

Scarlet Marton, mestre em filosofia, fala do modismo em torno de Nietzsche no País. Página 3

CORREIO BRAZILIENSE

APARTE

Brasília, domingo, 10 de agosto de 1986

A primeira dama de Goiás, D. Lídia Quinam, fala de política, feminismo e do Plano Cruzado. Na página 4

No dia dos pais, o depoimento de alguns dos maiores atores da TV brasileira na página 12

DO-IN

A saúde em suas mãos

LEILA FERREIRA
Da Editoria de Cultura

Em 1973, Juracy Campos Lopes Cançado começava, com a maior humildade possível, sua primeira aula sobre Do-In no Brasil, no Instituto Brasileiro de Ioga, no Rio. Virou-se para uma audiência de 70 pessoas e advertiu: "Não sei muito mais sobre Do-In que vocês". Uma senhora não teve dúvidas. Levantou-se na mesma hora e disse: "Então não sei o que é que estou fazendo aqui". Hoje ele dá cursos em todo o País e seu Do-In, Livro dos Primeiros Socorros está na 19ª edição. Falar em Do-In, no Brasil, é falar de Juracy Cançado, introdutor e maior divulgador da técnica de curar com os próprios dedos, que descobriu acidentalmente em uma livraria de Nova Iorque. Em Brasília, onde veio dar um curso de introdução ao Do-In promovido pelo SER (Centro de Terapias Corporais), Juracy Lopes Cançado falou sobre as vantagens do Do-In, sua possível conjugação com a medicina oriental e a importância do conhecimento, pelo indivíduo, de sua responsabilidade e capacidade de atuar sobre a própria saúde, ou seja, seguir o caminho de dentro, que é o que quer dizer Do-In.

Tudo começou em 1970, quase à época em que John Lennon proclamava que o sonho tinha acabado. Juracy era mais um mineiro em Nova Iorque, terra dos que andavam atrás dos sonhos e aventuras. E se os sonhos lá muitas vezes não se cumpriam, pior ainda quando o corpo cismava em adoecer (Henfil pintou o quadro em Diário de um Cucaracha). Vagando de consultório em consultório, chegando até a se filiar a um hospital de Greenwich Village, ele ouviu à exaustão a mesma resposta: "Você não tem nada", apesar de um mal-estar crescente e um corpo que teimava em não funcionar bem. Depois de inúmeros exames negativos e radiografias que nada acusavam, acompanhados pela indefinível receita de Dienpax, Juracy resolveu romper com tudo: "Perdi as estribeiras e rompi com o médico de maneira bem dramática. Me sentindo completamente perdido, vendo que eu não teria nem a ajuda dos remédios paliativos, entrei numa livraria, sem saber o que fazer, e enxerguei um livro na prateleira com o nome de You Are All Sanpaku. O livro me chamou a atenção porque eu já conhecia um dos autores, William Dufty, que mais tarde escreveria Sugar Blues. Comecei a folhear a primeira parte e vi, descrito lá, tudo o que eu sentia. Uma loucura. Dufty fazia um relato de como se sentia ao se iniciar em macrobiótica e eu pensei: sou eu".

Livro aberto, no metrô, Juracy viu acontecer o que chama de "outra casualidade". Um adepto da macrobiótica, que já conhecia o livro, se aproximou e convidou o mineiro a participar de um grupo que se encontrava uma vez por semana para discutir, entre outras coisas, a macrobiótica.

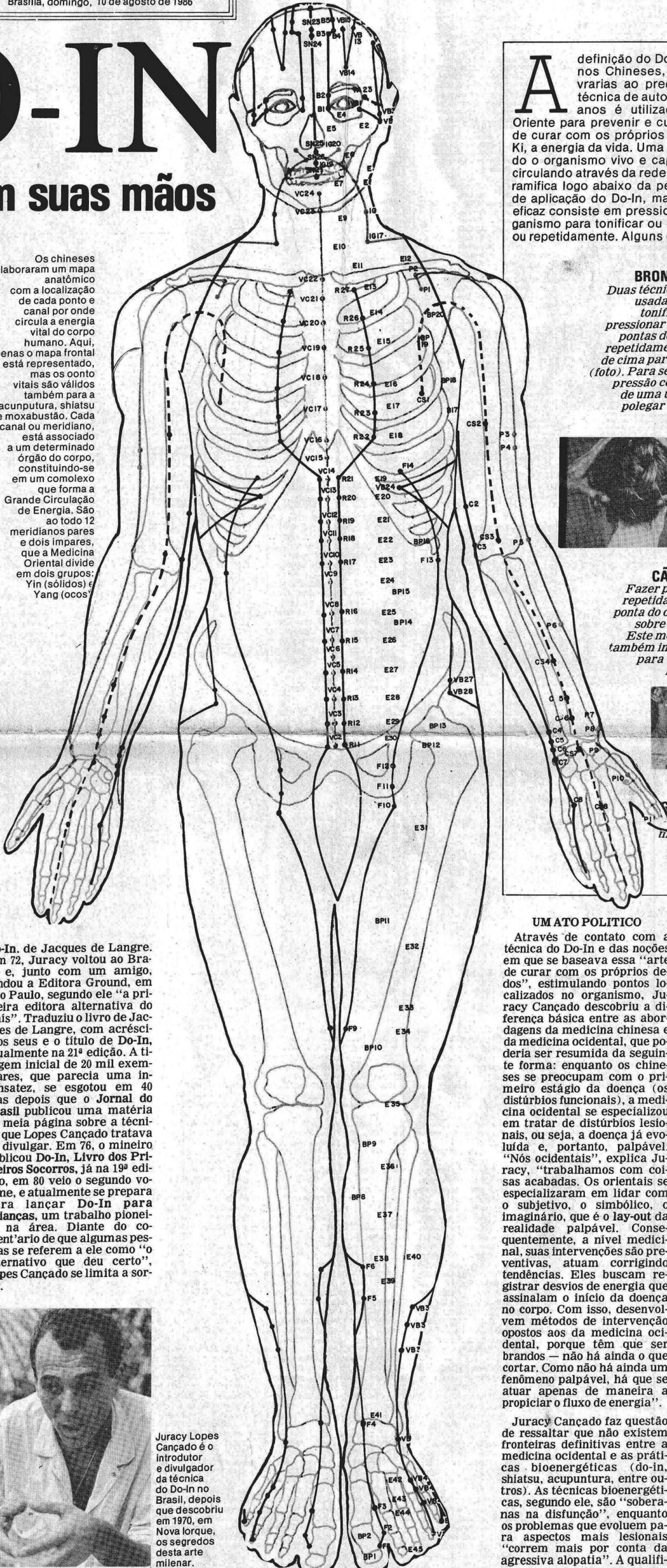
"Passei a frequentar esses grupos de estudos semanais, onde se falava de uma nova concepção de vida baseada em idéias orientais antigas, e uma verdadeira revolução começou a se operar dentro de mim", conta. A macrobiótica foi a primeira descoberta, e o começo da cura. Em seguida veio o primeiro contato com o Do-In, que alguns franceses explicaram, desajeitadamente, e demonstraram, de forma eficaz, no grupo de encontro. Os fundamentos teóricos do Do-In só saíram no ano seguinte, 71, no The First Book of

Os chineses elaboraram um mapa anatómico com a localização de cada ponto e canal por onde circula a energia vital do corpo humano. Aqui, apenas o mapa frontal está representado, mas os pontos vitais são válidos também para a acupuntura, shiatsu e moxabustão. Cada canal ou meridiano, está associado a um determinado órgão do corpo, constituindo-se em um complexo que forma a Grande Circulação de Energia. São ao todo 12 meridianos pares e dois ímpares, que a Medicina Oriental divide em dois grupos: Yin (sólidos) e Yang (oculos)

Do-In, de Jacques de Langre. Em 72, Juracy voltou ao Brasil e, junto com um amigo, fundou a Editora Ground, em São Paulo, segundo ele "a primeira editora alternativa do País". Traduziu o livro de Jacques de Langre, com acréscimos seus e o título de Do-In, atualmente na 21ª edição. A tiragem inicial de 20 mil exemplares, que parecia uma insensatez, se esgotou em 40 dias depois que o Jornal do Brasil publicou uma matéria de meia página sobre a técnica que Lopes Cançado tratava de divulgar. Em 76, o mineiro publicou Do-In, Livro dos Primeiros Socorros, já na 19ª edição, em 80 veio o segundo volume, e atualmente se prepara para lançar Do-In para Crianças, um trabalho pioneiro na área. Diante do comentário de que algumas pessoas se referem a ele como "o alternativo que deu certo", Lopes Cançado se limita a sorrir.



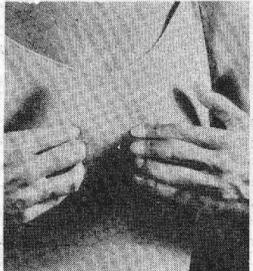
Juracy Lopes Cançado é o introdutor e divulgador da técnica do Do-In no Brasil, depois que descobriu em 1970, em Nova Iorque, os segredos desta arte milenar.



A definição do Do-In está no Mapa dos Meridianos Chineses, encontrado nas principais livrarias ao preço médio de Cz\$19,00: "uma técnica de automassagem que há milhares de anos é utilizada pelos povos do Extremo Oriente para prevenir e curar suas doenças". Esta arte de curar com os próprios dedos é baseada no fluxo de Ki, a energia da vida. Uma força cósmica presente em todo o organismo vivo e captada pelos pontos cutâneos, circulando através da rede de meridianos (canais) que se ramifica logo abaixo da pele. Inúmeras são as técnicas de aplicação do Do-In, mas o processo mais simples e eficaz consiste em pressionar determinado ponto do organismo para tonificar ou sedar um meridiano, contínua ou repetidamente. Alguns exemplos:

BRONQUITE

Duas técnicas são usadas: para tonificação, pressionar com as pontas dos dedos repetidamente, de cima para baixo (foto). Para sedação, pressão contínua de uma unha do polegar sobre a outra.



DOR DE CABEÇA

Para aliviar dor de cabeça o método indicado é pressionar continuamente a unha de um dedo sobre a polpa dos outros.



CÁIBRAS

Fazer pressão repetida com a ponta do polegar sobre os pés. Este método é também indicado para cólicas renais.



RESFRIADOS

Com o dedo médio fazer pressão contínua e massagear para baixo.



GASTRITE

Fazer massagem contínua com a polpa do polegar.



UM ATO POLITICO

Através de contato com a técnica do Do-In e das noções em que se baseava essa "arte de curar com os próprios dedos", estimulando pontos localizados no organismo, Juracy Cançado descobriu a diferença básica entre as abordagens da medicina chinesa e da medicina ocidental, que poderia ser resumida da seguinte forma: enquanto os chineses se preocupam com o primeiro estágio da doença (os distúrbios funcionais), a medicina ocidental se especializou em tratar de distúrbios lesionais, ou seja, a doença já evoluída e, portanto, palpável. "Nós ocidentais", explica Juracy, "trabalhamos com coisas acabadas. Os orientais se especializaram em lidar com o subjetivo, o simbólico, o imaginário, que é o lay-out da realidade palpável. Consequentemente, a nível medicinal, suas intervenções são preventivas, atuam corrigindo tendências. Eles buscam registrar desvios de energia que assinalam o início da doença no corpo. Com isso, desenvolvem métodos de intervenção opostos aos da medicina ocidental, porque têm que ser brandos — não há ainda o que cortar. Como não há ainda um fenômeno palpável, há que se atuar apenas de maneira a propiciar o fluxo de energia".

Juracy Cançado faz questão de ressaltar que não existem fronteiras definitivas entre a medicina ocidental e as práticas bioenergéticas (do-in, shiatsu, acupuntura, entre outros). As técnicas bioenergéticas, segundo ele, são "soberanas na disfunção", enquanto os problemas que evoluem para aspectos mais lesionais "correm mais por conta da agressiva alopatia". A qualifi-

cação de "agressiva", faz questão de esclarecer, não tem conotação pejorativa: "É agressiva porque tem de se-lo, já que trata de combater um inimigo que está instalado dentro do corpo". O ideal, na opinião de Cançado, seria a conjugação das técnicas orientais com a medicina ocidental, "reservando os recursos alopatéticos, anti-econômicos para o bolso e o organismo, para os momentos de real necessidade".

O Do-In, conforme explica seu introdutor no Brasil, apresenta uma série de vantagens em termos de prevenir, minimizar ou curar disfunções do organismo. "É um sistema de massagem que trabalha com regiões estratégicas, representantes das principais funções da unidade psicossomática", explica. "conhecendo esses pontos estratégicos e a energia que por ali circula, o indivíduo pode aprender a estimular esses pontos e curar ou minimizar uma série de problemas que ainda não se tenham caracterizado por aspectos lesionais".

O aspecto mais importante do Do-In, afirma Juracy Cançado, está contido no próprio significado do nome, que quer dizer "caminho de dentro". A ruptura do pacto que existe entre o indivíduo e a chamada indústria da doença, quando o indivíduo passa a "assumir a responsabilidade por sua própria vida e a ser o condutor de seu próprio processo evolutivo", essa ruptura, segundo Cançado, é mais que a cura de uma dor de cabeça ou outro distúrbio qualquer: é "um ato político". O homem moderno, argumenta, "está voltado exclusivamente para o mundo externo, esperando que a salvação lhe seja caridosamente oferecida".