ou perseguir eleve-se acima dessas crenças inferiores e aqueles que pareciam seus inimigos se tornarão imediatamente seus aliados.

Mateus, 6:1-4.

1 GUARDAI-VOS de fazer a vossa esmola diante dos homens, para serdes vistos por eles; aliás, não tereis galardão junto de vosso Pai, que está nos céus.

2 Quando, pois, deres esmola, não faças tocar trombeta diante de ti, como fazem os hipócritas nas sinagogas e nas ruas, para serem glorificados pelos homens. Em verdade vos digo que já receberam o seu galardão.

3 Mas, quando tu deres esmola, não saiba a tua mão esquerda o que faz a tua direita;

4 Para que a tua esmola seja dada em secreto; e teu Pai, que vê em secreto, ele mesmo te recompensará publicamente.

O praticante de AMC não deve se vangloriar de fazer alguma boa ação. Executar uma boa ação é um ato natural do ser humano, portanto, não há nada de extraordinário em fazê-la, o “extraordinário” está em deixar de fazê-la, ou seja, ao deixar de executar boas ações

que visem beneficiar o próximo, o praticante estará agindo de uma forma antinatural que gera desarmonia e desconforto para todos. Devemos praticar boas ações todos os dias e a todo o momento, contudo, não precisamos alardear tais atos, pois eles falarão por si próprios. Há pessoas que praticam algum ato apenas para serem notados e a “recompensa” delas se restringe ao fato de serem notadas. As pessoas que praticam atos de bem por menores que sejam simplesmente pelo fato de ser algo natural de se fazer, pelo desejo único de serem úteis acabarão no final recebendo muitas dádivas, mesmo que as não anseiem.

Quando fizer algo de bom para seu mestre, professor ou colega não toque a trombeta, deixe que seu exemplo fale por si mesmo e as pessoas que o observam sentirão naturalmente o desejo de segui-lo. As pessoas hipócritas fazem favor aos outros só para dizerem logo depois que são muito “bonzinhos”, de fato já receberam sua recompensa (o ego inflado). As pessoas aprendem mais pelo exemplo do que pelas palavras. Se quiser que os outros irmãos da comunidade façam alguma boa obra, trate você mesmo de encetá-la e assim, dando início às benfeitorias outros lhe seguirão naturalmente.

O Universo estará sempre recompensando abertamente àquelas pessoas que decidem tornar o mundo melhor. Toda esta filosofia que ora vos proponho deve ser empregada em todos os setores da vida. Com vosso exemplo deverá mostrar aos demais irmãos de outras comunidades que os praticantes de AMC são pessoas idôneas, honestas, amorosas e que contribuem efetivamente para tornar o mundo um local aprazível de se viver.

Na academia o praticante poderá retirar a poeira de algum lugar, recolher algum lixo que porventura esteja no chão, limpar equipamentos, ajudar os demais colegas em seus treinamentos, interessar-se por eles procurando saber se precisam de alguma coisa para suas vidas particulares e assim por diante. Todos estes atos nobres devem ser executados não com o propósito de se receber algo em troca, mas puramente pela compreensão de que se trata de algo natural que propicia a harmonia geral da nação.

Mateus, 6:5-15.

5 E, quando orares, não sejas como os hipócritas; pois se comprazem em orar em pé nas sinagogas, e às esquinas das ruas, para serem vistos pelos homens. Em verdade vos digo que já receberam o seu galardão.

6 Mas tu, quando orares, entra no teu aposento e, fechando a tua porta, ora a teu Pai que está em secreto; e teu Pai, que vê em secreto, te recompensará publicamente.

7 E, orando, não useis de vãs repetições, como os gentios, que pensam que por muito falarem serão ouvidos.

8 Não vos assemelheis, pois, a eles; porque vosso Pai sabe o que vos é necessário, antes de vós lho pedirdes.

9 Portanto, vós orareis assim: Pai nosso, que estás nos céus, santificado seja o teu nome;

10 Venha o teu reino, seja feita a tua vontade, assim na terra como no céu;

11 O pão nosso de cada dia nos dá hoje;

12 E perdoa-nos as nossas dívidas, assim como nós perdoamos aos nossos devedores;

13 E não nos induzas à tentação; mas livra-nos do mal; porque teu é o reino, e o poder, e a glória, para sempre. Amém.

14 Porque, se perdoardes aos homens as suas ofensas, também vosso Pai celestial vos perdoará a vós;

15 Se, porém, não perdoardes aos homens as suas ofensas, também vosso Pai vos não perdoará as vossas ofensas.

Aqui nestes versículos desejo ressaltar que o praticante não precisa ficar mendigando pela atenção do mestre ou dos colegas a todo o momento como a um cachorrinho buscando por migalhas de pão. Não és tu mais importante do que um simples cachorrinho? Sim tu és! Aprenda a esperar, seja paciente para ouvir, falar e agir. A pressa é inimiga da perfeição como diz o dito popular. Assim como Vosso Pai Celestial sabe o que vos é necessário, seu mestre também o sabe. Não apresses para aprender novos movimentos, seja humilde e pratique com afinco aquilo que já lhe foi ensinado até o momento atual.

As vãs repetições se referem à teimosia, o orgulho em não querer ouvir os conselhos que os seus irmãos mais adiantados ou o próprio mestre têm a lhes falar. Pai nosso que estais no céu significa que todos nós somos filhos do Deus Vivo, somos Seu reflexo, Ele está no céu, ou seja, é Perfeito, portanto, se nós somos Seu reflexo só podemos ser perfeitos também, está é a Verdade a ser digerida. Não é a verdade apenas sobre um, mas sobre todos. Como já vimos anteriormente o perdão é uma condição importantíssima para manter a paz e a harmonia. Por que demorar a eliminar o rancor? Quanto mais você o manter em seu íntimo tanto pior para sua saúde e demais áreas da vida.

Quando o praticante age com ignorância (quando fica magoado) um incidente que durou apenas alguns segundos ou minutos lhe custa a vida inteira de sofrimentos até que ele se aperceba que o perdão libera tal estado falso e desgastante. Os nossos erros são perdoados automaticamente quando perdoamos as falhas alheias. Enquanto você retém ressentimentos em sua mente não lhe será possível viver uma vida íntegra e agradável, sempre lhe sobreviera coisas desagradáveis para confirmar o seu estado predominante (no caso de rancor).

Aqui desejo incluir uma observação importante. O praticante de AMC que está atuante jamais deverá falar mal de ex-praticantes. Com certeza eles tiveram um papel importante enquanto estiveram treinando. O bom praticante deve sim desejar a esses ex-praticantes todas as benesses da vida, saúde, paz, prosperidade e harmonia.

Os praticantes não devem ficar comparando outras modalidades e estilos tentando achar-lhes imperfeições e assim menosprezando-as, nem tampouco maldizer outros mestres e professores. Cada estilo, cada modalidade e cada professor/mestre têm um papel importante e fundamental no universo. Se você tem tempo para falar mal deles, então, pode usar melhor este tempo para procurar neles fatos positivos que valha a pena contemplar e alardear para o mundo. Quando você elogia os outros, será também elogiado por outros. Quando usa de maledicências, será maldito por outros.

Saiba que cada um dos praticantes pode e deve ajudar os praticantes mais novos que ingressam na escola. O faixa branca ponteira amarela pode ajudar o faixa branca; o faixa amarela pode ajudar o branca ponteira amarela; o faixa laranja pode ajudar o faixa amarela e assim por diante. Porém é preciso salientar que cada um desses praticantes (o que ensina e o que é ensinado) deverá tratar o outro com paciência, pois cada um de nós em algum momento também precisou de que outros a tivesse conosco. Jamais se deve gritar, irritar-se ou agredir o seu colega. Atos de violência atraem outros atos de violência e nós não queremos perpetuá-las, mas sim exterminá-la. Não é este o significado mais profundo da palavra Wushu? Arte de parar a violência. Não interrompemos a violência com mais violência, mas sim com amor.

Às vezes um aluno não se adapta à escola por algum motivo. Este sai da escola e para justificar sua saída critica os colegas, a modalidade, a escola e o mestre. Tal postura é de todo incorreta e desleal. Não há necessidade de rebaixar os colegas, mestre, escola e modalidade, basta dizer que não se adaptou e colocar um ponto final na história. Uma pessoa inteligente mudará de assunto antes que se possa falar algo inconveniente.

Mateus, 6:16-18.

16 E, quando jejuardes, não vos mostreis contristados como os hipócritas; porque desfiguram os seus rostos, para que aos homens pareça que jejuam. Em verdade vos digo que já receberam o seu galardão.

17 Tu, porém, quando jejuares, unge a tua cabeça, e lava o teu rosto,

18 Para não pareceres aos homens que jejuas, mas a teu Pai, que está em secreto; e teu Pai, que vê em secreto, te recompensará publicamente.

Jejuar é ficar sem se alimentar. No sentido metafísico jejuar quer dizer abster-se de uma determinada forma de pensar. É recomendado ao praticante de AMC abster-se (jejuar) de todas as formas de pensamentos e crenças negativas. O praticante deve falar sempre de saúde, paz, harmonia, alegria, riqueza, prosperidade, honestidade, lealdade, fidelidade, sucesso e tudo que for de boa fama. Jamais sendo falso em fazer tal tipo de jejum, deve sempre manter a serenidade e a naturalidade de seus pensamentos, palavras e atos, que

serão sempre com o objetivo de beneficiar o todo e a todos. Tal jejum (abster-se de pensamentos e crenças negativos) deve ser estendido para as vinte e quatro horas do dia.

Nem sempre o mestre ou os colegas falam o que queremos ouvir, contudo, devemos manter o jejum dos preconceitos e prejulgamentos aceitando de bom grado os ensinamentos e elevando-se acima das aparências como a águia voa acima da tempestade.

O praticante deve procurar ser bem sucedido no cumprimento de pequenas metas, pois assim estará apto a receber metas mais elevadas, o que lhe trará sucesso nos relacionamentos e profissional. Se um praticante não cumpre uma pequena meta como a de chegar no horário adequado, como poderá cumprir uma meta maior? Um prédio é constituído de pequenos tijolos, tal deve ser a constituição da nossa personalidade, pelo cumprimento das pequenas metas, até que estejamos habilitados a cumprir as grandes.

É vedado ao praticante gerar quaisquer tipos de confusões na escola ou fora dela. A filosofia das AMC (Artes Marciais Chinesas) não se restringe ao prédio da escola, mas para toda a vida do praticante.

Todo praticante deve dar o exemplo aos seus demais colegas evitando conversas e brincadeiras durante as aulas. A disciplina é uma chave que abre todas as portas. Pessoas que falam ou brincam em horários inconvenientes são candidatos a serem demitidos da empresa onde trabalham. É preciso sempre observar o princípio de adequação chamado: Hora, pessoa e lugar. Respeito nunca é demais como diz o dito popular. Se os praticantes querem conversar é melhor combinarem um encontro em horários diferentes, por exemplo, saírem para um jantar, assim todos poderão conversar à vontade em local e hora adequados. Isso também é bom para que haja interação entre todos os irmãos, professores e mestres.

O bom praticante é aquele que persiste nos ensinamentos, tanto nos exercícios quanto na filosofia que sustenta estas modalidades. Há pessoas que desistem por qualquer coisa, está é a marca do fracasso. Somente a persistência conduz ao sucesso. Persistência é diferente de teimosia. Persistência incluir mudar o jeito de fazer as coisas caso seja necessário, já a teimosia consiste em continuar fazendo uma coisa do mesmo jeito e esperar por resultados diferentes, isto é insanidade.

A harmonia deve estar sempre presente nas relações dos praticantes de AMC. Amigos conversam, cães brigam. Qualquer situação pode ser resolvida através do diálogo inteligente, isto é Kung-Fu (habilidade em fazer alguma coisa). Não se trata meramente de habilidade física, mas habilidade em todos os aspectos de nossa existência. As AMC são mais profundas do que se pode imaginar. Elas nos revelam um caminho a seguir e nos dizem que as boas ações é a bússola que nos guia para fora do mar do erro (contendas, críticas, autocondenação, preconceito, ódio, raiva, rancor etc.)

As pessoas que se ofendem facilmente é porque lhes faltam trabalhar com altruísmo na construção da paz e harmonia no lar, na escola, na academia, na empresa, na rua, no mundo. O praticante mais adiantado deve tomar cuidado com o orgulho (prepotência, abuso de poder) para não ferir tanto física como mentalmente seus irmãos mais novos. O

praticante mais adiantado deve ser um espelho (exemplo) límpido onde refletirá somente as boas qualidades. Se não souber respeitar seus subordinados não saberá respeitar seus superiores, conquanto não seja um bom exemplo para os demais, demonstrando apenas que não saiu ainda do nível mais inferior.

Mateus, 6:19-24.

19 Não ajunteis tesouros na terra, onde a traça e a ferrugem tudo consomem, e onde os ladrões minam e roubam;

20 Mas ajuntai tesouros no céu, onde nem a traça nem a ferrugem consomem, e onde os ladrões não minam nem roubam.

21 Porque onde estiver o vosso tesouro, aí estará também o vosso coração.

22 A candeia do corpo são os olhos; de sorte que, se os teus olhos forem bons, todo o teu corpo terá luz;

23 Se, porém, os teus olhos forem maus, o teu corpo será tenebroso. Se, portanto, a luz que em ti há são trevas, quão grandes serão tais trevas!

24 Ninguém pode servir a dois senhores; porque ou há de odiar um e amar o outro, ou se dedicará a um e desprezará o outro. Não podeis servir a Deus e a Mamom.

Os verdadeiros tesouros são espirituais, a amizade, lealdade, fidelidade, respeito, amor, sabedoria, inteligência, boa vontade, humildade etc., estes são tesouros que prevalecem contra a ferrugem (ação do tempo), nada poderá consumir estas qualidades que são alicerçadas na Verdade. Se uma coisa é verdade deverá ser eterna e somente as coisas boas são eternas. O suposto mal, o antípoda do bem é temporário sustentado apenas pela crença nele. O praticante de AMC não junta falsos tesouros (inveja, ansiedade, depressão, doenças, rancor, ódio, críticas, vingança), pois sabe que tais “tesouros” atraem ferrugem (uma vida infeliz). O coração é uma palavra Caldéia que significa subconsciente. Que tipo de tesouros você está depositando dentro do seu coração (subconsciente)? Se estiver depositando maus pensamentos e más crenças, colherás do mesmo.

A candeia do corpo são os olhos. Isto significa que sua percepção das coisas é expressa no seu corpo e na sua vida como um todo. Pessoas que vêem o mal nos outros acabam atraindo tal suposto erro para si mesmo, pois acredita na sua existência. A lei da vida fenomênica é a lei da crença. Assim temos que aquele que odeia é odiado; mas como a lei é boa, temos que aquele que ama é amado. Aquele que critica será criticado e o que respeita seu semelhante será respeitado. Significa então, que se seus pensamentos, palavras e atos forem bons, todo o seu corpo (manifestações objetivas) terá luz. Mas os praticantes que vivem menosprezando os demais são aqueles que têm uma percepção errada de si

mesmo e dos outros e que, portanto, suas manifestações objetivas são trevas (doenças, carências, acidentes etc.)

Ninguém pode servir a dois senhores significa que você não pode levar uma vida dupla. O dualismo deve ser exterminado. Não é possível dizer que Deus é Bem e é Onipresente e logo a seguir crer em outro poder chamado o mal. Isso é confusão. O praticante de AMC não deve se meter em confusão, não deve servir a dois senhores. O bom praticante é aquele que segue somente a um Senhor, este Senhor é o Bem de todas as coisas e pessoas. Sobrepujar as aparências visualizando a verdade é a verdadeira arte. Se ficar dividido entre o bem e o seu suposto antípoda o mal terá problemas.

O praticante consciente não faz as coisas certas por obrigação, mas sim porque é natural fazê-las. Ele sabe que o caminho reto e estreito é livrar-se de todas as crenças incorretas, de todos os pensamentos perniciosos.

Mateus, 6:25-34.

25 Por isso vos digo: Não andeis cuidadosos quanto à vossa vida, pelo que haveis de comer ou pelo que haveis de beber; nem quanto ao vosso corpo, pelo que haveis de vestir. Não é a vida mais do que o mantimento, e o corpo mais do que o vestuário?

26 Olhai para as aves do céu, que nem semeiam, nem segam, nem ajuntam em celeiros; e vosso Pai celestial as alimenta. Não tendes vós muito mais valor do que elas?

27 E qual de vós poderá, com todos os seus cuidados, acrescentar um côvado à sua estatura?

28 E, quanto ao vestuário, por que andais solícitos? Olhai para os lírios do campo, como eles crescem; não trabalham nem fiam;

29 E eu vos digo que nem mesmo Salomão, em toda a sua glória, se vestiu como qualquer deles.

30 Pois, se Deus assim veste a erva do campo, que hoje existe, e amanhã é lançada no forno, não vos vestirá muito mais a vós, homens de pouca fé?

31 Não andeis, pois, inquietos, dizendo: Que comeremos, ou que beberemos, ou com que nos vestiremos?

32 (Porque todas estas coisas os gentios procuram). De certo vosso Pai celestial bem sabe que necessitais de todas estas coisas;

33 Mas, buscai primeiro o reino de Deus, e a sua justiça, e todas estas coisas vos serão acrescentadas.

34 Não vos inquieteis, pois, pelo dia de amanhã, porque o dia de amanhã cuidará de si mesmo. Basta a cada dia o seu mal.

O praticante deve ter paciência para aprender e acreditar na sua própria habilidade. Muitos desistem porque acham que não são capazes de aprender, serão assim em todos os setores da vida, estarão sempre desistindo e quando olham para trás vêem que não fizeram nada produtivo. A ansiedade e a pressa para nada servem, apenas atrapalham o desenvolvimento do praticante. A impaciência não aumenta a habilidade, pelo contrario ela faz com que a pessoa cometa erros e demore ainda mais a atingir os resultados desejados.

Alguns alunos aprendem um movimento, praticam-no por uma ou duas vezes e cruzam os braços. Desta forma jamais produzirão excelência. Outros praticantes se esquecem totalmente dos movimentos antigos que aprenderam tão logo aprendam outros novos. O bom praticante tem zelo por seu aprendizado e está sempre apto a demonstrar e ajudar os demais caso eles precisem.

Não há necessidade de inquietação. Aprenda um pouco a cada dia e quando menos esperar verá que já aprendeu bastante coisa para compartilhar com o mundo. Muitos desafios poderão surgir, porém, é só vencê-los um a um. O passado já não existe e você não pode consertá-lo. O futuro é o presente que se desdobrará, cuide bem do momento atual. Seja gentil, prestativo, amoroso, atencioso, tenha boa vontade para com todas as pessoas e não precisará se preocupar com o “futuro”. Evidentemente isso não significa que você deixe de tomar os passos necessários para se ter uma boa vida há daqui dez anos, por exemplo. Contudo, você não se desesperará, pois plantando boas sementes (pensamentos e ações corretos) é possível prever boa safra (felicidade, alegria, riqueza, prosperidade, saúde, paz e harmonia).

Buscar o Reino de Deus e a Sua justiça é ocupar-se em pensar, falar e fazer somente aquilo que beneficia a você e aos outros. O bom praticante deve ter discernimento daquilo que é bom e do que não é evitando este último. Por acaso falar mal, criticar, censurar, maldizer o outro beneficia você ou ele? Não! Então, o praticante jamais deve perder tempo com tolices.

Mateus, 7:1-5.

1 NÃO julgueis, para que não sejais julgados.

2 Porque com o juízo com que julgardes sereis julgados, e com a medida com que tiverdes medido vos hão de medir a vós.

3 E por que reparas tu no argueiro que está no olho do teu irmão, e não vês a trave que está no teu olho?

4 Ou como dirás a teu irmão: Deixa-me tirar o argueiro do teu olho, estando uma trave no teu?

5 Hipócrita, tira primeiro a trave do teu olho, e então cuidarás em tirar o argueiro do olho do teu irmão.

Mais claro do que estes ensinamentos é impossível. Todo praticante que julgar seu irmão, professor ou mestre será digno de ser julgado da mesma forma. Às vezes o praticante está cheio de “defeitos” (coloquei entre aspas porque na realidade tal situação é mentirosa, o homem verdadeiro não tem defeitos), contudo, procura tantos outros defeitos nos seus colegas, professores, mestres, academia, estilo etc.,

Este tipo de praticante faz o mesmo em seu lar e no resto da sociedade. Está sempre procurando defeitos para rebaixar as outras pessoas, acha que com isto parecerá muito elevado. Mal sabe ele que está sendo ainda mais baixo do que os demais. Tire a sujeira do seu olho e poderá enxergar a perfeição alheia. Se eu colocar uma lente toda arranhada em meus olhos, tudo me parecerá feio, sombrio e danificado.

Mas não são as coisas que estão assim, porquanto, o que está com defeitos é apenas a lente (a percepção das coisas, a maneira como você vê o mundo e as pessoas). Retire as lentes e poderá ver tudo claro e belo. Isto equivale a mudar sua percepção das coisas. Se vires um colega, professor ou mestre de certa maneira negativo retire as lentes (mude a maneira de vê-los) e os enxergará como eles realmente são. As pessoas não são ruins como você as vê. Ruim é a sua percepção das coisas e das pessoas. Você não tem raiva ou ressentimento de uma determinada pessoa, mas sim do conceito que você formou a respeito delas.

Ora, se você foi capaz de formar um conceito de uma pessoa, poderá desfazê-lo e formar um novo quando quiser, basta decidir e empenhar-se. Tanto isto é verdade que uma pessoa poderá parecer-lhe ruim, contudo, para outro ela parecerá muito boa. Isto apenas prova de que lidamos com o conceito que fazemos das pessoas.

Se você quer levar uma vida agradável deverá sempre formar um conceito positivo acerca das pessoas que o rodeiam. Além de você se sentir bem com essa postura de vida, todos gostarão de ficar na sua presença. Vendo as pessoas com bons olhos, você irradiará uma atmosfera pessoal que fará as pessoas se interessarem por você e a gostarem de você e, se gostam de você, elas cuidaram de ti.

Mateus, 7:6.

6 Não deis aos cães as coisas santas, nem deiteis aos porcos as vossas pérolas, não aconteça que as pisem com os pés e, voltando-se, vos despedacem.

Você deve deixar as pessoas serem como elas são. O amor sem sabedoria é sufocante e faz mais mal do que bem. Debaxo do céu tudo tem seu tempo. Não queira apressar as coisas. Se o teu irmão não lhe acompanha o raciocino, não seja insistente ao ponto de injuriá-lo e perturbá-lo. Espere que aos poucos tudo se esclarecerá. Siga dando bons exemplos.

O praticante que já tem conhecimento desse modo de viver deve tomar a iniciativa de ajudar o seu irmão mais novo a trilhar o bom caminho, e é aqui que você deve ter cuidado para não deitar vossas pérolas (ensinamentos) aos que ainda não estão preparados para recebê-los. Caso venha a enfrentar tal situação, espere até que a pessoa esteja mais familiarizada com o caminho que ora propomos. Pode ter certeza de que isto ira acontecer mais cedo ou mais tarde. Seja Cortez e gentil, e esta gentileza fará com que o coração (o subconsciente onde reside as crenças que no caso são falsas) que está endurecido pelos pensamentos e crenças errôneos sejam amolecidos. Aos poucos você tratará de inculir na mentalidade do novo praticante o correto caminho a seguir.

Mateus, 7:7-12.

7 Pedi, e dar-se-vos-á; buscai, e encontrareis; batei, e abrir-se-vos-á.

8 Porque, aquele que pede, recebe; e, o que busca, encontra; e, ao que bate, abrir-se-lhe-á.

9 E qual de entre vós é o homem que, pedindo-lhe pão o seu filho, lhe dará uma pedra?

10 E, pedindo-lhe peixe, lhe dará uma serpente?

11 Se vós, pois, sendo maus, sabeis dar boas coisas aos vossos filhos, quanto mais vosso Pai, que está nos céus, dará bens aos que lhe pedirem?

12 Portanto, tudo o que vós quereis que os homens vos façam, fazei-lho também vós, porque esta é a lei e os profetas.

O bom praticante é persistente. Ele pede, busca e bate na porta do Universo e com certeza as portas ser-lhe-ão abertas. Para abrir uma porta específica eu preciso ter a chave certa, caso contrário eu poderei danificar tanto a porta como a fechadura. A lei aqui chamada também de a Regra de Ouro é: Portanto, tudo o que vós quereis que os homens vos façam, fazei-lho também vós. Se quer receber amor, precisa dar amor; se quer riqueza, doe pensamentos e atos generosos; se quer alegria e felicidade, faça os outros felizes primeiro; se quer paz, promovo-a onde você estiver. Não se colhe tomate em pé de alface.

O Absoluto ao qual chamamos de Deus é Bom, jamais Ele lhe daria uma pedra no lugar de pão, ou uma serpente no lugar de peixe. *(Tiago, 4:3 Pedis, e não recebeis, porque pedis mal, para o gastardes em vossos deleites.)* Se você pediu por saúde, prosperidade e paz e está recebendo o contrário, com certeza é porque você está se utilizando das chaves

erradas (pedindo mal). Se você trata mal seu colega, professor ou mestre estará usando a chave errada para conseguir o que almeja. O segredo está em fazer ao outro o que você quer para você. Se quer saúde, paz, prosperidade, alegria e harmonia deve proporcionar estas coisas aos outros e, sem que você se aperceba já as estará possuindo.

A vida não é difícil, nós a tornamos assim. Todo mundo gosta de boas coisas, de se sentirem bem, de serem prósperos e de terem paz. Mas se esquecem que vivemos em uma comunidade de cerca de seis bilhões de pessoas. Como é possível ser feliz se você ignorar a felicidade alheia?

Mateus, 7:13-14.

13 Entrai pela porta estreita; porque larga é a porta, e espaçoso o caminho que conduz à perdição, e muitos são os que entram por ela;

14 E porque estreita é a porta, e apertado o caminho que leva à vida, e poucos há que a encontrem.

Muitas pessoas que vêm pela primeira vez na academia pensam que basta se matricular e não fazerem nenhum tipo de esforço para se desenvolverem, ledô engano. A estas pessoas eu digo: Entrai pela porta estreita, o que significa seguir os conselhos daqueles que já trilharam tal caminho. Treinar com afinco e persistência, avançando sempre crendo na vitória infalível, mantendo na mente sempre a expectativa do melhor que há de vir.

A porta larga e o caminho espaçoso que conduz à perdição são a preguiça, a maledicência, o ódio, o rancor, a raiva, o ressentimento, a vingança, o orgulho, a sensualidade, a fornicação, a desonestidade, a infidelidade, a má vontade, a impaciência, a cobiça, a inveja, fofoca, intriga e todo tipo de pensamento destrutivo.

Se quiser passar pela porta estreita que leva à vida (às boas conquistas, boas amizades, riquezas, saúde, excelência) deverá jogar fora todas aquelas vestes negativas de que estava fazendo uso.

Mateus, 7:15-20.

15 Acautelai-vos, porém, dos falsos profetas, que vêm até vós vestidos como ovelhas, mas, interiormente, são lobos devoradores.

16 Por seus frutos os conhecereis. Porventura colhem-se uvas dos espinheiros, ou figos dos abrolhos?

17 Assim, toda a árvore boa produz bons frutos, e toda a árvore má produz frutos maus.

18 Não pode a árvore boa dar maus frutos; nem a árvore má dar frutos bons.

19 Toda a árvore que não dá bom fruto corta-se e lança-se no fogo.

20 Portanto, pelos seus frutos os conhecereis.

Você é o seu profeta, no sentido de que você está sempre criando seu destino através dos seus pensamentos e crenças predominantes. Às vezes o praticante se aventura por caminhos perigosos, confundindo diversão com recreação. Todos nós precisamos de recreação, o que inclui somente coisas salutares para todos, porém, a idéia de diversão que alguns têm é algo danoso e prejudicial tanto para ela mesma quanto para a sociedade.

O bom praticante de AMC deve evitar o álcool, as drogas, as brigas e o sensualismo (**Sensualismo: Doutrina que atribui tudo à ação dos sentidos externos, na formação das idéias**). Tais coisas são lobos devoradores (ilusões dos sentidos, diversões prejudiciais) disfarçados na pele de ovelhas (de coisas boas), tais caminhos são poços sem fundo que suga cada vez mais a pessoa para baixo.

A recreação é algo aprazível, um jantar, um almoço, uma confraternização, um treino ao ar livre (piquenique) e outros tipos de brincadeiras salutares que somente engrandecem a todos.

Todo praticante que agir com amor e respeito dará bons frutos, e todo praticante que agir sem amor e sem respeito dará maus frutos, pelos seus frutos os conhecereis. Tais praticantes ou se regeneram e entram pela porta estreita que conduz á vida, a liberdade e a paz, ou serão cortados e lançados no fogo. Contudo, não serão os outros que o cortará e o lançará no fogo, porém, ele próprio o fará. O fogo é o esquecimento, a indiferença, o tormento, a depressão, a angústia, o fracasso.

Para sair deste inferno de fogo ardente, basta seguir os conselhos aqui descritos. O mestre, os professores e os demais membros da comunidade jamais deverão fazer acepção de pessoas, todos devem ser tratados com igualdade, concedendo-lhes as chances necessárias para se redimirem.

Mateus, 7:21-23.

21 Nem todo o que me diz: Senhor, Senhor! Entrará no reino dos céus, mas aquele que faz a vontade de meu Pai, que está nos céus.

22 Muitos me dirão naquele dia: Senhor, Senhor, não profetizamos nós em teu nome? e em teu nome não expulsamos demônios? e em teu nome não fizemos muitas maravilhas?

23 E então lhes direi abertamente: Nunca vos conheci; apartai-vos de mim, vós que praticais a iniquidade.

De nada adiantará ao praticante agir apenas por interesse pessoal dizendo Mestre, Mestre! Se, contudo não fizer a vontade do Pai, ou seja, agir sempre com boa índole, benevolência, amor, atenção, respeito, sabedoria. O bom praticante segue a boa conduta as vinte e quatro horas do dia, onde estiver e com quem estiver. Este entrará no céu, ou seja, colherá os bons frutos de suas boas ações.

Você é o único profeta da sua vida. Você profetiza através dos seus pensamentos e crenças dominantes. Que espécie de pensamentos e crenças você tem? Pelos seus frutos os conheceréis. Pense no mal e o mal se seguirá. Pense no bem que o bem se seguirá. Você será um mau profeta ou falso profeta quando pensar, falar e agir de forma negativa. Você estará blasfemando contra o universo perfeito de Deus quando achar que exista tanto o bem quanto o mal; a doença e a saúde; a riqueza e a miséria. Você verá este dualismo enquanto perdurar sua crença nele.

Você será um bom profeta ou verdadeiro profeta quando pensar corretamente a respeito de Deus, do Universo, de você mesmo e das outras pessoas. Você será um bom profeta quando falar apenas sobre saúde, riqueza, simetria, proporção, beleza, amor e de todas as benesses da vida. Você será um bom profeta quando vir o bem onde todos vêem o mal. Você será um bom profeta quando vir a perfeição onde todos vêem a imperfeição. Você será um bom profeta quando vir a riqueza onde todos vêem a pobreza. Você será um bom profeta quando vir a saúde onde todos vêem a doença. Você será um bom profeta quando vir a beleza onde todos vêem a feiúra. Você será um bom profeta quando vir a paz onde todos vêem a guerra.

É deste tipo de praticante (profeta) que o mundo precisa. Não precisamos mais de pessoas que causem fadiga aos demais pela suas maneiras erradas de pensar, falar e agir.

Mateus, 7:24-29.

24 Todo aquele, pois, que escuta estas minhas palavras, e as pratica, assemelhá-lo-ei ao homem prudente, que edificou a sua casa sobre a rocha;

25 E desceu a chuva, e correram rios, e assopraram ventos, e combateram aquela casa, e não caiu, porque estava edificada sobre a rocha.

26 E aquele que ouve estas minhas palavras, e não as cumpre, compará-lo-ei ao homem insensato, que edificou a sua casa sobre a areia;

27 E desceu a chuva, e correram rios, e assopraram ventos, e combateram aquela casa, e caiu, e foi grande a sua queda.

28 E aconteceu que, concluindo Jesus este discurso, a multidão se admirou da sua doutrina;

29 Porquanto os ensinava como tendo autoridade; e não como os escribas.

Todo praticante de AMC, pois, que escuta estas palavras, e as pratica, assemelhá-lo-ei ao homem prudente, que edificou a sua casa sobre a rocha. Tal praticante é um exemplo para a nação. É bem sucedido em tudo o que faz, pois, está alicerçado sobre a rocha da verdade, do amor, da compreensão, do respeito e da dignidade. As chuvas aqui simbolizam as dificuldades ou vicissitudes da vida, estas podem até aparecer, mas não derrubarão tal praticante que construiu sua casa (vida) sobre a rocha (da fé, da verdade e do bem). Esse praticante triunfará sobre a chuva que desce (os problemas que possam aparecer) sem sofrer dano algum.

Porém, aquele praticante, que ouve estas minhas palavras, e não as cumpre, compará-lo-ei ao homem insensato, que edificou a sua casa sobre a areia. E desceu a chuva, e correram rios, e assopraram ventos, e combateram aquela casa, e caiu, e foi grande a sua queda. Este tipo de praticante tem seus dias contados e o seu fracasso será certo, pois que edificou sua casa (vida) na areia (em ilusões, maldades, prevaricações, desonestidade, deslealdades, infidelidades, maledicências, preguiça, má vontade...)

Alguns praticantes reclamam da distância que há entre sua casa e a academia; outros reclamam porque têm de andar a pé, tal não é uma atitude de um bom praticante de AMC. Neste exemplo, o bom praticante deve primeiro agradecer porque pode ir à uma academia, mesmo que a pé, isso é sinal que tem pernas e que está saudável, não é este um fato agradecível? O bom praticante de AMC não se limita, ao invés de ficar se justificando, ele abre novas portas. O bom praticante não reclama de espaço, de tempo, de clima ou do que quer que seja, ele ilumina seu caminho com sua maneira de pensar positivo.

O bom praticante não transfere a responsabilidade para outras pessoas, para Deus ou para o Diabo. Ele assume a responsabilidade e faz o que tem de fazer. O bom praticante sabe que se a premissa é verdadeira, o resultado é certo e bom. O bom praticante sabe que se estiver agindo conforme a vontade do Absoluto, não dirá “Se Deus quiser” ou “Se o tempo estiver bom”; não, ele abrirá seu próprio caminho, pois que estará alicerçado na Verdade e no Bem. O praticante que age desta forma será o bom pai, o bom empresário, o grande líder, o bom filho, o bom cônjuge.

Marcos, 16: 15 E disse-lhes: Ide por todo o mundo, pregai o evangelho a toda criatura. Isso significa que o bom praticante deve divulgar a academia para outras pessoas, não deve restringir os benefícios alcançados na prática das AMC, deve estendê-las ao maior número de pessoas possíveis. Quanto mais praticantes seguindo a filosofia do bem proposta aqui, tanto melhor será o mundo para todos. Se você sabe que as AMC propiciam saúde, paz, energia, força, bem-estar, equilíbrio, autocontrole, autoconfiança, serenidade, disciplina etc., deve querê-las para outras pessoas também. O bom praticante não monopoliza o bem.

Este é o caminho a ser seguido por todos os praticantes de Artes Marciais Chinesas que sinceramente buscam expressar seus talentos. Os ensinamentos aqui descritos servem para serem aplicados em quaisquer setores de nossa vida. O Sermão da Montanha atribuído a Jesus, O Cristo pode ser seguido por qualquer pessoa independentemente de sua religião, nacionalidade ou raça. Este pequeno ensaio não trata de religião, mas sim de espiritualidade. A religião às vezes separa as pessoas, mas a espiritualidade as aproxima.

Meu objetivo ao ensinar este pequeno ensaio foi trazer aos praticantes uma luz para alumiar seus caminhos, conduzindo-os ao sucesso, à paz, à fraternidade, à saúde, à riqueza e à harmonia.

Desejo sinceramente que como um incenso a purificar o ambiente, estas palavras aqui escritas possam beneficiá-los por toda a sua trajetória e que sua vida seja coroada de êxitos em todos os seus empreendimentos.

Com estima,

Mestre Samir dos Reis Macedo

Presidente da Uberaba Wushu Society Brasil

Vice-Presidente da Liga Uberabense de Kung-Fu

Diretor de Kung-Fu da Associação Uberabense de Artes Marciais

Membro da American Wushu Society – USA.

Uberaba (MG), quinta-feira, 6 de maio de 2010