

BOLETIM FATSHAN

INFORMATIVO KUNG FU USKF/AFK SÃO PAULO – BRASIL

2011

Direcionado a Atletas USKF/AFK, profissionais de Educação Física, Educação, Terapeutas, Unidades Militares das Forças Armadas, Forças Policiais, Academias e a população em geral.

EDITORIAL

“Tudo tem o seu tempo determinado, e há tempo para todo o propósito debaixo do céu.” É com muita alegria que lançamos e podemos fazer chegar este Boletim Fatshan Kung Fu a tuas mãos.

O Projeto Editorial contempla a nossa responsabilidade com a sociedade brasileira, portanto, nosso maior compromisso é fazer com que a qualidade, o conteúdo e utilidade deste material se façam cada vez maior, a fim de melhor atendê-la.

Que em cada dia de 2011 e próximos anos, cada praticante de Arte Marcial e a sociedade brasileira em geral possam por em prática o amor filial, cortesia, respeito ao próximo e às autoridades constituídas.

Profissionais de Artes Marciais são também educadores e sendo assim sua meta é ensinar corretamente a seus alunos o que aprenderam e prepará-los para a vida.

A USKF/AFK deseja neste e próximos anos muita saúde, amor, paz, prosperidade, tranquilidade infinita e acima de tudo a busca pela paz. Afinal todos nós merecemos.

Que todos os cidadãos brasileiros tenham um pouco mais de atitude e senso crítico em relação ao dinheiro fácil e à impunidade, motivo de diversão e gargalhadas de quem deles desfruta em segmentos da sociedade brasileira que já se tornou um picadeiro.

Que o sistema educacional brasileiro dê um grande salto de não funcional onde sobram diagnósticos, mas remédios são inexistentes devido à subjetividade e generalização de pessoas que se acham Donas da Verdade principalmente educadores da linha tradicional limitados pelo seu modelo “egocentrismo intelectual” a ser seguido por outros países.

Aproveito a oportunidade para parabenizar aos pais que não medem esforços para manterem seus filhos estudando e aos autênticos professores(as) da Rede Pública e Particular de Ensino por dedicar uma vida inteira ao crescimento contínuo das crianças que são a mais bela, pura e sincera expressão de Deus e possuem um talento interior, um verdadeiro diamante a ser lapidado e não menosprezado e deixado à margem da sociedade. Portanto, que cada um cumpra sua missão e que o tripé PAIS-ALUNOS-ESCOLA tenha uma comunicação sincera, verdadeira e leal, cumpridores de suas obrigações no lar, trabalho e para com o próximo com uma conduta irrepreensível digna de nota e aceitável pela sociedade justa cujos líderes (governantes) devem, de forma transparente e cristalina, conduzir.

Com orgulho cada vez maior de ser Profissional de Artes Marciais e Educação Física e Terapeuta Holístico.

Agradeço ao SENHOR DOS EXÉRCITOS pela oportunidade de escrever esta mensagem e por abençoar a vida de todos meus amigos e inimigos, dependentes e insignificantes como eu diante do Supremo Pai Eterno.

Sifu Mendes - Editor

NOTA DO EDITOR

Este ano, a USKF/AFK comemora seus vinte e cinco (25) anos de trabalho pelo desenvolvimento do Kung Fu, fundadas em 23/05/1986 pelo Sifu Mendes, sendo que ao longo dos anos já passaram diversos atletas pela Academia.

A USKF/AFK tem trazido muitas autoridades para ministrarem cursos e palestras tais como Sifu Jair Mello, do estilo Fey Hok Phai, de Joinville- SC.

Entre as muitas atividades para este ano está prevista a entrega de Diplomas para aqueles que passaram nos exames de Cinta Preta, Placa Jiu Pai (representantes) em conjunto com a cerimônia Pai Si (discipulado) e portanto convida antecipadamente todos os seus atletas e familiares para saborearem delicioso bolo de aniversário em data a ser divulgada.

CONTEÚDO

- 2 NOTÍCIAS, DEDICATÓRIA, CAMPANHA (PROJETO LUZ NA ESCURIDÃO)
- 3 HOMENAGENS
- 4 SIFU MENDES
- 5 HISTÓRIA DO KUNG FU
- 6 AFK
- 7 USKF
- 8 CALENDÁRIO
- 9 CURSO DE DEFESA PESSOAL
- 10 ACUPUNTURA
- 14 UM POUCO DA HISTÓRIA
- 16 FILOSOFIA, PROVÉRBIOS LATINOS E CHINESES; KALAMA SUTTA, RECANTO LITERÁRIO
- 17 CLASSIFICADOS
- 18 REFLEXÃO
- 20 REFLEXÃO DIÁRIA

NOTÍCIA

Já está disponível no site www.fatshan.com.br o calendário oficial de eventos 2011 com destaques para cursos diversos e torneios como 6ª COPA FATSHAN DE KUNG FU, 19ª CAMPEONATO MUNDIAL na Itália, COPA RESENDE OPEN e 1º CAMPEONATO MUNDIAL em Lima / Peru entre outros com premiações em troféus, medalhas, cinturões e dinheiro.

Dedicatória

Dedico este Boletim a todos os praticantes de Artes Marciais Chinesas do passado e do presente que sempre buscaram ou buscam aprofundar-se em vários tipos de conhecimentos proporcionados por sua Arte Marcial através de maturidade mental, física e espiritual contribuindo sobremaneira e de forma dinâmica da sociedade moderna.

Expresso meus sinceros agradecimentos a Deus Todo Poderoso, a Meus Pais, Irmãos, aos Mestres de Kung Fu com quem tive privilégio de estudar, aos meus irmãos de Kung Fu, a todos os discípulos e Filiados da USKF/AFK e diretores que sempre acreditaram em meu trabalho.

CAMPANHA

(PROJETO LUZ NA ESCURIDÃO)

A USKF / AFK está desenvolvendo uma campanha humanitária em favor dos menos favorecidos e/ou Entidades Assistenciais diversas. Estaremos permanentemente recolhendo roupas e alimentos na Matriz ou Filiais a fim de atender com tais materiais as pessoas e famílias carentes de tais recursos. Principalmente no inverno onde o frio mata milhares de pessoas pelo mundo, a sua participação é fundamental.

A USKF / AFK acredita que, por ter academias vinculadas, elas também devem promover seu papel social e unir o nome do KUNG FU a boas causas e com certeza podemos ajudar tais pessoas ou famílias de alguma maneira.

Agradecemos desde já do fundo do coração, a todos que vierem atender esse pedido (alunos e familiares). A alegria de quem ajuda não tem preço!

Lista para doação:

Roupas usadas (adulto, infantil e bebês) alimentos diversos, material de limpeza e higiene, garrafas plásticas (refrigerante, água etc.). Brinquedos, Remédios etc.

Se você membro ou não deseja ajudar entre em contato com a Matriz ou as equipes filiadas (www.fatshan.com.br) ou através dos fones:

11 - 7571-1200 / 11 -9976-8968

Homenagens

No aniversário de 25 anos da USKF/AFK, a Administração presta suas reverências aos filiados (Mestres, Professores e Atletas) que de forma incansável conduzem seu trabalho engrandecendo a arte marcial chinesa no país e exterior.

Ei-los:

- ☯ Mestre Reizinho – Academia Defetccom e seu trabalho social com jovens em Diadema - SP.
- ☯ Mestre Jorge de Souza e Instrutor Kenderson com tremenda atuação em Porto Real – RJ e Barra Mansa – RJ, e também relevante trabalho social com os jovens através do KTIV e Aerokungbox.
- ☯ Mestre China – Academia China Fighter de Francisco Morato – SP com prestigioso trabalho na área do Wushu Moderno e Sanda.
- ☯ Profº Boccia – Shaolin Sul com grande trabalho na região do bairro da Lapa – São Paulo – SP.
- ☯ Profº Barroso com tremendo trabalho em Resende – RJ através da Academia Fu Yang, e intenso trabalho também com seu Ministério Evangélico levando a Palavra aos mais necessitados espiritualmente.
- ☯ Profº Helveci Teixeira
- ☯ Profº, Instrutores e Atletas Aurélio, Júnior, Jorge, Carlos Renato, Daniel Martins, Bruno de Castro, Djair Pinheiro Alves, Mazinho, Linea Ribeiro, Fernando Netto, Fábio, Leandro Soles Martins, Luciane Martins Komatsu, Renato Martins Komatsu, Arthur Herbt, Pedro Paulo de O. Carvalho, Denis Kamikawa Miyassaki, Vinicius Massato Maeda, Jefferson Alves, Ana Lucia Macedo Santos, Célia Carrasco, Caio Bersot Higuti, Aline Maria Sales Martins, Claudia Akemi Iwata, Sueli Ninomia, Deise Shimamura, Kelli Mattos, Francisco Xavier Filho Alexandre Barbosa e Franklin Min Yang Ko entre outros todos praticantes dos estilos da linhagem do Sifu Mendes,

SIFU MENDES

Praticante de Kung Fu há mais de duas décadas (Cinta Preta 7º CHIEH_Mestre Sênior), Campeão Mundial em 1988 na Argentina; Vice Campeão Internacional pela Seleção Brasileira em 1999 em Buenos Aires (Combates e Formas) e vários outros títulos nacionais e internacionais e em 2006 trouxe diretamente da Itália o Cinturão de Campeão Mundial de Sanda Profissional (Boxe Chinês) e a Medalha de Ouro pelo desenvolvimento do Kung Fu.

Atualmente leciona Kung Fu e atua como técnico de sua equipe e da seleção brasileira de Kung Fu USKF/AFK em eventos internacionais e já reconhecidos pela comunidade chinesa veio a obter um reconhecimento mundial em Perugia Itália (09/01/2006), nomeado representante oficial WORLD CKA para o Brasil e Mestre nível Internacional.

Manteve intercâmbio durante o período em que lá ficou (dez/2005 a jan/2006) com vários peritos de diversos estilos de Kung Fu (HUNG GAR, CHOY LI FUT, PA KUA, WU DANG JEET KUNE DO), MUAY THAI, AIKIDÔ, PENTJAK SILAT, SAMBO, VIET VO DAO, HWARANG DO, ARNIS, KALI, ESCRIMA, etc.

O trabalho desenvolvido pela USKF/AFK e seu líder SIFU(Mestre) Mendes já produziu muitos e diversificados frutos. Podemos citar, entre vários os discípulos (atuantes ou não) admitidos em vários estados brasileiros e até no exterior (França e Japão) e a quantidade de profissionais formados que ministram aulas em diferentes academias e/ou escolas pelo país e a participação em projetos sociais.



Fundador da USKF / AFK Sifu Mendes.

Sifu Mendes chefiando a seleção Brasileira de Kung Fu no Campeonato Mundial - Perugia - Itália - 2006 e 2007



KUNG FU

A história da humanidade sempre foi marcada por vários tipos de disputas comerciais, esportivas, culturais, industriais, amorosas, políticas, familiares, entre outras, desde tempos idos até os dias de hoje. Muitas foram as pessoas que acreditando serem poderosas, extrapolaram seus limites chegando a exterminar povos e mais povos com tremenda crueldade. Impérios foram erguidos e destruídos, donde se constata a efemeridade da vida humana e suas más ações e de que tudo que é feito para prejudicar seu semelhante lhe retorna em dobro.

Na luta pela sobrevivência, ou seja, no combate a seus semelhantes e aos animais, o homem vem utilizando desde outrora de objetos como pedras, galhos de árvores ou mesmo ossos de animais como armas, considerados como princípios das artes marciais, além de artifícios mesquinhos (intrigas, espionagem, falta de ética, etc.) para os superar.

Kung Fu é uma arte marcial de origem chinesa. “Esforço e tempo dispendido para executar uma tarefa ou dominar uma habilidade”; “Tempo de habilidade”; “Homem suado” são alguns dos seus significados. Possuem tendências diferentes, entre as quais: meditação, língua, artes, histórias, entre outras.

Não possui graduações por faixas, como nos sistemas japoneses e coreanos. Ao contrário utiliza-se de cintas como parte do uniforme de treinamento. O sistema de graduação é baseado na estrutura familiar chinesa, a qual sempre coloca o mais antigo em prática como chefe do clã.

O Kung Fu é praticado com ginástica apropriada, movimentos de lutas individuais (Tao Lus), técnicas de ataque e defesa, movimentos de luta a dois (Toi Tchás), os quais requer humildade, paciência e cautela por parte de estudante e nos níveis avançados a prática de caligrafia chinesa, pintura chinesa, medicina tradicional, etc. Estas disciplinas tornam-se bens inestimáveis por toda a vida. Um indivíduo pode aplicá-los em suas atividades profissionais, acadêmicas e sociais. Portanto estas habilidades tornam-se uma parte da personalidade, um caminho de vida. Velocidade, força, precisão, coordenação motora grossa e fina, concentração, memorização, raciocínio, respiração correta são desenvolvidos, resultando em equilíbrio das funções psíquicas e orgânicas, socialização e bem estar do corpo. Homens, mulheres, crianças e idosos podem praticá-lo.



Dança do Leão
Fatshan Lion Dance Team



Sifu Mendes e o
aluno Ko Ryu Sheng
praticando técnica
Louva Deus

A.F.K

A **ASSOCIAÇÃO DE KUOSHU - KUNG FU TRADICIONAL** (A.F.K.), é uma entidade de desporto sem fins lucrativos, fundada em 23 de maio de 1986, no ano do Tigre, presidida pelo Sifu (Mestre) Mendes, com sede e foro na cidade de São Paulo, na Rua Ararituaba, 1135, Vila Maria, CEP 02122-011, que congrega diversos estilos de Kung Fu e a prática de várias modalidades e/ou fitness, além da Medicina Tradicional Chinesa, objetivando melhorar a qualidade de vida das pessoas em um local que as mesmas possam cultivar, com disciplina e vigor, atividades físicas que contribuam para o crescimento e desenvolvimento de um físico harmonioso e ensinar a boa formação do caráter.

Seu crescimento vem sendo lento e gradual, face à situação econômica do país; mas o trabalho tem sido árduo e gratificante. Mesmo sendo um professor tradicionalista, mas com visão futurista, o Sifu (Mestre) Mendes, tem procurado lapidar seus discípulos quanto a personalidade no que tange a: respeito, lealdade, obediência, auto-confiança, e honradez. Fazendo a A.F.K., alcançar o respeito da comunidade marcial a nível regional, nacional e internacional.

O trabalho desenvolvido pela A.F.K., já produziu muitos e diversificados frutos, onde entre tantos, podemos citar a quantidade de profissionais formados que ministram aulas em diferentes academias e/ou escolas e participando de projetos sociais. Além das atividades internas a A.F.K., participa de vários eventos externos e nas principais competições de Kung Fu e campeonatos abertos em todo o país e no exterior.

Atualmente Sifu Mendes e a sua entidade, são filiados a Federação Mundial de Kung Fu (Wushu) a WORLD CKA – Itália e União dos Sistemas Kuoshu Fatshan – Federação Internacional, Confederação Brasileira de Kung Fu Shaolin (CBKFS), além de ser membro do CONSELHO REGIONAL DE TERAPIAS (CRT N. 31978), e como profissional de educação física é registrado no CREF04/SP sob o N. 6011.

O lema da A.F.K., é: "KUNG FU é antes de tudo uma educação para a vida. Praticá-lo exige disciplina, perseverança, auto-controle e discrição. Velocidade, poder, perícia e fama virão se forem observadas as regras de conduta e de ensinamentos direcionados para a paz."

Entidade de Administração de Desporto autorizada pelos artigos 18 e 19 do Código Civil brasileiro e artigos 114 e 119, da lei N. 6015, de 31/12/1973.

CNPJ/MF-03.352.257/0001-09

KUNG FU - ARMAS CHINESAS - CHI KUNG - FILOSOFIA - MOU SI - MOU LONG - MASSAGEM TERAPÊUTICA - PALMA DE FERRO - ESTILOS: SHAOLIN (LIU GÁA) - TAI CHI CHUAN - CHIN NÁ - SHUAI CHIAO - WING CHUN - SANDA.

U.S.K.F. - Federação Internacional.

A União dos Sistemas de Kuoshu Fatshan (**U.S.K.F**) é uma entidade sem fins lucrativos fundada em 23/05/1986 para promover um corpo saudável através das artes marciais e caráter firme, acima de tudo coordenar os sistemas de KUNG FU da Associação (**SHAOLIN LIU GÁA, WING CHUN, SHUAI CHIAO, TAI CHI CHUAN, SANDA**) e das Entidades Filiadas e a promoção dos eventos das mesmas, os quais promovem amizade, união, educação física, harmonia, ética marcial e paz.

Apesar de não ser vinculada a nenhuma entidade nacional ou internacional, a U.S.K.F segue algumas diretrizes das referidas entidades organizadoras das artes marciais chinesas.



Da esq para dir: Dir. Carlos, Atleta Junior, Sifu Mendes, Professor Sidinei-Representante em Palmares Paulista-SP, Profº Aurélio- Matriz USKF/AFK



Da esq para dir: Atleta Ko Ryu Sheng , Sifu Mendes, Caio, Henrique e Atleta Sônia



UNIÃO DOS SISTEMAS KUOSHU FATSHAN - U.S.K.F. - FEDERAÇÃO INTERNACIONAL
ASSOCIAÇÃO FATSHAN DE KUOSHU-KUNG FU TRADICIONAL

FATSHAN KUOSHU ASSOCIATION - TRADITIONAL KUNG FU

世平丁イ 弗上 盒 正イ 帯 糸 老 功夫

www.fatshan.com.br

Fundada em 23/05/1986

China - Brasil - USA - Europa - África



**CALENDÁRIO OFICIAL DE EVENTOS
2011 - USKF / AFK**

EVENTOS - SEMINÁRIOS - INTERCÂMBIOS - CAMPEONATOS

SÃO PAULO, 03 DE JANEIRO DE 2011

- 08/01 - REUNIÃO DA DIRETORIA EXECUTIVA - CURSO TÉCNICO, PEDAGÓGICO, ÉTICO, MORAL E CIENTÍFICO PARA PROFESSORES, INSTRUTORES E MONITORES.
- 16/01 - CURSO DE DEFESA PESSOAL RADAR (CIVIL) E WU JING (MILITAR) 1ª FASE
- 17/01 - EXAME DE GRADUAÇÃO WING CHUN FATSHAN PAI
- 23/01 - CURSO INTENSIVO DE TAI CHI CHUAN
- 25/01 - CURSO INTENSIVO SANDA USKF/AFK - NIVELAMENTO TÉCNICO
- 30/01 - CURSO SHUAI CHIAO USKF/AFK - 7º E 8º MÓDULOS
- 06/02 - CURSO DE ARBITRAGEM USKF/AFK - (FORMAS E COMBATES) DIADEMA - SP
- 26/02 - CURSO DE DEFESA PESSOAL RADAR (CIVIL) E WU JING (MILITAR) 2ª FASE
- 27/02 - CURSO FORMAÇÃO EM SHUAI CHIAO USKF/AFK
- 12/03 - THE "STEEL CITY" TOURNAMENT-PITTSBURGH-PA U.S.A
- ___/03 - COPA PORTO REAL DE KUNG FU - PORTO REAL - RJ
- 17/04 - 6ª COPA FATSHAN DE KUNG FU (DISPUTA DE CINTURÕES) SÃO PAULO - SP
- 13, 14 E 15/05 - 19º WORLD KUNG FU (WUSHU) CHAMPIONSHIP 2011 - PERUGIA - ITÁLIA
- 29/05 - TAÇA DIADEMA DE KUNG FU (DISPUTA DE CINTURÕES) - DIADEMA - SP
- 12/06 - EXAME NACIONAL DE INSTRUTORES USKF/AFK
- 19/06 - TAÇA PALMARES PAULISTA DE KUNG FU (DISPUTA DE CINTURÕES) PAIMARES PTA - SP
- 08,09 E 10/07 - 13TH ANNUAL ICMAC TOURNAMENT - ORLANDO - FL U.S.A.
- 17/08 - COPA RESENDE OPEN DE KUNG FU 2011 (DISPUTA DE CINTURÕES) - RESENDE - RJ
- 28/08 - CURSO DE WUSHU MODERNO (OLÍMPICO)
- 16,17 E 18/09 - 1º TORNEO MUNDIAL KUOSHU -WUSHU - TAI CHI CHUAN - SHAOLIN 2011 - COLISEO CERRADO NIÑO HÉROE MANUEL BONILLA - LIMA / PERU
- ___/10 - ICMAC FINALS IN WASHINGTON DC - U.S.A
- ___/11 - ICMAC WORLD CHAMPIONSHIP - U.S.A
- 29/11 - EXAME NACIONAL DE INSTRUTORES USKF/AFK
- 04/12 - 12a. COPA GRANDES DRAGÕES DO KUNG FU (DISPUTA DE CINTURÕES) - SÃO PAULO - SP
- 10 e 11/12 - FESTA DE ENCERRAMENTO DAS ATIVIDADES 2011 (HOMENAGENS E DESTAQUES DO ANO).

OBS.: Outros Eventos ou Cursos que venham a ser confirmar durante o ano de 2011, que não estejam no calendário será avisado à todos os Associados com 01 (um) mês de antecedência.

E-mail: mendes@fatshan.com.br
adm@fatshan.com.br
fkouoshu@gmail.com

Informações

M A T R I Z: Rua Ararituaba, 1135 - Vila Maria - CEP: 02122-011 - Tel: (11) 9976-8968 /7571-1200
SEDE ADM: Rua Mario Ribeiro Pinto, 48 - Jd. Oriental - São Paulo / SP - CEP 04349-180 - Fones: (11) 5011-1642 / 9976-8968

CURSO DE DEFESA PESSOAL RADAR (Resistência armada e desarmada antecipada nas ruas)

Os níveis de aprendizado: Básico, intermediário, avançado e perito.

Objetivo :

- Transmitir informações e permitir o desenvolvimento e habilidades de autodefesa através do Kung Fu, capacitar pessoas leigas a resguardarem sua integridade física e perpetuação da espécie, através do treinamento de técnicas selecionadas do Kung Fu (Shaolin, Wing Chum, Shuai Chiao, Tai Chi Chuan, Sanda, Pa Kua, Hsing-I, Chin-na, Tai Shing Pek Kwar, etc.)

- Chin-na (chin = Agarrar, apresar e Na = Pressionar) .
Arte desenvolvida pelos antigos shaolins com o objetivo de controlar o oponente através de simples, mas eficientes técnicas como manipulação de juntas, torções, projeções, etc.

É um sistema independente de defesa pessoal e não competitivo e suas técnicas de controle são muito utilizadas por forças armadas e policiais. O Chin-na é a mãe de técnicas do moderno Aikido e do Jiu Jitsu.

Os níveis do Chin-na :

- TSHUO GU = Deslocando os ossos
- FEN GIN = Dividindo músculo e tendão
- BIH CHI = Impedindo a respiração
- DUAN MIE = Impedindo ou bloqueando a veia/artéria
- TEIN HSUEH = Pressionar as cavidades



Da esq. para dir.: Atleta Otavio(PRF), Profº Aurélio, Sifu Mendes, Atleta Wagner (PRF)

Público Alvo :

- Praticantes de artes marciais em geral, seguranças, membros das forças armadas em geral.

Conteúdo Programático:

- História e Técnica do Kung FU.
- Meditação, alongamento, aquecimento, técnicas de Defesa Pessoal contra socos, chutes, agarramentos, enforcamentos, estupros, roubos de bolsas, facas, porretes, revolver, armas naturais, os quais necessitam de poder, reflexos rápidos, um forte controle e experiência adquirida com autoconfiança e coragem adquiridas através de um bom condicionamento psicológico.
- Descrição anatômica: ossos, músculos, métodos de golpes: eficiência, ângulos de ataque, técnica de impacto e pressão. 108 técnicas de Dim Mak ou Din Hsueh.

Os benefícios adquiridos com a Defesa Pessoal são a superação do medo, enrijecimento muscular e melhora da flexibilidade e coordenação motora.

O método Radar foi desenvolvido pela USKF/AFK para resolver qualquer situação de Defesa Pessoal, seja agressão armada ou não, com um ou vários agressores, estupros ou até mesmo situações com reféns, etc.

É baseado na experiência do Sifu Mendes como artista marcial de mais de 2 (duas) décadas e métodos como chin-na, em técnicas utilizadas por militares de Hong Kong e Taiwan (Wu Jing), além da utilização de armas como Dhuan Ghun (Bastão curto), Tonfa, Caneta Tai Shing Pek Kwar (Caneta do Juiz estilo macaco) e outros artefatos.

Entre os praticantes dos métodos de Defesa Pessoal da USKF/AFK estão civis, seguranças, membros das forças armadas e membros de forças policiais, entre as quais: Polícia Rodoviária Federal (PRF).



Da esq. para dir.: Atleta Otavio (PRF), Dir. Carlos, Sifu Mendes, Atleta Wagner (PRF)

ACUPUNTURA

Acupuntura é um método eficiente e tradicional de tratamento de saúde, com origem na Antiga China. Sua técnica, ao contrário do que parece, é indolor, e consiste na introdução de agulhas ultra finas em determinados pontos do corpo, de acordo com o tratamento que se está objetivando. Estes pontos de interesse da acupuntura estão distribuídos por todo o corpo, correlacionados com os nervos do sistema nervoso. O fato da acupuntura se aproveitar dos nervos do sistema nervoso é justamente para interferir beneficemente no funcionamento das atividades físicas e mentais do corpo. Na verdade, o tratamento por meio da acupuntura visa regular o equilíbrio e funções corporais através do próprio sistema de nervos distribuídos pelas regiões próxima da pele. Por mais de 5000 anos esta técnica tem obtido excelentes resultados em povos de todas as raças e, por conseqüência hoje em dia já existe variações da arte, utilizando-se inclusive agulhas com correntes elétricas de pequena intensidade, tratamento por meio de dispositivos a "LASER", e outras formas mais. Uma das celebridades da acupuntura no Brasil é o Dr. Liu Chung Hsing, formado pela Escola de Medicina de Acupuntura Geral de Taiwan(China). A ausência de medicamentos é que torna o tratamento por meio deste método mais fascinante, impressionando inclusive médicos conceituados da medicina convencional.



Sifu Mendes ao lado do Dr. Liu Chung Hsing.

Além de muitas especializações, dentro do Kung Fu , o Sifu Mendes é um grande estudante da cultura e da medicina Chinesa, já tendo adquirido fortes conhecimentos nos fundamentos da acupuntura.

Revista Academias, Academy News N° 10- Ano III NOV/DEZ98

UM POUCO DA HISTÓRIA

“Centro Esportivo é destaque no I Campeonato Paulista de Kung Fu do Templo Shaolin

Representando o Centro Esportivo da Vila Guarani no I Campeonato Paulista de Kung Fu do Templo Shaolin, a equipe da Associação Fatshan de Kuoshu-Kung Fu Tradicional, sob a liderança do Sifu Mendes veio a conquistar os seguintes resultados:

- - José Luiz Souza Cruz Pires: campeão paulista de kung fu/99 (wo), combate.
- - Fernando Dias Ribeiro: campeão paulista de kung fu (wo), combate.
- - Henrique Augusto de Lima: campeão paulista de kung fu/99, formas.
- - Fabio de Sousa Cariel: campeão paulista de kung fu/99, esquivas.”

JORNAL JABAQUARA EM NOTÍCIA edição 105 nov/99



Equipe Kung Fu ADPM
Supervisão: Sifu Mendes

“Kung Fu brasileiro é destaque em campeonatos internacionais

O presidente da Associação Fatshan de Kuoshu Kung Fu Tradicional, o Sifu Mendes que também é líder máximo do clã Fatshan de Kung Fu, tem obtido ótimos resultados em todas as competições nacionais e internacionais, nas quais participa com sua equipe de kung fu. Mendes conquistou importantes títulos como, por exemplo, o de campeão mundial de kung fu (formas e combate disputado em 1988 em Buenos Aires - Argentina.

Representando uma academia do bairro do Belém, Mendes participou com sua equipe do 1º Pan-americano de kung fu Shuai-Chiao e Kuoshu e do Mundialito de Kung Fu realizado no Clube Esportivo Mauá, em São Gonçalo no Rio de Janeiro. O evento realizado nos dias 31 de março e 1 de abril foi organizado pela Confederação Brasileira de Kuoshu, e contou com a participação das delegações de diversos países da Europa, Ásia e América, além da África do Sul e Brasil.

A equipe, composta por oito atletas, obteve os seguintes resultados: Pedro Paulo de O Carvalho - 1º lugar em combates Kuoshu e 1º lugar em formas (katy); Renato Martins Komatsu - 1º lugar em combate e 4º lugar em formas (katy); Rafael Martins Komatsu - 1º lugar em guarda esquivas; João Alexandre da Fonseca - 1º lugar em combate Kuoshu; Daniel Martins - 2º lugar em combate kuoshu; Carlos Renato A. Carvalho - 2º lugar em combates Kuoshu; Luciane Martins Komatsu - 1º lugar em formas (katy) e Leandro Sales Martins - 4º lugar em formas (katy)”

20 -26/05 de 2001, JORNAL GAZETA DO TATUAPÉ

Sifu Mendes e Associação Fatshan de Kuoshu conquistam a Europa

O presidente da ASSOCIAÇÃO FATSHAN DE KUOSHU, SIFU MENDES é natural da cidade do Rio de Janeiro e radicado em São Paulo há mais de 21 anos. Sua busca incessante por aperfeiçoamento e cultura o levou a uma temporada na Europa, entre dezembro de 2005 e janeiro de 2006, onde participou de cursos e palestras nas áreas em que atua: Educação é funcionário público na EMEI Heitor Vila Lobos , no Ibirapuera, Educação física (é reconhecido pelo – CREF04/SP e CONFEF N° 6011) e Terapêutica(é vinculado ao SINTE - Sindicato dos Terapeutas)

Praticante de Kung Fu há 30 anos (CINTA PRETA 7º CHIEH - MESTRE SÊNIOR) e carregando dentro de si o significado e o legado cultural de várias gerações ancestrais, devido em grande parte ao estudo das artes marciais e também às suas muitas qualificações como artista marcial (vários títulos Nacionais e Internacionais). Sifu Mendes trouxe para o Brasil o Cinturão de Campeão Mundial de SANDA Profissional (BOXE CHINÊS) e a Medalha de Ouro pelo desenvolvimento do Kung Fu. Além desses dois valiosos prêmios, sua bagagem voltou recheada de troféus, placas, estandartes, materiais esportivos e de massagem oriental que lhe foram entregues em calorosas recepções e jantares em restaurantes locais.

Na sede da Federação Mundial de Kung FU, a WORLD CKA - WORLD CHINESE KUNG FU (WUSU) ASSOCIATION, em Perugia Itália em prestigiosa cerimônia Sifu Mendes recebeu, diretamente das mãos do renomado Maestro (Mestre) presidente da WORLD CKA, Giuliano Fulvi, discípulo direto do Grão-Mestre Chang Dsu Yao, os títulos de Mestre nível Internacional e a representação oficial exclusiva para o Brasil, de irmão em Kung Fu ,além do convite para fazer parte da Família Kung Fu do Grão Mestre Chang Dsu Yao.

Com estes títulos Sifu Mendes se tornou o único dirigente no país, autorizado pela WORLD CKA e amparado legalmente por seu Departamento Jurídico no Brasil e por seus representantes legais na Itália que pode chefiar Delegações de atletas em competições da entidade no exterior. Sendo assim, Mendes e sua equipe já intensificaram o treinamento para o 14ª Campeonato Mundial de Kung Fu que acontecerá em maio na Itália e para as Olimpíadas de Artes Marciais, em agosto na Coreia do Norte. Estes acontecimentos atestam, não só justo reconhecimento internacional a um profissional do Kung Fu e do Tai Chi Chuan que vive e respira a Filosofia do Kung Fu e sempre primou por ser autêntico e ético, trabalhando com humildade honestidade e, principalmente respeito à outrem e demonstrou ao 1º Mundo que existem pessoas sérias em várias atividades e é importante que todos tenham consciência disto , dando aos nossos profissionais o devido valor, respeito e reconhecimento.

Fev/2006, Jornal Belém News e Região

Sifu(Mestre) Mendes O REPRESENTANTE OFICIAL DA FEDERAÇÃO MUNDIAL DE KUNG FU
(WUSHU), A WORLD CKA ITÁLIA NO BRASIL

A ASSOCIAÇÃO FATSHAN DE KUOSHU é uma entidade de desporto sem fins lucrativos devidamente legalizada, fundada em 23 de maio de 1986, no ano do Tigre e presidida por um resendense radicado há 25 anos em São Paulo, o Sr Adailto Mendes de Paula, que congrega diversos estilos de Kung Fu e a pratica de várias modalidades e/ou fitness além da Medicina Tradicional Chinesa, objetivando melhorar a qualidade de vida das pessoas em um local que as mesmas possam cultivar com disciplina e vigor, atividades físicas que contribuam para o crescimento e desenvolvimento de um físico harmonioso ensejando boa formação do caráter. A AFK é filiada a USFK- Federação Internacional, Confederação Brasileira de Kung Fu Shaolin –CBKFS e Federação Mundial de Kung FU (wushu) a WORLD CKA Itália com sede em Perugia.

Este brilhante resendense praticante de Kung Fu há mais de duas décadas (Cinta Preta 7º CHIEH_Mestre Sênior), Campeão Mundial em 1988 na Argentina; Vice Campeão Internacional pela Seleção Brasileira em 1999 em Buenos Aires –ARG (Combates e Formas) e vários outros títulos nacionais e internacionais e em 2006 trouxe diretamente da Itália o Cinturão de Campeão Mundial de Sanda Profissional (Boxe Chinês) e a Medalha de Ouro pelo desenvolvimento do Kung Fu.

Atualmente leciona Kung Fu e atua como técnico de sua equipe e da seleção brasileira de Kung Fu USKF/AFK em eventos internacionais e já reconhecido pela comunidade chinesa veio a obter um reconhecimento mundial em Perugia Itália (09/01/2006), nomeado representante oficial WORLD CKA para o Brasil e Mestre nível Internacional.

Manteve intercâmbio durante o período em que lá ficou (dez/2005 a jan/2006) com vários peritos de diversos estilos de Kung Fu (HUNG GAR , CHOY LI FUT, PA KUA, WU DANG, JEET KUNE DO), MUAY THAI, AIKIDÔ, PENTJAK SILAT, SAMBO, VIET VO DAO, HWARANG DO, ARNIS, KALI, ESCRIMA, etc...

O trabalho desenvolvido pela USKF/AFK e seu líder SIFU(Mestre) Mendes já produziu muitos e diversificados frutos, onde entre tantos podemos citar os discípulos (atuantes ou não) admitidos em vários estados brasileiros e até no exterior (França e Japão) e a quantidade de profissionais formados que ministram aulas em diferentes academias e/ou escolas pelo país e a participação em projetos sociais.

Além das atividades internas a USKF/AFK participa de vários eventos externos e nas principais competições de KUNG FU e campeonatos abertos em todo país e no exterior com resultados expressivos de seus atletas como: Maria José Barbosa- Bi-Campeã Brasileira (2005/2006); Jeferson A. Alves Bi-Campeão Brasileiro 2006; Daniel Martins Vice Campeão Mundial 2001; Artur Herbst –Campeão Mundial de Tai Chi Chuan 2006 - Itália; Carlos R. Amorim – Campeão Sul-Americano 1998.

SIFU Mendes convida os interessados da região sul fluminense que buscam uma formação completa em Kung Fu a freqüentarem os curso de formação profissional nos estilos praticado na USKF/AFK (www.fatshan.com.br) ou a se filiarem junto a entidade desde que tenham idoneidade moral, boa base marcial e queiram sair da clandestinidade e totalmente vinculado e reconhecido por certificado e alvará USKF/AFK com validade nacional e internacional.

Com a organização da AFK - Associação Fatshan de Kuoshu e USKF - União dos Sistemas Kuoshu Fatshan - Federação Internacional ACONTECERÁ EM 17 DE AGOSTO DE 2011 A COPA RESENDE OPEN DE KUN FU (disputa de cinturões). WWW.FATSHAN.COM.BR

OBS: Os que pretendem ingressar no Kung Fu deverão pesquisar e analisar o trabalho e a seriedade das academias. Procurar sempre academias de profissionais reconhecidos nacionalmente e mundialmente e com certificado e alvará expedido por Federação, União ou Associação devidamente registrado em cartório, cujo Presidente, Fundador ou Mestre seja reconhecido por comunidades chineses de qualquer parte do mundo ou por órgãos Internacionais de Kung Fu. Desta forma a pessoa vai poder desenvolver o verdadeiro Kung Fu.

“Longo tempo dedicado a Arte Marcial Chinesa”

“Quando Sifu Mendes fundou a Associação Fatshan de Kung Fu Kuoshu, no ano de 1986, tinha em mente não só ter um lugar para treinar ou ensinar Kung Fu. Queria conviver entre amigos “O Kung Fu é muito mais do que uma arte marcial ou técnicas de Defesa Pessoal. Acredito que ele seja uma ciência completa”. Desta forma escolheu o nome Fatshan para sua associação. Fatshan em chinês significa : “A cidade dos mil Budas. Esta é uma homenagem que fiz a uma cidade de mesmo nome, ao sul da China, que é considerada a Meca de vários estilos de Kung FU, entre os quais o Wing Chun e onde viveu o grande patriarca Yip Man.”

Trabalhando nesta linha, os alunos da Associação treinam e aprendem conceitos de vários estilos, tais como Choy Ly Fut, Hung Gar, Tong Long, Hung Fut e Wing Chun entre outros.

“Procuramos não só treinar a arte marcial, mas aprender sua história e conceber conceitos filosóficos importantes da modalidade ”finalizou Sifu Mendes.”

Jan/2002 REVISTA TOP FIGHT

“Kung fu da ADPM é destaque em torneios”

“Os atletas da Associação Desportiva da Polícia Militar (ADPM) participaram de forma brilhante do Campeonato Paulista UGAB, realizado em 9 de julho de 2002, no Ginásio ADC Mercedes-Benz, em Diadema. Guiada pelo Sifu Mendes, a equipe de Kung Fu da ADPM, composta por 8 atletas, conquistou ótimas colocações.

Alex Henrique Fernandes, Fabrício Pereira Costa e Rodrigo Pereira dos Santos ficaram em 1º Lugar em combates kuoshu. Sara de Cássia dos Reis ficou com o 1º lugar em Tai Chi Chuan categoria sênior. Ana Lúcia pegou a 2ª colocação em formas com armas. Nelson Tadeu Lago Filho ficou com o 2º lugar em combate kuoshu. Raphael Elias Vellani Junior conquistou a 3ª colocação em formas com armas e em formas com mãos nuas, e Daniel dos Santos ficou em 4º lugar em combate kuoshu.”

28/07 a 03/08 de 2002 Gazeta do Tatuapé

Sifu Mendes coloca se à disposição de profissionais das Redes Municipal e Estadual de Ensino e de Esportes, bem como da iniciativa Privada para ministrar cursos de Alongamento e Técnicas Respiratórias Chinesas , Defesa Pessoal (Liu Gáa , Wing Chun , T'ai Chi Chuan, Shuai Chiao e Sanda) e Wu Jing (Defesa Pessoal Militar) bem como sessões de Massagem Oriental que devem ser agendadas através dos

telefones emails

11- 9976-8968 adm@fatshan.com.br

11 -7571-1200 mendes@fatshan.com.br

Filosofia

Feras desconhecem a própria força;

Homens desconhecem a própria fraqueza.

Existirá alguém que não haja cometido um erro e meio engano?

Quando te sentares sozinho, medita nas tuas faltas.

Na conversação, não comentes as faltas alheias.

Para Refletir

Se durante a vida inteira continuares de consciência limpa, não precisarás ter medo de uma batida na porta à meia-noite.

Provérbios Latinos para meditar

1. "Aetatem animae numeramus, non pro ratione temporis sed pro qualitate virtutis." (Sancte Ambrósio).
2. "Aliena vitia in oculi habemus, at ergo nostra sunt." (Sêneca).
3. "Columba amat, et quando rixatur; lupus odit, et quando blanditur" (Sancte Agostinho).
4. "Beneficium non in eo quod fit aut datur consistit, sed in ipso dantis aut facients animo." (Sêneca).
5. "Spina grata est, ex qua spactur rosa" (Publico Siro).
6. "Tibi dabo claves Regni coelorum et quodcumque ligaveris superterram erit ligatum et in coelis; et quodcumque solveris superterram erit solutum et in coelis."

Provérbios Chineses

1. Antes de fazer alguma observação sobre alguém pense em si se és perfeito.
2. A Ética há de ser a luz para elevar a moral e não o chicote para ofender alguém.
3. Soltar uma palavra bondosa é como exalar uma linda vitória-régia da boca; soltar uma palavra maldosa é como deixar sair uma cobra da boca.

Kalama Sutta

- "Não acredite em algo (simplesmente) por ter ouvido";
- "Não acredite em tradições, por estarem estas sendo transmitidas há várias gerações";
- "Não acredite em algo por ter sido dito e divulgado por muitos";
- "Não acredite em algo simplesmente por estar escrito em seus livros religiosos";
- "Não acredite e, algo, com base, meramente, na autoridade de seus professores e dos anciões";
- "Mas, após observação e análise, quando você descobrir que algo é condizente com a razão que conduz ao bem e benefício de todos então aceite e viva de acordo com isso."

(Sakyamuni Buda)

Recanto Literário

Todas as cartas de amor são
Ridículas.
Não seriam cartas de amor se não fossem
Ridículas.
Também escrevi em meu tempo cartas de amor,
Como as outras,
Ridículas.
As cartas de amor se há amor
Tem de ser
Ridículas.
Mas, afinal
Só as criaturas que nunca escreveram
Cartas de amor
É que são
Ridículas.

Do Poeta Português Fernando Pessoa.

Amo-te tanto, meu amor... não cante
O humano coração com mais verdade
Amo-te como amigo e como amante
Numa sempre diversa realidade.
Amo-te afim, de um calmo amor presente
E te amo além, presente da saudade
Amo-te, enfim com grande liberdade
Dentro da eternidade e a cada instante.
Amo-te como um bicho, simplesmente
De um amor sem mistério e sem virtude
Como um desejo maciço e permanente
E de te amar assim, muito e amiúde
É que um dia em teu corpo de repente
Hei de morrer de amar mais do que pude.

Manuel Bandeira.

Classificados

FATSHAN TERAPIAS INTEGRADAS - F.T.I.
武行ボ丁イ井上倉正イ事会老功夫
WWW.FATSHAN.COM.BR
FUNDADA EM 23/05/1986
China - Brasil - USA - Europa - África

Tratamentos

<ul style="list-style-type: none">. Dores Musculares em Geral. Depressão. Artrite. Sinusite. Rinite. Ansiedade. Corda Vocal 	<ul style="list-style-type: none">. Tosse. Asma. Bronquite. Coluna. Tensões. Bursite. Artrose. Nervo Ciático. Hérnia de Disco 
---	---

Técnicas

<ul style="list-style-type: none">. Tapotagem. Do-in. Qigong (CHI KUNG). Taichiqigong. Reeducação Respiratória. Relaxamento para Adultos e Crianças. Massagens Terapêuticas com Óleos Finos. Massagem Relaxante/Energética. Reflexologia (Massagem nos Pés) 	<p style="text-align: center;">Sessão de Massagem (40 min.) Preço especial com este folheto R\$25,00 na Sede USKF/AFK Plano Massagem ilimitada R\$ 150,00 (ao mês) (3 x R\$ 50,00)</p> <p style="text-align: center;">Atendimento com hora marcada ou em domicílio: Valores a Consultar</p> <p style="text-align: center;">Informações: (11) 9976-8968 7571-1200</p>
---	---

Terapias Holísticas o que são?

As Terapias Holísticas são métodos terapêuticos que seguem uma visão global e energética do indivíduo (Holístico vem do Grego, Holos, e significa total, integral). A harmonização do organismo do emocional auxilia no bem estar do corpo e inúmeros são os benefícios proporcionados pela Terapia Holística como forma de complementar e suprir a necessidade de pessoas, combatendo momentos depressivos de stress, falta de coragem na luta contra uma doença, vícios (alimentares ou drogas), problemas de aprendizagem, busca de objetivos, etc.

A terapia Holística é utilizada como preventiva e curativa, não interferindo em qualquer tratamento Químico-Terápico. Por não ser concorrente da terapia médica oficial, a Terapia Holística ou Alternativa vem a ser um complemento e auxílio da mesma.

MENDES - TERAPÊUTA CORPORAL - CRT 31.978
REGISTRADO NO CONSELHO FEDERAL DE TERAPIA HOLÍSTICA/SINDICATO DOS TERAPEUTAS-SINTE
PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA - CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA Nº 6011

MESTRE DE KUNG FU E TAI CHI CHUAN - 7º CHIEH (7º GRAU)
REPRESENTANTE OFICIAL FEDERAÇÃO MUNDIAL DE KUNG FU WORLD CKA - ITÁLIA (WWW.WORLDCKA.ORG)
MEMBRO BUDDHA-HAND WING CHUN FEDERATION (U.S.A.)
KWONG SAI JOOK LUM PRAYING MANTIS (U.S.A.)
DIRETOR INTERNACIONAL CBKFS (WWW.REVISTAACADEMIAS.COM.BR)

mendes@fatshan.com.br / adm@fatshan.com.br / fkuoshu@gmail.com

Sócio Investidor

Se possível com local próprio para sede própria de Centro de treinamento Kung Fu da USKF FEDERAÇÃO INTERNACIONAL, fitness e musculação.

Contato; (11) – 9976-8968 / 7571-1200.

Email: mendes@fatshan.com.br, adm@fatshan.com.br.

Sifu Mendes coloca se à disposição das Redes Municipal e Estadual de Ensino e de Esportes, bem como da iniciativa Privada para ministrar cursos de Alongamento e Técnicas Respiratórias Chinesas , Defesa Pessoal (Liu Gáa , Wing Chun , T'ai Chi Chuan, Shuai Chiao e Sanda) e Wu Jing (Defesa Pessoal Militar) bem como sessões de Massagem Oriental que devem ser agendadas através dos

telefones emails

11- 9976-8968 adm@fatshan.com.br

11 -7571-1200 mendes@fatshan.com.br

REFLEXÃO

No sistema educacional brasileiro sobram diagnósticos, mas remédios são inexistentes. Todavia, quando se fala em “medicação” adequada costumamos pecar pela subjetividade e pela generalização.

Diversos fatores tem contribuído para a degradação do sistema educacional, entre eles altos índices de repetência e evasão escolar, falta de verbas para melhorar as instalações dos prédios escolares, a falta de sincronia entre as escolas e a comunidade escolar muitas das quais tem como membros famílias de baixa renda que tem como referenciais outros valores que não os transmitidos pela escola, ainda desconhecidos e desconsiderados que muitas das vezes os impede de realizar suas necessidades mais práticas e imediatas, uma vez que os valores e normas do grupo social dominante(transmitido principalmente pela escola) não são reconhecidos e aceitos pelos mesmos.

O desenvolvimento da criança é fator preponderante para que a educação brasileira evolua. A prática pedagógica dos educadores deve atender as necessidades básicas da criança (alimentação, higiene, etc.) e, principalmente, oferecer condições estimulantes para o desenvolvimento emocional, intelectual-cognitivo, motor e social dos educandos e favorecer a qualidade no sentido de que as crianças vivenciem experiências que auxiliem o desenvolvimento de suas potencialidades (físicas, afetivas, cognitivas).

Mas ao mesmo tempo é necessário restabelecer o verdadeiro mestre. Está cada vez mais difícil controlar os alunos na escola. Com seus problemas muitas vezes gerados dentro do lar chegam às escolas feridos ou magoados e é aí que deságuam suas raivas e frustrações. A cada geração estão mais rebeldes, mais desatenciosos, mais inconformados porque de um lado não conseguem pôr em prática o que estão aprendendo e de outro, certos hábitos mudaram.

Disciplina, autoridade do professor dentro da sala de aula (não de forma ditatorial ou histérica), precariedade dos recursos didáticos, desunião fazem com que professores iniciantes ou não se julguem despreparados para o enfrentamento das dificuldades e dos problemas colocados pela realidade escolar mergulhando esses educadores em uma almágama pedagógica que obscurece a importância vital desta profissão, acarretando, com isso, um desencanto que impede uma formação profissional adequada aos novos tempos. No tocante a didática são algumas sugestões adquiridas com todos os profissionais que atuam nas organizações escolares e pais de alunos que bem implementadas poderiam dar aos professores um acervo de atitudes e práticas que lhes possibilitariam o domínio adequado das situações presentes no dia-a-dia escolar. Nos tempos modernos só uma reformulação da prática pedagógica dentro do decadente sistema educacional brasileiro com vontade política fará com que tenhamos um país mais justo procurando escolarizar cada vez mais vários segmentos da nossa sociedade (classe política, empresários, religiosos etc.) procurando minimizar antigos conceitos como **‘VOCE SABE COM QUEM ESTÁ FALANDO’**, **‘LEI DE GERSON’ – LEVAR VANTAGEM EM TUDO**.

Hoje em dia estudantes tem um grau de informação e vivências que o professor não tem. Ademais, as crianças dormem menos do que antes e os pais ao educar sem impor limites, sem saber, estão aproximando os filhos das drogas. Existem horas para ir ao colégio, estudar e se divertir. Os limites devem, no entanto, ser discutidos e explicados.

Os jovens como qualquer ser humano tem deveres e direitos, apesar de que a lei 8.069, de 13/07/90 que aborda o Estatuto da Criança e do Adolescente prime somente pelos direitos dos mesmos. O mau diálogo se estabelece quando adolescentes se julgam apenas com direitos e pais acreditam que seus filhos tem apenas deveres e, sendo assim, nunca chegarão a um ponto comum.

Apesar de muitos pais alegarem que não encontram tempo para dialogar com seus filhos e o mesmo Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei 8.069, de 13/07/90) em seu Artigo 53, parágrafo único apregoar que: “É direito dos pais ou responsáveis ter ciência do processo pedagógico, bem como participar da definição das propostas educacionais”, vale ressaltar que do meu ponto de vista deve haver uma integração entre professor, aluno e pais e estes em se tratando de suas disponibilidades de tempo participarem mais das praticas desportivas de seus filhos.

Reza a Constituição Federal em seu Artigo 205: “ A educação, direito de todos e dever do Estado e da família, será promovida e incentivada com a colaboração da sociedade visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho”.

A atividade física deixa o estudante em melhor condição física. Além disso, aumenta a oxigenação e o fluxo de glicose no cérebro, o que faz que se raciocine melhor. Podemos concluir que a atividade física ajuda nos estudos.

Mas a educação não se restringe as paredes de uma escola. Existem diversos esportes e locais acessíveis aos jovens para praticá-los.

O esporte traz auto-confiança e realização pessoal. E se for incentivada a atividade física nas escolas, o problema de indisciplina minimiza, pois sejam elas públicas ou particulares, são locais aonde deságuam as raivas, frustrações e ressentimentos das crianças e jovens, geradas em boa parte longe das salas de aulas. O jovem que pratica esporte esta menos sujeito a cair em caminhos tortuosos como a delinqüência e as drogas e acabam tendo um complemento educacional físico e psicológico pois o esporte caminha lado a lado com a educação.

Os projetos Kung Fu da USKF/AFK intitulados Projeto Pedagógico: Artes Marciais Nas Escolas – Rebeldes Hoje, Cidadão do Bem Amanhã; Tai Chi Chuan - Esporte Milenar e Ginástica Laboral (Vigor); são a princípio direcionados ao corpo docente das Rede Públicas, Estaduais e Municipais e podem ser praticados em suas divisões por qualquer funcionário, aluno e/ou pais de alunos.

Com a Coordenação Geral do SIFU Mendes estes Projetos são executados em parceria com a Secretaria de Esportes, Lazer e Turismo do Estado de São Paulo no Conjunto Desportivo “ Constâncio Vaz Guimarães” localizado na Rua Manoel da Nóbrega, 1361 – Ibirapuera – São Paulo-SP(Ginásio do Ibirapuera) e Secretaria de Esportes, Lazer e Recreação do Município de São Paulo(Clube Escola Ibirapuera) localizado na rua Pedro de Toledo, 1651- Vila Clementino – São Paulo-SP.

Reflexão diária

“Em muitas coisas da vida, nós não precisamos admitir nossas imperfeições. Há sempre alguém ou alguma coisa para ser culpado. O cuidado com o corpo e a mente ensina a verdadeira honestidade. Não há sorte no desempenho. Os resultados não podem ser forjados, e nós não podemos atribuir a culpa a ninguém se não a nós mesmos, se as coisas não derem certo.” MAHATMA GANDHI.

Foi no Natal e Passagem de Ano que uma minoria de parasitas emocionais depois de passar o ano explorando, traindo, humilhando entre outras mazelas o seu irmão de fé (seja ele católico, evangélico, espírita, etc.), aproveitou para presentear com cestas básicas, abraços e humildes lembranças, como se estivesse passando uma borracha em tudo de ruim que fez; das maldades que praticou, dos espinhos que plantou, escarnecendo (zombando) do seu semelhante (amigos, parentes, marido e/ou esposa, etc.) criado à imagem e semelhança de Deus e “de Deus não se zomba” e a Bíblia nos adverte: “Não vos enganeis, de Deus não se zomba, pois tudo que o homem semear, isto também colherá.”(Gálatas 6:7).

Que o ano de 2011 se transforme em RENOVAÇÃO e não em “novela”, pois é disso que o brasileiro gosta mais, além do futebol e carnaval. E basta vir uma nova novela para esquecer a anterior. Grande parcela de nossa sociedade não está interessada em aprender com os lamentáveis acontecimentos envolvendo pessoas comuns, modelo, personalidades e outros famosos, tragédias como acidentes aéreos e automobilísticos, Terremotos, Tsunamis, etc. e outros casos absurdos envolvendo crianças, adultos e idosos, porque isto exigiria um comprometimento incompatível com o materialismo e ganância reinantes. Partamos em busca de uma caridosa paz em 2011 e próximos, tentando fazer com que aqueles que praticaram o mal ao longo de suas vidas, resgatem no mínimo o senso de louvação, do amor, da fraternidade, do perdão e da confraternização sincera. Difícil é entender a razão do ser humano só lembrar de Deus, do seu santo predileto, nos momentos angustiantes, da dor e do desespero, no leito do hospital, no lar, etc.

Você pode ver que toda pessoa que é orgulhosa, ambiciosa, egoísta, invejosa nunca tem ou terá nada (âmbito familiar, saúde, financeiro e espiritual), portanto sua felicidade nunca será completa. Aliás, quanto mais ela utilizar de meios ilícitos para obter suas conquistas (o que Deus desaprova) menos ela mesmo tem. Prosperidade não é só ter muito dinheiro, imóveis, carros, roupa ou tênis de marca, não. E a saúde? Um baú cheio de ouro, imóveis, carros, roupas ou tênis de marca compra a cura de um câncer, depressão, doenças mentais, problema de coluna, hérnia de disco, dengue, gripe suína, esclerose, AIDS?

Muitas pessoas buscam riquezas e outras vaidades ficando cegas quanto à metáfora da vida que a mídia transformou e é expressada através de roupas, jóias, carros, penteados, ganância pelo dinheiro fácil (prostituição) para ser o melhor, o(a) mais belo(a), o(a) mais sarado(a), o(a) mais pegador(a), o mais promíscuo(a) no sutil âmbito da multimídia. Quantas pessoas você conhece em seu local de trabalho ou no local onde moras que quando receberam um pouco de prosperidade com a ajuda ou não de terceiros para aquisição de bens materiais ou mesmo um pouco de autoridade e já querem pisar nos outros ? Quantos você conhece que quando não tinham nada eram humildes? Tinham o coração puro e cumprimentavam todo mundo, mas quando conquistaram alguma coisa ficaram orgulhosas

desenvolvendo alguns traços indesejáveis de personalidade e se tornando **arrogantes e donas da verdade**, não tendo paciência com as pessoas e se irritando com facilidade, sendo amargas, infelizes, irascível, demonstrando sua total ingratidão à Deus em primeiro lugar e as... pessoas ao afirmarem que tudo conquistaram sozinhos(casas, carros, filhos, empregos, etc.) e por serem tremendamente materialistas e egoístas não tem paciência com as pessoas, se irritam com facilidade por terem caído em tentação e laço, em muitos desejos insensatos e nocivos negligenciando(amigos,... pais, filhos e cônjuges). Se fores responder às perguntas anteriores, olhe-se no espelho, examine sua consciência, lembre-se do seu passado e veja se não és tal pessoa, pois nada mais triste do que entrar em decadência sendo mesquinho(a), invejoso(a), ganancioso(a) que lançada(o) na destruição e ruína devido as suas atitudes acaba sempre na miséria.

Escreveu São Tiago Apóstolo : “Não sejamos donos da verdade, para não recebermos o mais duro juízo (Com a medida que medires serás medido), pois a língua é um fogo; como mundo de iniquidade, está posta entre os membros, e contamina todo o corpo, e inflama o curso da natureza, e é inflamada pelo inferno. O homem detém domínio em determinadas situações sobre a natureza, mas não domou a língua. É um mal que não se pode refrear, está cheia de peçonha mortal. Com ela bendizemos a Deus, e com ela amaldiçoamos os homens, feitos à semelhança de Deus. ”

A mensagem de São Tiago desdobra-se em muitas verdades a serem compartilhadas entre todos os seres humanos, e se até agora você como eu não atuamos no time da minoria de parasitas emocionais que se acham pessoas “poderosas que se exibem e ostentam seus conhecimentos para oprimir seus semelhantes ou para se destacarem num mundo que ostenta a força acima das virtudes e são sinônimos de mau-caráter, mau-amado (as), presunçoso(a), libidinoso(a), depravado(a), cleptomaniaco(a), sem educação e invejoso(a), etc; parabéns para todos nós. É momento de vigiar. Quantas são as pessoas que esquecem do papel do autodomínio da língua; não se cuidam quanto a mentira, com os compromissos feitos e não cumpridos, com os termos vulgares, com os juramentos não pagos, com a fala sobre assuntos que na verdade não conhece, etc...

A vida é um circo, um compromisso. Uma montanha russa. Um carrossel: algumas vezes estamos em cima, outras em baixo e ninguém sabe o que está acontecendo atrás do nevoeiro. Uma coisa é certa tudo o que temos não é propriedade nossa, é do **SENHOR DO UNIVERSO** e será emprestado a outras pessoas depois que morrermos. Viva a vida da melhor forma possível, pois nosso tempo é contado pelo relógio de Deus e não devemos desperdiçá-la, vivendo a vida dos outros, praticando maldades, ficando muito apegados a bens materiais e as imundícies desse mundo.

Texto redigido por Mendes para o Seminário/Atividade Física Aplicada na EMEI Heitor Villa Lobos em 2010.