

A Evolução do Tai Ji Quan da Família Yang

Por Gu Liuxin

Yang Fukui (1799-1872) mais conhecido como Yang Luchan nasceu no Condado de Yongnian na Província de Hebei ao norte da China. Devido à pobreza ele teve que deixar sua cidade natal quando tinha dez anos e para sobreviver mudou-se para Chenjiagou no Condado de Wenxian na Província de Henan no centro da China. Ele serviu como um empregado da Família Chen e aprendeu a “Lao Jia” (A Velha Forma) assim também como Tue Shou (Empurrar as mãos), e combate com armas do famoso mestre de artes marciais chinesas Chen Changxing (1771-1853). Depois de trinta anos de prática e estudo diligente, ele retornou a Yongnian. Antes de partir para sua cidade natal, Chen Changxing disse-lhe que já que ele havia se tornado um hábil mestre de wushu, ele não teria mais que se preocupar com roupa e comida para o resto de sua vida.

Quando Yang Luchan retornou ao Condado de Yongnian, ele instalou-se na Farmácia Tai He Tang, administrada pela família Chen de Chenjiagou. A casa pertencia aos Wu, e seus três irmãos – Wu Chengqing, Wu Heqing e Wu Ruqing – eram todos entusiastas desta arte marcial popular. Eles admiravam a supremacia técnica de Yang Luchan e aprenderam o wushu dele.

A população local de Yongnian tinha grande estima por Yang Luchan, tratavam o seu Tai Ji Quan como sendo “o box de algodão”, “box suave” ou “box solúvel” por seus efeitos maravilhosos de ultrapassar o forte e golpear seu oponente sem machucá-lo e por sua tática flexível de ataque e defesa.

Naquele tempo, Wu Ruqing era um conselheiro no escritório de SiQuan no departamento judicial da corte imperial. Ele indicou Yang Luchan para ensinar Tai Ji Quan na antiga capital de Pequim onde muitos nobres e parentes da Dinastia Qing aprenderam wushu com ele. A casa do Príncipe Duan, uma das famílias reais na capital, tinha empregado um grande numero de mestres de luta e lutadores, e muitos deles estavam ansiosos para experimentar a força de Yang Luchan, mas ele invariavelmente declinou educadamente os desafios propostos. Um dia um famoso mestre lutador de grande prestígio insistiu em competir com ele para ver quem era mais forte. O lutador sugeriu que eles sentassem em duas cadeiras e apoiassem seus punhos direto um contra o outro. Yang Luchan não teve escolha a não ser aceitar. Pouco depois de começada a luta o mestre lutador começou a suar e sua cadeira partiu como se fosse desmanchar. Mas, Yang Luchan continuava integro e sereno como sempre. Então ele levantou-se e com um tom gentil para os que estavam assistindo a luta disse: “A habilidade do mestre é verdadeiramente suprema. Apenas sua cadeira não é tão forte quanto a minha”. O homem ficou tão comovido por sua modéstia que ele nunca deixou de elogiar a conduta exemplar e a habilidade sem par de Yang Luchan. Mais tarde sempre quando alguém queria testar sua capacidade e proeza, ele jogava o desafiador no chão sem machucá-lo. Desta forma Yang Luchan ganhou grande fama e alto prestígio e foi chamado de “Yang, O Invencível”. Mais tarde ele foi nomeado como um oficial de wushu na corte Qing com um nível mais alto que o oficial de sétimo nível. Quando foi visitar Chenjiagou para ver seus velhos amigos, ele recebeu calorosas boas vindas.

Naquele tempo havia um mestre de wushu chamado Liu que havia ensinado milhares de estudantes. Um dia ele desafiou Yang Banhou (1837-1892), um dos filhos de Yang Luchan, para uma briga. Yang Banhou que estava no primor da sua juventude e um pouco belicoso por natureza, aceitou o desafio sem hesitar. Durante a luta que atraiu centenas de pessoas, Yang Banhou mandou seu oponente rolando pelo chão a alguns metros com um surpreendente golpe com sua palma. Desde então, Yang Banhou também foi chamado de “Yang, O Invencível”.

O número de pessoas que desejavam aprender wushu começou a aumentar. Para satisfazer as necessidades do povo, Yang Luchan gradualmente apagou da série de movimentos ações difíceis como saltos, explosões de energia e vigorosas pisadas. Após revisões feitas por seu terceiro filho Yang Jianhou (1839 -1917), esta série de movimentos ficou conhecida como “Zhong Jia” (Forma Média). Mais tarde, foi novamente revisada por Yang Chengfu (1883 -1936), o terceiro filho de Yang Jianhou, que finalmente desenvolveu a atual “Da Jia” (Forma Longa) por causa de suas posturas naturais e estendidas, e seus movimentos suaves e contínuos. Esta forma era diferente da de seu tio Yang Banhou que ficou conhecida com o nome de “Xiao Jia” (Forma Curta). Esta é hoje em dia a Escola de Tai Ji da Família Yang mais conhecida.

A Escola Yang de Tai Ji Quan nasceu da Escola Chen de Tai Ji Quan que ficou conhecida como “Lao Jia” (Velha Forma). Os movimentos são relaxados, contínuos e harmoniosos como nuvens passando ou rios fluindo, muito diferente do Estilo Chen que alterna movimentos lentos e rápidos, e ações vigorosas, controladas e contidas. A apresentação do Estilo Yang de Tai Ji Quan é sóbrio e simples e sempre segue um caminho circular, como o “desenrolar do fio de seda do casulo”. Os movimentos são naturalmente combinados com a respiração que deve ser profunda e deve submergir no Dan Tian (um ponto na parte inferior do abdômen um pouco abaixo do umbigo). Neste ponto também difere do Estilo Chen que combina “submergir a respiração profunda no Dan Tian” com “respiração circular na parte inferior do abdômen”.

Bom para a saúde e conhecido por seus efeitos curativos, a Escola Yang de Tai Ji Quan, que é fácil de ser aprendida apreendeu o gosto de um número crescente de pessoas, e é por isso que é mais popular que a Escola Chen.

A magnífica habilidade de três gerações da Família Yang ganhou grande renome através da capital. O que foi notável é o fato de que eles passaram irrestritamente os ensinamentos para muitos jovens, e talvez seja por isso que hoje existam tantos seguidores da Escola Yang de Tai Ji Quan. Em 1928, Yang Chengfu foi convidado para ensinar Tai Ji Quan sucessivamente em Nanjing, Shanghai, Hangzhou, Guangzhou e Hankou. E assim a Escola Yang de Tai Ji Quan espalhou-se pelo país.

Notável por sua postura natural e estendida, bem estruturada, suave e uniforme, o estilo Yang de Tai Ji Quan combina vigor com delicadeza, com suas ações seguindo um padrão circular. Cada uma de suas formas ou movimentos contém a técnica de contra-atacar e dominar o oponente.

A escola Yang de Tai Ji Quan tem três estruturas de formas – alta, média e baixa. O aprendiz pode determinar a quantidade de exercício de acordo com sua idade, condições físicas e requerimentos específicos (como emagrecer, prevenir e curar doenças, treinamento físico, recreação e competição).

Porque os movimentos são estendidos e naturais, suaves e flexíveis, graciosos e únicos, assim também como simples e fáceis de aprender, a Escola Yang de Tai Ji acabou se tornando a favorita de um grande número de entusiastas do wushu.

Yang Chengfu, um dos fundadores desta escola, foi um grande mestre de wushu de sua época. Sempre que praticava Tai Ji Quan, ele estritamente seguia as rotinas e nunca era relapso em seus movimentos. Os movimentos de todo o seu corpo incorporam a quietude dos exercícios de Tai Ji Quan. Yang Chengfu disse uma vez: Tai Ji Quan é uma arte com força escondida nos movimentos suaves, como uma “mão de ferro coberta por uma luva de veludo” ou uma “agulha escondida no algodão”. Ele advertiu aos alunos que sempre mantivessem o arredondamento e o relaxamento em seus movimentos que, como ele disse, devem ser suaves, naturais, flexíveis e contínuos assim como coordenados com a mente. Isto é a soma de sua própria experiência e realização.

Após a ida de Yang Chengfu para o sul do país, ele gradualmente se deu conta de que o Tai Ji Quan tinha a eficácia de tratar doenças crônicas, aumentando a saúde das pessoas e trazendo a longevidade. Quando ele fazia apresentações, organizadas por seu aluno Chen Weiming (um editor que trabalhava no Instituto Histórico da Dinastia Qing), na Associação Zhirou de Wushu enquanto estava em Shanghai, ele executou os movimentos de chutar com velocidade e força. Mais tarde, entretanto, para servir ao propósito de curar doenças crônicas, ele mudou para movimentos lentos com força interna, fazendo com que a forma ficasse contínua e harmoniosa. E, em movimentos como empurrar para baixo e golpear a região púbica do oponente, ele apenas fez imitações ao invés de manifestar a explosão de força, fazendo assim um conjunto de movimentos contínuo e harmonioso.

Yang Chengfu era um homem robusto e elegante. Criando um estilo próprio ele havia conseguido a mestria nas técnicas de Tue Shou (Empurrar as Mãos) e era bom tanto no ataque quanto na defesa. Embora seus socos fossem executados de forma suave, eles eram tão fortes como uma barra de ferro coberta por uma suave malha. Ele podia emitir um tremendo golpe com apenas um pouco de ação e antes que o oponente sentisse que tinha sido atacado ele já havia sido atirado a metros de distancia sem se machucar. Embora outras escolas tenham como objetivo principal machucar o oponente, Yang Chengfu apenas dominava o oponente sem machucá-lo, assim deixou uma resplandecente nova trilha nas artes marciais. Muitos aprendizes não apenas queriam chegar à mestria como também se regozijavam fazendo isto.

Yang Shaohou (1862-1930), o filho mais velho de Yang Chengfu, também era um mestre de wushu famoso que aprendeu a maior parte de suas habilidades com seu tio Yang Banhou, e como seu tio, ele era belicoso por natureza. Sua forma de Tai Ji Quan era originalmente parecida com a de seu irmão, mas mais tarde gradualmente mudou para a forma alta com trabalho de pés vividos e movimentos pequenos bem costurados, alternando ações rápidas e lentas. Ele era veloz e poderoso em entregar seus golpes e com olhos brilhantes como tochas, um sorriso cruel em seu rosto, urrava e gritava enquanto ia para frente e para trás, ele era temido pelos outros. As características técnicas deste tipo de Tai Ji Quan eram: vencer golpes fortes com movimentos suaves adaptar-se aos movimentos dos outros e seguir com ataques rápidos, usando o movimento de conexão rápida para derrotar o oponente com ataques surpresa. Os movimentos de mãos incluíam agarrar, empurrar e capturar, machucar os músculos do atacante e ferir seus ossos, atacando os pontos vitais do oponente e controlar suas artérias e veias, usando conexão contínua e rápida para jogar o atacante no chão com a velocidade da luz.

Quando ensinava seus alunos Yang Shaohou atacava-os sem retirar seus socos. Seus movimentos de ataque eram rápidos e ferozes, e sua expressão facial era mutável e variante. Tudo isto fazia com que seus alunos tivessem dificuldade em imitá-lo, a razão pela qual muitos deles desistiam antes do final. E isto também pode ser a razão pela qual o estilo de Yang

Shaohou não era tão popular quanto Yang Chengfu, embora os dois irmãos tivessem uma reputação igualmente alta durante suas vidas.

Yang Shaohou seguiu seu irmão para o sul do país e deu palestras em Shaghai e Nanjing. Oficiais de Mang e ricos mercadores disputavam uns com os outros para aprender com eles.

Wu Jianquan, um famoso mestre do Estilo Wu de Tai Ji Quan, convidou Yang Shaohou para ensinar seu filho Wu Gongyi. Depois de vários meses sendo treinado por Yang Shaohou, Wu Gongyi atingiu a mestria em habilidades como agarrar, jogar e outras, que fizeram dele um melhor esperto em wushu do que outros discípulos da Escola Wu de Tai Ji Quan.

As técnicas de Yang Chengfu melhoraram e amadureceram com a passagem do tempo. Na sua meia idade, suas habilidades no wushu alcançaram o ponto mais alto e sua apresentação tinha aquele toque de magnitude e galanteio como poucos maestros poderiam adquirir. No livro *Técnicas do Tai Ji Quan* escrito por seu discípulo Chen Weiming em 1925, têm 37 fotografias mostrando Yang Chengfu em diferentes posturas e quatro fotografias mostrando Yang Chengfu fazendo Tue Shou com Xu Yusheng. No livro *Um Manual de Tai Ji Quan* copilado por Zheng Manqian em 1934 para Yang Chengfu, haviam 104 fotografias. Embora o peso de Yang Chengfu fosse 132 kilos naquele momento, seus movimentos eram naturais e relaxados, combinando vigor com suavidade. Poder-se-ia dizer que ele havia alcançado o apogeu de proficiência técnica.

Entre seus alunos que depois se tornaram grandes mestres de Tai Ji Quan e professores estão: Cui Yishi (Pequim), Li Chunnian (SiQuan), Chen Weiming, Wu HuiQuan, Fu Zhongwen (Shanghai), Niu Chunming (Hangshou), Dong Yingjie (Hongkong).

O filho mais velho de Yang Chengfu, Yang Zhenming, tem ensinado Tai Ji Quan em Hongkong por um longo tempo. Yang Zhenji, seu segundo filho, é o atual presidente da associação de Wushu na cidade de Handan na Província de Hebei. Yang Zhenduo seu terceiro filho, agora ensina Tai Ji Quan na cidade de Taiyuan na Província de Shanxi e também é presidente da Associação de Pesquisa da Escola Yang de Tai Ji Quan nesta província. Em novembro de 1961 ele foi para Shanghai para dar demonstrações de Tai Ji Quan, o que causou um grande impacto. Muitos fãs de Tai Ji Quan foram para Shanghai especialmente assistir a seu desempenho.

Yang Chengfu foi a Shanghai em algumas ocasiões para ensinar o Tai Ji Quan, e a cada vez ele levou consigo um assistente para praticar o Tue Shou. Como eu me lembro o primeiro a acompanhá-lo para Shanghai foi Wu HuiQuan (130 kilos e um antigo lutador); o segundo foi Dong Yingjie; o terceiro foi Yang Kairu; o quarto foi Chang Qingling, e a última vez foi Fu Zhongwen que era o filho da filha de Yang Chengfu.

As três gerações da Família Yang ensinaram o Tai Ji Quan por muitos anos e acumularam experiências ricas neste campo. Com seu material de ensino e métodos continuamente aperfeiçoando-se, a Escola Yang de Tai Ji Quan é agora extremamente popular entre o povo Chinês.

(texto extraído do livro: Yang Style Tai Ji Quan, Mestre Yang Zhenduo, traduzido por Paula Faro)