

CAPOEIRA: LUTA DE RESISTÊNCIA À VIOLÊNCIA

MARCUS VINÍCIUS SANTANA MACUL¹

1 - ESPECIALIZAÇÃO EM FORMAÇÃO HOLÍSTICA DE BASE – UNIPAZ / ESPECIALIZAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO E MARKETING DO DESPORTO – FAMATH / COORDENADOR DO NÚCLEO HOLÍSTICO DE CAPOEIRA – NHC / GRADUADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – UCB

Resumo

A luta de resistência à violência é uma característica marcante na capoeira. O referido estudo buscou interpretar a capoeira e seu processo histórico através de uma visão holística, desde suas origens até os dias de hoje. Notamos que apesar de toda violência e repressão envolvendo a capoeira, alguns capoeiristas e mestres deixaram verdadeiros tesouros filosóficos capazes de incentivar a eclosão de uma cultura de paz na capoeira. Percebemos, também, a influência da capoeira sobre as nossas funções psíquicas: sentimento, pensamento, sensação e intuição e propomos algumas reflexões para o bom desenvolvimento pessoal, social e planetário através da capoeira.

Artigo

O surgimento da capoeira ainda é um mistério. Quanto às teorias sobre a “origem da capoeira”, encontramos três correntes que dividem suas opiniões: afro-brasileira, africana ou brasileira.

A teoria mais aceita entre os pesquisadores é aquela que identifica a capoeira como manifestação afro-brasileira. Estes entendem que ela se desenvolveu aqui no Brasil no período da escravidão, como luta de resistência à violência contra os feitores e capitães do mato. Inspirada em gestos de animais, rituais, costumes africanos e contato com os índios, a capoeira foi criada por africanos e seus descendentes em território brasileiro durante o período da escravidão.

Sabe-se que a capoeira foi muito perseguida pelas autoridades, chegando, em 1890, a ser considerada como crime previsto pelo código penal.

A capoeira foi influenciada por vários fatores como: o amargor da escravidão, a violência, a exclusão social e a repressão policial, porém, era também palco onde acontecia

o ritual da chamada vadiação, onde nos momentos de ócio, os capoeiras se reuniam para vadiar, cantar, tocar, jogar, beber, falar de seu povo e dar sentido à sua existência.

É importante uma hermenêutica mais abrangente da capoeira, pois, apenas deste modo, poderemos compreender qual era o estado mental, emocional, espiritual e físico dos nossos antepassados nesta arte. Como deveriam perceber, pensar, sentir e agir os capoeiras do passado? Como se estabeleciam as relações sócio-ambientais dos capoeiras?

Perceber a luz e a sombra da capoeira no passado e no presente é de fundamental importância para a construção do objetivo deste artigo, que é colaborar no desenvolvimento de uma cultura de paz na capoeira através da visão holística.

Este material servirá para reconhecermos a sombra, mas, principalmente, para nos orientar rumo à luz desta manifestação.

O assunto abordado neste artigo não é novo no universo da capoeira, porém, ainda é muito reduzido o número de pesquisas aprofundadas neste tema.

Para a fundamentação deste trabalho, foi feito um levantamento bibliográfico constando trabalhos relevantes sobre: capoeira, visão holística e cultura de paz.

A capoeira hoje representa e difunde nossa língua, cultura e país nos cinco continentes e está presente em escolas, universidades, cinema, teatro e televisão, além de ser registrada pelo IPHAN como Patrimônio Imaterial da Cultura Brasileira. Milhões de indivíduos de diversas faixas etárias e nacionalidades praticam capoeira atualmente, e este número é cada vez mais crescente.

Inicialmente, iremos abordar a história da capoeira desde suas origens até os dias de hoje, através de uma visão holística, e em seguida, falaremos sobre o desenvolvimento das quatro funções psíquicas na capoeira: sentimento, pensamento, sensação e intuição.

CAPOEIRA: LUTA DE RESISTÊNCIA À VIOLÊNCIA

A luta de resistência à violência é uma característica marcante na capoeira. Neste artigo, iremos fazer uma análise da capoeira desde suas origens até os dias atuais, identificando a relação desta com a violência, a forte repressão que sofreu, e os meios para alcançar a tão sonhada cultura de paz.

Quanto às origens da capoeira há um enorme mistério. Brasileira, africana, ou afro-brasileira?

Pesquisadores afirmam que o termo capoeira é citado pela primeira vez em 1712, por Bluteau, em livro publicado em Coimbra, Portugal, com o título “Vocabulário Português e Latino”. Freitas afirma que a definição do termo mais aceita pelos pesquisadores é de origem Tupi, apresentada por Soares (1880) como *caa-mato*, floresta virgem, mais *puêra*, o que foi e que não existe mais (FREITAS, 2007).

Mestre Bimba dizia que “os escravos sim eram africanos, mas a capoeira é de Santo Amaro e Ilha de Maré camarado”. Mestre Pastinha principal líder da capoeira Angola dizia que a “capoeira veio da África, africano que lutou”.

Soares nos aponta que o mais racional é que a capoeira tenha sido criada, desenvolvida e aperfeiçoada entre nós brasileiros (SOARES, 1994).

Zuma afirma que a capoeira surgiu durante a escravidão, tornando-se uma arma contra os senhores e os capitães do mato (ZUMA, A.B, 1928).

Este trabalho não tem a intenção de oferecer ou confirmar nenhuma verdade absoluta, até por não acreditar que esta exista em relação à origem da capoeira.

Quanto à influência da escravidão na capoeira, não há maiores polêmicas, a não ser pelo fato de terem sido queimados por Rui Barbosa todos os documentos referentes à escravidão, com o intuito de tentar apagar esta mancha histórica terrível.

Anchieta afirma que no início do século XV, mais precisamente em 1441, iniciou-se o processo de escravização dos negros africanos e diz também, que foi o Papa Eugênio IV quem oficializou a licença para que Portugal lançasse no cativo, africanos de todas as origens, interpretando a Bíblia que os apontava como descendentes de Cã, o amaldiçoado filho de Noé, predestinando-os, portanto, aos sofrimentos da escravidão (ANCHIETA, 1994, p.15/16).

Os senhores separavam os escravos com a mesma etnia temendo possíveis rebeliões e começaram, por volta de 1814, a reprimir qualquer tipo de manifestação negra.

Os senhores descobriram que o bater insistente dos tambores não significava mera diversão. Os tambores, na verdade, chamavam para dentro dos terreiros, os espíritos do coração da África.

Dias diz que “no tempo da escravidão, mandinga ou feitiço eram as práticas mágicas dos escravos, em especial os preparos de ervas e venenos usados pelos negros para matar seus senhores” (DIAS, 2006, p.17).

Em 1850, surge a lei Eusébio de Queirós “proibindo” o tráfico de negros.

Em 1865, o Brasil entra em guerra com o Paraguai, e quem compôs o Batalhão de Zuavos foram os escravos vindos dos canaviais e cafezais, seduzidos pela promessa de alforriamento, que muitas vezes não foi cumprida.

Fato muito percebido pelos pesquisadores é que a capoeira vivia no mundo da ordem e da desordem. Dias nos lembra que em certos casos os capoeiras estavam no lugar de representantes da lei, e em muitos outros, estavam no lugar dos que sofriam o peso da lei (DIAS, 2006). Ou seja, sempre na linha de frente das batalhas e conflitos.

Havia um ódio mútuo entre capoeiras e policiais. Este comentário é exemplificado em diversas músicas de capoeira, tais como:

*“Não estudei pra ser padre
Nem também pra ser doutor
Estudei a capoeira
pra bater no inspetor”* (Domínio Público)

*“Vamos jogar capoeira, enquanto a polícia não vem
Mas quando a polícia chegar quebra a polícia também”* (D.P)

“Sentado ao pé da cruz quando a polícia lhe seguia, desapareceu enquanto o tenente dizia, cadê o besouro chamado cordão de ouro” (Mestre Fanho)

“Tem um cabra lá na praça batendo no teu soldado, capitão saiu correndo, tenente tá desmaiado” (Mestre Toni Vargas)

“E nem mesmo a polícia podia nada fazer, pois se ficassem frente a frente, colega velho era certo alguém morrer” (Mestre Mão Branca)

“O seu moço chefe de polícia mandou avisar que ele não quer mais zueira, não quer capoeira do lado de cá.... o menino você trouxe o recado também vai levar, diga ao chefe de polícia que na capoeira ele não vai mandar” (Mestre Toni Vargas)

Sabemos que a escravidão se estendeu até 13 de maio de 1888, quando foi supostamente abolida. Em 1890, pouco antes de a capoeira constar no código penal, o então marechal Deodoro da Fonseca elege ao cargo de chefe de polícia o bacharel Sampaio Ferraz, outro capoeira que perseguiu violentamente os capoeiras do Rio de Janeiro.

Registros da Casa de Detenção (Rio de Janeiro) mostram que pelo menos 110 capoeiras foram presos em apenas dois meses, entre 15 de novembro de 1889 e 13 de janeiro de 1890.

Lei imposta aos capoeiras em 11 de outubro de 1890
“DOS VADIOS E CAPOEIRAS”

Artigo 402 - Fazer nas ruas e praças públicas exercícios de agilidade e destreza corporal, conhecidos pela denominação de capoeiragem: andar em correrias, com armas ou instrumentos capazes de produzir uma lesão corporal, provocando tumulto ou desordens, ameaçando pessoa certa ou incerta ou incutindo temor, ou algum mal: Pena: de prisão celular de dois a seis meses.

Parágrafo único - É considerada circunstância agravante, pertencer o capoeira a algum bando ou malta. Aos chefes ou cabeças se imporá a pena em dobro.

Artigo 403 - No caso de reincidência será aplicada ao capoeira, no grau máximo a pena do artigo 400, pena de um a três anos em colônias penais que se fundarem

em ilhas marítimas, ou nas fronteiras do território nacional, podendo para esse fim ser aproveitados os presídios militares existentes.

Parágrafo único - Se for estrangeiro será deportado depois de cumprir pena.

Artigo 404 - Se nesses exercícios de “capoeiragem” perpetrar homicídios, praticar lesão corporal, ultrajar o pudor público e particular, e perturbar a ordem, a tranqüilidade e a segurança pública ou for encontrado com armas, incorrerá cumulativamente nas penas cominadas para tais crimes.

No período da ilegalidade no Rio de Janeiro existiam as maltas, gangues territoriais que tentavam sobreviver oferecendo risco ao sistema opressor. Neste período, a repressão à capoeira foi intensa, deixando um saldo de muitas mortes e levando quase à extinção a capoeira em algumas regiões, como no Rio de Janeiro.

É curioso ler em O D C que “o capoeira de outrora, era célebre pela riqueza de seus variados movimentos de ataque e defesa, era prudente e amigo da ordem, mas, que na época em que escrevia este manual, a capoeira já havia se tornado coisa de vagabundo, faquista, navalhista...” (O D C, 1907, p.2). O autor citado acima (O D C) era oficial do exército, e julgou prudente não revelar seu nome devido ao grande preconceito contra a capoeira na época.

Soares diz que os capoeiras, possivelmente, representavam a vanguarda da violência escrava, na reação às truculências do Estado escravagista. Os escravos capoeiras desafiavam a vigilância permanente a que era submetida a massa escrava, e, enfrentamentos com policiais e autoridades, eram uma constante no Rio de Janeiro (SOARES, 1994).

Como já escrevemos anteriormente, os capoeiras que voltaram da guerra e não receberam sua prometida alforria, fugiram aos bandos e formaram posteriormente as maltas, gangues que aterrorizavam a cidade do Rio de Janeiro, muitas lideradas por ex-escravos, que haviam participado da Guerra do Paraguai no Batalhão de Zuavos.

Inúmeros casos de mortes e violência envolviam os capoeiras desta época.

É difícil pensar que havia paz nesta época para o universo dos capoeiras, pois mesmo quando estavam apenas se divertindo, tinham a polícia no seu encalço.

Dias nos lembra ainda outro elemento marcante, que é a identificação da capoeira com a cultura masculina, presente até nas alcunhas das poucas mulheres identificadas nessa época na capoeira, a exemplo da Maria Homen e Chicão, companheira do capoeira Pedro Porreta (DIAS, 2006).

Moura nos indica que “na Segunda Guerra Mundial, capoeiristas enfrentaram valentemente os nazistas na Itália” (MOURA, 1980, p.20).

Nestor Capoeira diz que na década de 30, no Rio de Janeiro, Agenor Sampaio (Mestre Sinhozinho) ensinava uma capoeira voltada apenas para o aspecto de luta, briga de rua e defesa pessoal. Na capoeira de Sinhô, não existia a parte musical e nem o ritual

da capoeira baiana. A própria ginga era uma série de pulos e deslocamentos semelhantes aos do boxe (CAPOEIRA, 2001).

Como nos aponta Vieira, “na década de 1930, o então presidente Getúlio Vargas, precisando de apoio popular e objetivando a integração do país, retira a capoeira do código penal” (VIEIRA, 1995, p.138).

Manuel do Reis Machado, Mestre Bimba (1899-1974), fundou a primeira academia de capoeira em 1932, no Engenho Velho de Brotas em Salvador com o nome de *Centro de Cultura Física e Luta Regional Baiana*, e em nove de julho de 1937, recebeu uma autorização oficial para o ensino da capoeira.

Mestre Bimba iniciou-se na capoeira com Nozinho Bento, também conhecido como Bentinho, por volta de 1911 e dizia sobre este tempo, que “a polícia perseguia um capoeirista como se persegue um cão danado”.

Pires nos diz que um dos castigos que davam a capoeiristas que fossem presos brigando, era amarrar um dos punhos num rabo de cavalo e outro em cavalo paralelo. Os dois cavalos eram soltos e postos a correr em disparada até o quartel. Comentavam até por brincadeira que era melhor brigar perto do quartel, pois ocorreram muitos casos de morte. O indivíduo não agüentava ser arrastado em velocidade pelo chão e morria antes de chegar ao seu destino: o quartel da polícia (PIRES, 2004).

Mestre Bimba percebia a necessidade de elevar o valor atribuído à capoeira pela sociedade e fez inúmeras transformações neste sentido. Retirou o atabaque da orquestra (formação instrumental da capoeira), pois acreditava que este era muito associado ao candomblé, fato este curioso, já que Bimba era *Ogã* (tocador de tambores no candomblé).

Na capoeira regional, mestre Bimba desenvolveu um método composto por oito seqüências de golpes e alguns balões ou cintura desprezada (saltos em dupla para o aprendiz perder o medo e aprender a cair), introduzindo na capoeira um aprendizado metódico. Bimba, durante certo tempo, só aceitou alunos que trabalhassem ou estudassem (teste de admissão) e impôs alguns pré-requisitos para aceitar seus alunos, tais como: suportar uma “gravata” (golpe asfixiante aplicado pelo Mestre) por um minuto sem chiar, “descer nas molas” (agachar na posição de cócoras), fazer uma “queda de rins” (movimento que o capoeirista apóia apenas as mãos no chão e sustenta o corpo em cima do cotovelo).

Mestre Bimba também desenvolveu a cerimônia de formatura nos moldes acadêmicos, com paraninfo e tudo mais, e atraiu a classe alta e a burguesia para a capoeira. Fez lutas no ringue desafiando outros lutadores na década de trinta para afirmar a sua capoeira enquanto luta, e entre outros.

Apesar de Bimba ter inovado em muitos elementos a capoeira, em outros o Mestre dava continuidade, como por exemplo, o “ritual de conflito” assinalado por Pires: “Meninos não se metam em brigas. Se souberem que numa rua qualquer, está acontecendo alguma, voltem, passem por outra. Mas se no atalho, também houver, sem que haja meios de evitá-la, vão em frente com segurança. Vocês não podem sair perdendo e voltar para casa pra fazer tratamento na cara. Iodo e arnica custam caro e o pai de vocês não é ladrão para gastar dinheiro à toa” (PIRES, 2004).

Percebemos que, apesar de mestre Bimba ter “educado” em vários aspectos a prática da capoeira, em outros, a energia de outrora, associada ao valentão e ao espírito de competição, continuavam muito presentes.

Em certos momentos, como nos indica Sodré, o Mestre julgava prudente e inteligente a possibilidade de correr ou até mesmo de não agir, sentenciando que “quem agüenta tempestade é rochedo” (SODRÉ, 2002, p.18).

Vicente Ferreira Pastinha (Mestre Pastinha - 1889-1981) foi iniciado na capoeira por um negro de Angola chamado Benedito, que via o menino apanhar sempre de outro mais velho e resolveu se oferecer para ensinar-lhe a se defender com a capoeira.

Pastinha abriu sua academia alguns anos depois da de Bimba. Em 1941, ele foi convidado pelo então comandante da roda do Jingibirra, Amorzinho, que era um guarda civil, a tomar conta da capoeira que ele denominou Angola, em memória aos seus antepassados nesta tradição.

Pastinha também era “vivido” no meio da malandragem, chegou a tomar conta de casa de jogo e, assim como Bimba, se relacionou com intelectuais, artistas e burgueses da sua época, mesmo que isto não tenha servido, nem para ele e nem para Bimba, para ter uma vida confortável e uma morte digna.

Pastinha, junto aos demais angoleiros, mantinha acesa a chama do ritual, da mandinga, da subjetividade, do lúdico, da espontaneidade, da malícia e do fingimento, muito comuns na capoeira de outrora.

Pastinha escreveu no seu livro “Capoeira Angola”, que acreditava não estar longe o dia em que a capoeira seria procurada por uma imensa legião de pessoas, não pelo seu caráter de defesa pessoal, mas sim, para manter um perfeito estado físico e prolongar a juventude (PASTINHA, 1968, p.30).

De acordo com o Mestre, o capoeirista deveria saber dominar-se antes de desejar dominar um adversário e dizia que “o capoeirista deve ser calmo, tranqüilo, calculista” (PASTINHA, 1968).

Pastinha acreditava que o poder agressivo da capoeira não era o mais perigoso, e sim, a malícia. Ele propunha que o capoeirista se treinasse mentalmente imaginando situações críticas. A capoeira não deveria ser exercida para a valentia, mas sim, para a defesa da integridade física.

Mestre Pastinha evidenciava a dualidade da capoeira através da metáfora do berimbau. Ele dizia que o berimbau na hora da alegria era um instrumento, mas na hora da dor, o mestre colocava uma foicezinha na ponta do instrumento e o manjava como uma arma branca. Isto explica a fala de Pastinha quando diz que “o capoeirista tem mentalidade pra tudo”.

A religiosidade esteve bastante presente nas concepções de mestre Pastinha. Podemos perceber isto em sua música.

“É maior é Deus, é maior é deus e pequeno sou eu, o que eu tenho foi Deus que me deu, na roda da capoeira grande e pequeno sou eu...” (M. Pastinha)

Cruz, conhecido na capoeira como mestre Bola Sete, cita uma frase de Pastinha, que também deixa claro seu reconhecimento à parte espiritual. “O capoeirista tem obrigação de cogitar, uma vez ao menos, os valores espirituais. O fracasso do capoeirista, do ser humano em geral, é o descuido das obrigações espirituais” (CRUZ, 2003).

Em 1952, redige-se o estatuto do *Centro Esportivo de Capoeira Angola* (CECA). Paulo Santos Silva, um dos seus principais idealizadores, deixou registrado em seu discurso as premissas básicas do CECA: “a base fundamental do nosso centro é a boa conduta. Educação social, solidariedade humana e, sobretudo, a prática do bem, não usando a arma poderosa que é a capoeira a não ser em legítima defesa ou em função da pátria” (PIRES, 2002, p.82).

Como podemos perceber, a capoeira do passado foi reprovada por Pastinha devido ao excesso de violência.

Pires nos lembra que para ser um bom mestre, era necessário romper com as rodas de capoeira do passado, que segundo Pastinha, era uma “promoção de horror” (PIRES, 2002, p.85).

CAPOEIRA ANGOLA	CAPOEIRA REGIONAL
Original	Descaracterizada
Tradicional	Moderna
Jogo alto	Jogo baixo
Praticada pelos estratos sociais médios e superiores	Praticada pelas camadas sociais marginalizadas
Jogo lento	Jogo rápido
Recreativa e maliciosa	Agressiva e sem malícia
Envolta de religiosidade e misticismo	Secularizada e isenta de simbolismos religiosos
Integração à cultura negra	Expressão da dominação branca.

Apesar de todos os esforços destinados à capoeira, Bimba, e também Pastinha, morreram na mais absoluta miséria.

Na década de 60, em plena ditadura militar, apareceram alguns rapazes interessados em aprender capoeira que se juntaram para treinar em alguns ambientes da zona sul do Rio de Janeiro. Esse pessoal jovem de classe média, vestibulando e cheio de disposição, formou o Grupo Sensala.

O Grupo Sensala fez com que filhos de madame da zona sul do rio, se relacionassem com “neguinho” da favela, não menos importante naquela ocasião (LEMLE, 1993).

De acordo com os Mestres do Grupo Sensala, apesar de terem tido contato com vários capoeiristas experientes, a maior influência foi da capoeira Regional do mestre Bimba.

Fato percebido por muitos capoeiristas, é que o Grupo Sensala levou a capoeira à frente, aprimorando ainda mais a iniciativa de Bimba de metodizar a capoeira.

O Grupo Sensala desenvolveu um estilo próprio, citado por Nestor Capoeira como: Regional Sensala, que posteriormente foi muito copiado por vários outros grupos de capoeira pelo Brasil e pelo mundo (CAPOEIRA, 1999, p.60).

Lopes afirma que “a própria capoeira Regional da Bahia só ganhou dimensão nacional e internacional em função do sucesso do Grupo Sensala...” (LOPES, 2002, p.49).

Mestre Peixinho, no DVD “Intercâmbio Cultural” de 2004, fala sobre a capoeira: “não que seja uma luta invencível, porque não é por aí... a capoeira possui nuances mais importantes como a preservação cultural de um sentimento, de uma idéia...”.

O mestre diz ainda que não vê uma ligação direta da capoeira com religião, mas sim, capoeiristas que são adeptos de uma ou outra religião, e que, então, se manifestam, trazendo suas crenças e valores.

Peixinho nos traz à consciência uma sincronicidade que revelava a volta ao mundo que a capoeira iria dar concretamente quando os antigos já cantavam “lê volta do mundo” (fundamento tradicional da capoeira).

A partir de 1987, o Grupo Sensala passou a realizar, anualmente, o Encontro Europeu, que atraiu inúmeros participantes e ajudou a unir os trabalhos isolados que já se estruturavam lá fora. Batizados gigantescos, também passaram a acontecer regularmente a partir da década de noventa.

Atualmente, a capoeira se encontra em mais de 150 países e possui milhões de praticantes.

Mestre Gil Velho sugere que se desenvolva a capoeira a partir da perspectiva cultural e “identitária” de cada indivíduo, ou seja, a música deve ser familiar aos ritmos

que habitam a cultura e o corpo do capoeirista e os rituais também devem respeitar a cultura local, além do repertório já existente no indivíduo e sua intuição.

A esta proposta, Gil Velho deu o nome de Capoeira Orgânica em 1989, uma prática intuitiva, ligada a essência das pessoas.

Hoje em dia, existem encontros femininos de capoeira, além de mulheres, mestras de capoeira, com trabalhos respeitados no meio, como posso citar a mestra Janja, da capoeira Angola.

Precisamos hoje, de um ensino na capoeira não apenas efetivo, mas também afetivo, possibilitando ao praticante entrar em contato com a sua energia feminina, ligada as funções sentimento e intuição.

A capoeira infantil que vem se desenvolvendo muito hoje em dia, além de metodologias próprias à faixa etária, possui um número fantástico de adeptos, estando presente na maior parte das escolas infantis, públicas e particulares do Brasil.

Cd's, dvd's, livros, revistas, filmes, teatros, escolas, universidades, pós-graduação e entre outros, fazem parte, hoje, da realidade oferecida pela capoeira.

Os conhecimentos ligados à capoeira cresceram exponencialmente, porém, quando o texto aumenta sem contexto, ou seja, quando os conhecimentos fragmentados se multiplicam e perdem a relação consciente com o todo, o indivíduo não dá o salto quântico do acúmulo de conhecimento para a sabedoria. E que sabedoria é esta?

Analisando que hoje em dia não existe mais feitor, pelo menos nos moldes apresentados na escravidão, percebemos a necessidade de uma revisão da ideologia dominante na capoeira, que em alguns casos, exclui a possibilidade de integrar o Ser ao humano e auxiliá-lo no desenvolvimento da saúde no nível pessoal, social e ambiental.

Hermógenes cita uma frase de Erich Fromm que diz: "a principal missão do homem em sua vida é dar à luz a si mesmo, é tornar-se aquilo que ele é potencialmente" (HERMÓGENES, 2004, p.161).

Devemos valorizar e levar a chama dos grandes mestres que deixaram um legado na capoeira capaz de incentivar o indivíduo a evoluir e ser feliz. Valorizar a vida e o encontro não apenas de dois corpos na roda de capoeira, mais sim, de dois corpos, mentes e espíritos que, no encontro, se fazem um, ou melhor, fazem o "terceiro incluído" que é o jogo da capoeira.

Esta é a Sabedoria que propomos neste trabalho: saborear o saber que nos conduz a uma ampliação da consciência. É unir céu e terra, pensamento e sentimento, sensação e intuição, profano e sagrado, Angola e Regional, e restabelecer a inteireza da capoeira.

Talvez, a situação descrita anteriormente, referente à repressão na capoeira, tenha deixado mentes e corpos bloqueados para vivenciarem um outro nível de realidade que permite a manifestação da plenitude do Ser através da nossa arte capoeira.

Esta postura tem como elementos norteadores a evolução da consciência do Ser e o desenvolvimento de uma cultura de paz.

Alguns autores da capoeira, já indicam a necessidade de uma abordagem mais ampla da capoeira, para que esta seja entendida na sua complexidade. Esta abordagem mais ampla é a abordagem holística.

De acordo com Freitas, os “valores como a educação dicotômica de corpo e mente, ainda tão presentes na Educação Física, precisam ser quebrados para que uma educação holística junto a ela se efetive, já que seus conteúdos buscam um equilíbrio do desenvolvimento harmonioso do aluno em todas as suas dimensões: corpo, intelecto, sentimento e espírito” (FREITAS, 2007, p.53).

O mesmo autor diz que “podemos facilmente encarar a abordagem holística como uma abordagem mais humana, pois, inovadoramente, considera a intuição e o sentimento como meios de construção do real e não somente a razão como vinha sendo feito sob o aspecto de paradigmas mais conservadores”.

Sobre a visão holística da capoeira, é relevante a colocação de Filho quando diz que a capoeira desenvolve um processo bipolar, concordante com o sistema dialético da teoria Yin-Yang, consoante o qual em todo jogo existe a semente da maldade e o germe lúdico (FILHO, 1997, p.33).

Filho diz ainda que, “a energia sonora do berimbau cria o ambiente energético em que o corpo e o espírito mergulham para viver o transe capoeirano” (FILHO, 1997, p.28).

Abib afirma intuir a existência de uma outra lógica, diferente daquela determinada pela racionalidade moderna, mas que parece prevalecer nesse universo da cultura popular, cada vez que os acordes de um berimbau ecoam como navalha cortando o ar durante o cantar da ladainha numa roda de capoeira (ABIB, 2005, p.23).

A lógica que parece prevalecer na capoeira difere da lógica linear, pois concebe passado, presente e futuro dentro de uma unidade de tempo.

Abib declara que “os parâmetros teóricos, construídos pela academia, parecem não dar conta de interpretar esse complexo conjunto de significados presentes na cultura popular, em sua totalidade” e diz também que “a ritualidade adquire, no universo da cultura popular, o aspecto de culto, onde o sagrado e profano se entrecruzam, atribuindo um outro sentido ao religioso e à religiosidade (ABIB, 2005, p.27)”.

A capoeira nos convoca à presença (estado de plena atenção ao momento, a não estar de boabeira, desatento ou despreparado), um ensinamento muito útil nas rodas da capoeira e da vida.

Capra escreveu sobre o conhecimento absoluto, e disse que este só é possível percebermos no estado de meditação, ou estado místico. Capra percebe que algumas

práticas esportivas levam o indivíduo a agregar o mesmo sentimento de paz obtido nas posturas estáticas (CAPRA, 1983, p.37).

Podemos, então, pensar a capoeira como meditação?
Estou certo que sim! Fiz inclusive uma música a respeito.

“Hoje eu toco pandeiro, agogô, reco-reco, atabaque e também berimbau, Unindo a dimensão do amor, do corpo, da mente do espiritual.

Pois sei que eu não sou o que pareço, quando olho no espelho só vejo uma parte,
Capoeira olhada de longe também parece apenas uma arte.

Percebendo mais profundamente a raiz ancestral, vamos ter noção,
E respeito aos mestres do passado ao inconsciente e a nossa intuição.

O coração não fica de fora, e bons sentimentos vamos cultivar,
Na mente agir com sabedoria, adotando a postura transdisciplinar.

CAPOEIRAR É MEDITAÇÃO (refrão)

Liberta o nosso pensamento e abre a intuição.
refrão
Salve Bimba, seu Pastinha e Valdemar da Paixão.
refrão
Ela faz minha cabeça, corpo, alma e coração.”
refrão

O QUE É HOLÍSTICO?

O termo “holístico” vem do grego “Holos”: todo, inteiro. É um novo paradigma que leva em consideração o todo e as partes, onde o programa do todo se reflete nas partes, como num holograma.

Para Pierre Weil (WEIL, 2004, p.116), o termo “*Holístico é e não é...*”:

HOLÍSTICO É... E NÃO É... :

- Ø Holístico é o espaço de encontro de tudo que a mente humana separa e separou através dos tempos.
- Ø Holístico é a árvore da vida em cujos galhos as folhas dançam ao vento da reunião.
- Ø Holístico não é nova religião, nem nova filosofia, nem nova ciência, nem nova arte, nem novo partido político, nem nova forma de pensamento, ação ou sentimento.

Ø Holístico não é nova síntese, nem novo sincretismo, nem novo coquetel espiritualista ou materialista ou os dois...

Ø Nem mistura de novos e/ou velhos ismos e sobretudo não é comércio. Holístico é o calor das mãos dadas, dos corações unidos por cima das diferenças.

Ø Holístico é o encontro do novo com o antigo, do convencional e do não-convencional.

Ø Holístico é o encontro da simplicidade de homens de boa vontade. Holístico é o despertar da sabedoria e do amor recalçados por toneladas de conceitos e preconceitos.

Ø Holístico é o trampolim de mergulho na imensidão do real.

Ø Holístico é a descoberta da beleza dos caminhos, das moradas do sem nome. Do "sem nome" a quem tantos nomes deram, criando novas torres de Babel, de mal-entendidos e de guerras.

Ø Holístico é a oportunidade de enfrentar e sair de crises de existência.

Ø Holístico é a descoberta da natureza da natureza, da vida da vida, da consciência da consciência.

Ø Holístico é o abraço do bispo, lama, pastor, rabino, xamã, xeque, swami, gnóstico, e agnósticos, crentes e descrentes, cientistas com artistas e filósofos. Holístico é o desvelar do verdadeiro sentido da sua crença, se ainda tiver. É a passagem da crença ao verdadeiro saber; da sabedoria do amor e da compaixão.

Ø Holístico é o espaço irresistível que atrai todos que querem contribuir para salvar a vida do planeta, pela descoberta da interdependência de tudo, com tudo no grande todo incomensurável, transfinito e atemporal.

Vejamos agora algumas características do paradigma Newtoniano-Cartesiano e do paradigma Holístico.

PARADIGMA NEWTONIANO-CARTESIANO	PARADIGMA HOLÍSTICO
Visão separada e especializada de partes do corpo humano	Corpo visto como um organismo vivo, cujos sistemas são interligados e interdependentes
Corpo visto como entidade material	Corpo visto como sistema energético
Separação corpo-espírito	Integração e interação corpo-espírito, ambos vistos como feitos da mesma energia
Princípio da causalidade	Princípio da causalidade e princípio da acausalidade e sincronicidade (Jung-Paoli)
Todas as visões e idéias que fogem aos cinco sentidos e ao raciocínio da lógica formal são consideradas alucinações e devem ser tratadas como tais	Inúmeras visões e idéias correspondem a vivências de realidades extra-sensoriais ou extracorpóreas, obtidas em outros estados de consciência
Arte separada da ciência, filosofia e tradições culturais	Integração transdisciplinar
Predomínio de uma metodologia educacional racional, intelectual, mental, dissociada da sociedade e da natureza	Educação integral do ser humano nos seus planos físico, afetivo, mental e espiritual, em harmonia com a sociedade e a natureza

(adaptado por Pierre Weil, 2004)

Freitas nos lembra o quanto o paradigma tradicional, influencia nossas ações docentes: “elogiamos o aluno calado, anônimo, que não expressa opiniões, mas que diz sim senhor a todas as nossas questões” (FREITAS, 2007, p.50).

Em nossa sociedade, vivenciamos valores ligados a um paradigma reducionista que separa indivíduo, sociedade e meio ambiente, e faz com que ao vivermos nesta fantasia da separatividade, venhamos a desenvolver o apego exagerado a coisas, pessoas ou idéias que nos trazem prazer, e rejeição ao que nos traz sofrimento e indiferença, com o que não nos causa nem felicidade nem dor.

O apego poderá fazer com que diferentes sentimentos aflorem em nosso interior como o sentimento de orgulho por possuir tal idéia, pessoa ou objeto, sentimento de medo de perder tal idéia, pessoa ou objeto ou também poderá ocasionar um sentimento de ciúme sobre a idéia, pessoa ou objeto de apego. E aí, as reações corporais (caso não sejam feitas boas reflexões) serão correspondentes aos sentimentos, chamados por Weil de sentimentos destrutivos, que, por sua vez, atrapalham muito a saúde corporal e integral.

Esta releitura histórica, musical, ritualística e vivencial, irá nos despertar para a valorização das nossas verdadeiras necessidades.

Hoje, já é bastante discutida a temática da violência na capoeira. Em um breve levantamento de dados, podemos perceber muitas notícias relacionadas à violência: mortes e conflitos atuais envolvendo capoeiristas; e como antítese, surgem propostas de educação para a paz na capoeira, como a apresentada no presente material.

Silva e Heine assinalam que “a consciência de que a capoeira deve ser um instrumento de paz tem se intensificado. Muitos grupos de capoeira passam a defender uma proposta de trabalho na qual o respeito e a ética têm lugar garantido” (SILVA E HEINE, 2008, p.36).

Jaqueira (JAQUEIRA, 2005) constata que o comportamento agressivo se deve a três fatores:

1. à característica da personalidade do indivíduo;
2. à filosofia do grupo em que está inserido;
3. à orientação dos superiores hierárquicos.

“No jogo da capoeira muitas vezes fica difícil perceber onde termina a combatividade e começa a violência. Seus limites são sutis e a inobservância desse limiar, principalmente por parte dos líderes, pode ser um dos principais fatores para a exacerbação da violência na capoeira em geral” (FALCÃO, 1996, p.115).

Sousa diz que “se não houver uma conscientização nos mais novos, ao invés da capoeira servir de terapia saudável para o corpo e a mente, tornar-se-á um esporte agressivo e causador de vários problemas de ordem física e psicológica” (SOUSA, 2000, p.45).

O bom capoeirista é um homem do bem, que irradia boas energias e, em consequência, também as atrai!

“Atualmente é muito fácil os capoeiristas esbofetarem-se, trocarem coices feito animais, mas o difícil mesmo é conseguirmos ver capoeiristas tendo paciência de aguardar maliciosamente seus adversários para surpreendê-los...” (SOUSA, 2000, p.21).

Concordo que precisamos desenvolver a paciência, e que esta pode ser entendida também como “Ciência da Paz”. Sejam vigilantes conosco e tolerantes com o processo alheio! Vejamos agora exemplos de mestres e capoeiristas que nos deixaram um precioso legado, fundamentando um ideal filosófico da capoeira no que se refere à construção de uma cultura de paz ou uma indignação com a violência na capoeira.

Mestre Paulo dos Anjos, em 1989 criticou a forma grosseira sobre como se batizava os alunos, e disse que “o que impera hoje em dia na capoeira é a violência”. Diz ainda que “só faz violência aquele que quer aparecer... mau caráter... acha que é mais macho

do que os outros... mas se levar esse indivíduo para um canto e falar que é para brigar... aí vai ver que não é nada disso...”

Tavares diz que a guerra é um tema muito comum nas cantigas de capoeira e a participação de capoeiristas na Guerra do Paraguai tornou-se um motivo de orgulho e inspiração musical (TAVARES, 2006).

“Tava lá em casa sem pensar nem imaginar, quando ouvi bater na porta, capitão mandou chamar, para ajudar a vencer a Guerra do Paraguai. (D.P)”

Estas músicas nos remetem a um passado muito violento e sabemos também que quando cantamos essas músicas, podemos incitar uma atitude violenta. Por isso, devemos ter fundamento e consciência para não contaminarmos o ambiente e criarmos uma psicofera com uma energia violenta dominante.

Coutinho, também conhecido na capoeira por mestre Noronha, nascido em 1909, nos diz em seu manuscrito que: *“O jogador de capoeira não é valente nem deve ser, porque o capoeirista tem muito recursco para brigar ter muita carma o capoeirista deve cer muito educado para cer apresentado nos alto meios cocial ci foi valente deixe esta vida que já si passou de lado valentia. devemos adiciri lastro de amizade é o que devemos fazer”* (COUTINHO, 1993, p.38).

Filho, no seu trabalho sobre o transe capoeirando, nos mostra que na roda da capoeira, estamos encerrados num campo energético, que influencia todos os participantes. Diz ainda, que o transe capoeirando acontece com todos os capoeiristas, e que este, é um estado de extrema euforia e de integração ou acoplamento a outras personalidades participantes do mesmo evento, conduzindo a execução de atos acima da capacidade dita “normal” (FILHO, 1997).

No transe capoeirando, há, ainda, uma ampliação do campo de influência vital de cada “ser”. Decânio nos lembra que existem dois tipos de transe: um pacífico e de bem estar e outro violento que vem lesionando e até matando hoje em dia. Ele também nos alerta para o perigo que é estar sob a orientação de um professor que incentive este transe violento.

Filho explicita que perdemos, assim, o caráter festivo da capoeira antiga e evoluímos para um estilo mórbido, capaz de gerar a morte de parceiros que deviam estar irmanados por esporte tão belo e pacífico.

Pastinha como dissemos anteriormente, não aprovava a conduta violenta dos capoeiras do passado, e dizia que era indispensável a obediência ao código de honra, ao juiz, às regras, regulamentos e ao ritmo da orquestra, e que esta atitude evita a violência e os acidentes. O Mestre lembrava que a capoeira não era para desenvolver a valentia, mas sim a auto confiança necessária para a defesa de sua integridade física.

Mestre João Pequeno, no filme *“Pastinha uma Vida pela Capoeira”*, nos diz que “na capoeira o indivíduo não precisa bater no outro, o sujeito leva o pé, se ver que o outro

não esquivou o sujeito então deve ter seu corpo freado e manejado, pois quem está de parte vê que o capoeirista não bateu porque não quis!”.

Ainda de acordo com Mestre João Pequeno, “antigamente, a capoeira era mais perigosa e menos violenta, hoje em dia, a capoeira está mais violenta e menos perigosa”.

“Muitas vezes verifica-se na capoeira o excesso de agressividade e competitividade, aliado à falta de ética e de respeito, que culmina em agressões físicas e morais, traduzidas em agarrões, pontapés, socos etc.” (SILVA E HEINE, 2008, p.36).

Ainda, os mesmos autores indicam que a violência se inicia muito antes da roda, enquanto os discípulos analisam a conduta do mestre ou professor e, então, passam a reproduzi-la.

Mestre Nestor nos coloca que “se no passado a sobrevivência do homem estava intimamente relacionada à sua capacidade de matar e destruir, hoje em dia, sua sobrevivência irá depender de sua capacidade de conviver em paz com os outros homens e com a natureza que o cerca” (CAPOEIRA, 2001, p.174).

E o que é o homem senão natureza?

Nesta linha, sugiro que antes de pensarmos em perpetuar certas tradições da capoeira, devemos manter a tradição da vida humana no planeta.

Carlos Velázquez Callado nos mostra no quadro abaixo as diferenças entre a cultura tradicional e a cultura de paz.

Cultura tradicional (paz negativa)	Cultura de paz (paz positiva)
A paz define-se como ausência de guerras e de violência direta.	A paz define-se como ausência de todo tipo de violência (direta e estrutural) e como presença de justiça social e das condições necessárias para que exista.
A paz limita-se às relações nacionais e internacionais e sua manutenção depende unicamente dos Estados.	A paz abrange todos os âmbitos da vida, incluídos o pessoal e o interpessoal e é, portanto, responsabilidade de todos e de cada um de nós.
A paz é um fim, uma meta que se tende e que nunca se alcança plenamente.	A paz é um processo contínuo e permanente: "não há caminho para a paz, a paz é o caminho". (Mahatma Gandhi)
O fim justifica os meios. É, portanto, justificável o uso da violência para alcançar e garantir a paz.	Ao considerar a paz como um processo contínuo e não como um fim, não é justificável o uso de meios que não sejam coerentes com o que se persegue. A violência não é, portanto, justificável em nenhum caso.
A paz é um ideal utópico e inalcançável, carente de significação própria e derivado de fatores externos a ela.	A paz converte-se num processo contínuo e acessível em que a cooperação, o mútuo entendimento e a confiança em todos os níveis assentam as bases das relações interpessoais e intergrupais.
O conflito é visto como algo negativo.	O conflito é independente das conseqüências derivadas de sua regulação. O negativo não é o conflito se não recorrer à violência para regulá-lo.
É preciso evitar conflitos.	O conflito é necessário. É preciso manifestar os conflitos latentes e regulá-los, sem recorrer à violência.

(CALLADO, 2004, p.28)

Para Lopes, "quem está aprendendo capoeira, está aprendendo ao mesmo tempo, uma infinidade de coisas: jogo, luta, arte, filosofia, religião, ética, dança, música e até história do Brasil..." (LOPES, 1999, p.69).

A capoeira, de fato, influencia na totalidade humana. Vamos então perceber algumas possibilidades de desenvolver as funções psíquicas: pensamento, sentimento, sensação e intuição na capoeira.

FUNÇÃO PENSAMENTO: Ato ou efeito de pensar, meditar; processo mental que se concentra nas idéias. Faculdade de pensar logicamente. O produto intelectual de um determinado indivíduo, grupo, país ou época (Dicionário Aurélio, 1980).

Quando competitivo, o pensamento na capoeira entende o jogo apenas como sucesso ou fracasso. Estimula o pensamento de vingança e até as tendências violentas, geradas pelo apego banal, a uma ilusória vitória. Quando digo ilusória, é porque penso que se um sujeito fica feliz por ter agredido o outro, ou seja, ter lhe provocado um mal de ordem física, social e/ou emocional, acredito que este indivíduo não se apresenta nada saudável.

O pensamento se estiver desvinculado do corpo, espírito e emoções, só nos permitirá pensar com a cabeça. Como já sabemos, temos que nos dotar da capacidade de pensar com o coração, para podermos, então, desenvolver nossa inteligência emocional também com o corpo, para atendermos nossa dimensão “material”, que também possui uma inteligência fascinante! Basta percebermos quando o nosso corpo nos freia, indicando uma possível lesão, fadiga, fome, sono, entre outros.

O pensamento quando desvinculado de relações sociais harmoniosas e interdependentes, limita o ser humano até de perceber a si mesmo integralmente.

Um dos grandes males da humanidade atual é a inconsciência. Estamos super desenvolvidos em nossos automatismos, e agora, precisamos voltar a ter consciência dos nossos pensamentos, pois, caso venhamos a perceber que este pensamento gerará uma emoção destrutiva, como por exemplo, ciúme, raiva, apego, ódio ou inveja, poderemos, conscientemente, fazer novas escolhas e dar atenção, ou melhor, “carta branca”, apenas aos pensamentos que tiverem passado pelo filtro da consciência.

Por se sentir separado dos outros seres e da natureza, o indivíduo agride a natureza, cria uma sociedade violenta e hoje, encontra-se ameaçado por ambas.

A Arte de Viver em Paz, metodologia criada por Pierre Weil, premiada pela UNESCO em 2000, indica que o desenvolvimento da paz na mente se dá quando vivenciamos movimentos corporais, depois relaxamos e em seguida meditamos.

O respeito às diferenças, nos possibilita fluir harmoniosamente na diversidade. E como é belo quando numa mesma roda, encontramos jogadores com estilos tão distintos, se respeitando e criando uma interseção capaz de unir suas manifestações.

Nossa missão inclui desenvolver o cuidado com o outro. Algum de nós conseguiria sobreviver sem ter sido cuidado por outro alguém? Na capoeira, há que se desenvolver a cooperação, pois como iríamos tocar, cantar, jogar, bater palmas e formar uma roda sozinho? É preciso ser solidário, para não acabar solitário! Precisamos cooperar conosco mesmos, com os outros e com o universo!

O autoconhecimento facilita o caminhar rumo a nós mesmos e a nossa casa. A tomada de consciência que propomos, substitui o *egocentrismo* (atitudes centradas no ego), pelo *ecocentrismo* (atitudes centradas na “Mãe Terra”, a grande casa que nos acolhe). É imprescindível esta mudança de paradigma para que possamos inverter a situação atual do mundo e, em alguns casos, inverter a situação atual da capoeira, conduzindo-na à sustentabilidade, garantindo a sobrevivência do planeta e o bem viver dos humanos.

Roberto Crema sempre diz que nosso ego é um excelente empregado e um péssimo patrão. Então, não devemos ser dirigidos por nossos pensamentos, e sim, dirigi-los através da nossa consciência.

Devemos sempre possuir um objetivo maior para realização das nossas atitudes, ou seja, perceber se é: ganha x ganha (eu ganho e todos ganham), ganha x perde (eu ganho e alguém ou todos perdem) ou perde x perde (eu perco e todos ou alguém perde).

Só vivemos no aqui e agora. Conseguimos respirar no passado? E no futuro? Se o Sopro é que nos dá a vida, este nos lembra através da respiração, que devemos estar conectados ao momento no qual estamos vivendo.

Vamos fazer uma pequena vivência? Perceba neste momento a sua respiração. Inspire até não conseguir mais. Em seguida, expire até não conseguir mais exalar nenhum ar. Perceba que o movimento de inspirar e expirar é um excelente exemplo de que não podemos só dar, e nem tampouco apenas só receber. A troca é o mais significativo! Quando desejamos reter tudo, usamos todas as mãos e perdemos a capacidade de receber, porém, quando damos, esvaziamos nossas mãos e assim, estaremos prontos para receber. O mistério sempre nos traz e nos leva algo. É assim que o mistério faz com a vida e também com a capoeira, portanto, não podemos apenas dar e não podemos apenas receber!

O verdadeiro caminho consiste em desenvolver o poder com os outros, e não contra ou sobre os outros.

FUNÇÃO SENTIMENTO:

No nível mais destrutivo desta nossa dimensão, encontramos: raiva, ódio, inveja, medo, apego, orgulho, ciúme...

Como você se sente quando percebe alguém mal intencionado contigo na roda da capoeira ou na vida? E quando você pensa num conflito em que você está inserido? E quando leva uma “porrada” proposital de alguém?

Agora, podemos também despertar para a manifestação de outras emoções, tais como: amor, felicidade, alegria, solidariedade, compaixão...

Para entender melhor esta função psíquica saudável responda mentalmente as seguintes perguntas: Como você se sente quando joga numa roda de camaradas? E quando está numa festa entre amigos?

Há um sábio dizer que exemplifica a importância desta função psíquica. Se você não sabe que caminho seguir, siga o caminho do seu coração!

O lúdico na capoeira permite manifestações das emoções construtivas. O “alto astral” deve ser um importante objetivo a ser cumprido nos encontros da capoeira.

Perceba que quando entramos em contato com os nossos sentimentos, facilmente detectamos se estamos bem ou mal. O coração pode simbolizar uma bússola humana onde o norte é sempre o amor.

Na Arte de Viver em Paz (AVIPAZ), a paz no coração é despertada quando o indivíduo se percebe “funcionando” de acordo com os sentimentos construtivos.

FUNÇÃO SENSACÃO: O corpo, de acordo com o Dicionário Aurélio, é a substância física, ou a estrutura de cada homem ou animal; a parte material, animal ou a carne, do ser humano, por oposição à alma, ao espírito; o ser humano morto, cadáver.

Esta função psíquica corresponde à percepção no nível dos cinco sentidos. O corpo é a função psíquica mais notada na capoeira. É através deste, que o capoeirista tem a possibilidade de dar forma à capoeira e aos seus rituais.

O treinamento exaustivo e mecânico, a serviço de uma *performance* idealizada pelos valores “normóticos” advindos da sociedade, colocam em risco o bom desenvolvimento da energia corporal, bem como a manifestação do sujeito participante deste processo.

A grande valorização competitividade e o culto à *performance* em detrimento da saúde, faz com que percamos o propósito maior de cooperar e vadiar saudavelmente.

A própria lei da ação x reação, pode nos sugerir que ao efetuarmos uma pancada em alguém, o que ocorrerá será o retorno vibratório deste golpe ao corpo do executor, provocando lesão. Será que posso estar me espancando?

O corpo não deve ser o túmulo do espírito, mas sim, o templo do sagrado. Já vimos que o corpo isoladamente é tratado pelo dicionário como cadáver. Para deixar de ser cadáver, devemos atentar para o corpo vivo que pensa, sente e age!

Dores corporais e fadiga são, muitas vezes, sintomas de um corpo maltratado. Temos que ter um cuidado especial com os corpos que estamos treinando. É compreensível que os mestres e professores tenham a vontade de treinar seus alunos para que estes sejam “invencíveis”, mas devemos antes disto, saber o interesse do aluno. Por que este aluno se matriculou na capoeira? E também reconhecer suas potencialidades e limitações, pois o preço a se pagar por um joelho lesionado é muito mais caro que um “vitorioso” salto mortal. Um dente natural (na boca) poderá ser muito mais valioso do que um jogo duro desnecessário em prol de uma vaidade.

Necessidades físicas como: alimentação, descanso e treinamento equilibrados constituem um fator importante à nossa dimensão material. É fundamental o despertar

para o respeito às limitações físicas de si mesmo e dos outros. Nosso trabalho busca incentivar a expressividade espontânea do sujeito, possibilitando-lhe a construção de um jogo de acordo com sua própria identidade.

O relaxamento é uma das práticas indispensáveis em um programa de capoeira para a paz. Na metodologia da Arte de Viver em Paz, Pierre indica que a paz no corpo é obtida através do relaxamento.

FUNÇÃO INTUIÇÃO: Ato de ver, perceber, discernir; percepção clara ou imediata; discernimento. Ato ou capacidade de pressentir; pressentimento; instinto, esta é a definição que encontramos no dicionário Aurélio sobre intuição.

A capoeira é muito percebida na sua dimensão intangível. O discurso de vários mestres nos leva a perceber a suma importância da energia sutil no universo da capoeira, basta falar da malandragem, da mandinga, dos rituais e do próprio jogo, para que reconheçamos a essência da capoeira. Aliás, a própria capoeira não é material! Você consegue pegá-la?

A malícia, além de ser um fundamento que conecta o capoeirista ao aqui e agora, também faz com que este exercite a chamada pré-cognição e telepatia, capacidade de antever um fato, e/ou entrar em contato com a intenção (pensamentos) de outros indivíduos ou grupos e poder então se posicionar a tempo, de maneira a preservar sua integridade física ou até mesmo a sua vida.

Fechamento e falta de percepção ou rejeição à intuição nos leva a uma perda de sentido em nossas vidas. Sabemos que é da energia primordial que viemos, e a esta, devemos nos conectar para perceber nossa verdadeira natureza, caso contrário, teremos desenvolvido apenas um pequeno nível de consciência sobre nós mesmos e tudo o que nos cerca.

Não devemos aceitar a visão de que esta dimensão é uma coisa do além, mas sim, do aquém. Só assim poderemos estar abertos à voz da nossa intuição.

Acredito que a malícia, tão valorizada na capoeira, está, entre outros aspectos, intimamente relacionada com a intuição, pois trata de você ter a capacidade de antever uma situação de perigo ou não, estando pronto para responder na hora do seu acontecimento.

É preciso escutar a voz que fala quando nós silenciemos. É preciso perceber a energia mais sutil que se manifesta através das sincronicidades, “supostas coincidências”.

Nossa ancestralidade inconsciente e o nosso mestre interior habitam nesta dimensão.

Nestor percebe a capoeira como sendo uma corrente energética que atrai pessoas e situações muito além das esperadas, e diz que poderíamos imaginar a capoeira como uma entidade (corrente energética) que protege e abre caminhos para aqueles que se colocam à sua luz. (CAPOEIRA, 2001)

É muito dito pelos capoeiristas sobre a energia mais sutil da capoeira. Seus fundamentos abstratos são tidos como os mais relevantes, a exemplo da malícia, da mandinga, da malandragem, dos rituais e entre outros aspectos próprios da capoeira.

CONCLUSÃO

Pudemos perceber que apesar de toda a humilhação, desrespeito e maldades dedicadas à capoeira, houveram iniciativas voltadas ao desenvolvimento de uma cultura de paz na capoeira, por parte de vários mestres reconhecidos nesta arte.

A capoeira hoje em dia, pode firmar uma grande aliança, onde ciência, filosofia, arte e religião dançam a mesma dança e possibilitam o despertar de uma nova consciência!

Antes de pensarmos em manter a tradição da capoeira, devemos pensar em manter a tradição da espécie humana no planeta.

Se continuássemos mantendo a tradição antiga, que apontava como capoeiristas os indivíduos mais nocivos à sociedade, tal como representaram Pedro Mineiro e Besouro Mangangá em suas épocas, onde criaram tanta desordem que acabaram morrendo cedo e vivendo uma vida de algum modo amargurada, quais seriam os verdadeiros mestres de hoje? Chefes do tráfico de drogas?

Pelo espaço que a capoeira ocupa hoje em escolas, clubes e universidades, muitas vezes com um discurso voltado para o desenvolvimento do indivíduo, devemos reorganizar as tradições para adequar às necessidades dos capoeiristas de hoje, é claro, sem deixar de honrar nossos antepassados que passaram “o pão que o diabo amassou”, cuspiu e sei lá mais o que, para perpetuar algo tão valioso na nossa cultura.

Concluimos que este processo de transformação é possível e deve iniciar na mente dos indivíduos. Só assim, atingiremos nossos ideais de sociedade justa e planeta sustentável.

A capoeira transita na roda da destruição e também na roda da paz. Acredito que ela seja como a própria natureza que por vezes se manifesta pacificamente como o vôo de um passarinho e em outros momentos, apresenta-se enfurecida como um trovão, ciclone, raio e outros.

Porém, nossa responsabilidade é imensa no seu estado de humor!

Este trabalho nos faz perceber a urgente necessidade e possibilidade de entrarmos em contato com a capoeira na sua inteireza através de uma visão holística e avançarmos rumo ao desenvolvimento de uma cultura de paz.

Bibliografia

ABIB, P.R.J. *Capoeira Angola: cultura popular e o jogo dos saberes na roda*. Salvador: EDUFBA, 2005.

- ANCHIETA, J. *Ginástica Afro-aeróbica*. Rio de Janeiro: Shape Editora, 1995.
- CALLADO, C.V. *Educação para a Paz: promovendo valores humanos na escola através da educação física e dos jogos cooperativos*. Santos, S.P: Projeto Cooperação, 2004.
- CAPOEIRA, Nestor. *Capoeira: os fundamentos da malícia*. Rio de Janeiro: Record, 2001.
- CAPOEIRA, Nestor. *Capoeira: pequeno manual do jogador*. Rio de Janeiro: Record, 1999.
- CAPRA, F. *O Tão da Física*. São Paulo: Editora Cultrix, 1983.
- C.O.D. *Guia do Capoeira ou Gymnastica Brasileira*. Rio de Janeiro: Livraria Nacional, 1907.
- COUTINHO, D. *O ABC da Capoeira Angola: os manuscritos do mestre Noronha*. Brasília: DEFER, Centro de Informação e Documentação sobre a Capoeira (CIDOCA/DF), 1993.
- CRUZ, J.L.O. *Capoeira Angola: do iniciante ao mestre*. Salvador: EDUFBA: PALLAS, 2003.
- DIAS, A.A. *Mandinga, Manha & Malícia: uma história sobre os capoeiras na capital da Bahia (1910-1925)*. Salvador: EDUFBA, 2006.
- DIEGUES, C., ROCHA, E. Palmares: *Mito e Romance da Utopia Brasileira*. Rio de Janeiro: Rio Fundo Editora, 1991.
- FALCÃO, J.L.C. *A Escolarização da Capoeira*. Brasília: ASEFE - Royal Court, 1996.
- FILHO, A.D. *Falando em Capoeira*. Salvador: Edição Coleção São Salomão, 1997.
- FREITAS, J.L. *Capoeira na Educação Física: como ensinar?* Curitiba: Editora Progressiva, 2007.
- HERMÓGENES, J. *Yoga para Nervosos*. Rio de Janeiro: Nova Era, 2004.
- JAQUEIRA, A.R.F. *Análise dos Fatores de Violência no Contexto da Capoeira Segundo os seus Intervenientes - os capoeiristas*. Portugal: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física Universidade de Coimbra, 2005.
- LEMLE, M. *A Capoeira nas Voltas do Mundo: na roda, o grupo Senzala*. Rio de Janeiro: Edição da autora, 1993.
- LOPES, A.L.L. *A Volta do Mundo da Capoeira*. Coreográfica Editora e Gráfica, 1999.

LOPES, A.L.L. *A Capoeiragem no Rio de Janeiro - primeiro ensaio Sinhozinho e Rudolf Hermann*. Brasil, Editora Europa, 2002.

MOURA, J. *Capoeiragem - arte & malandragem*. Salvador: Secretaria Municipal de Educação e Cultura. Bureau, 1980.

PASTINHA, V.F. *Capoeira Angola por Mestre Pastinha*. Salvador: Edição do autor, 1968.

PIRES, A.L.C.S. *Bimba, Pastinha e Besouro Mangangá: três personagens da capoeira baiana*. Tocantins/Goiania: NEAB/Grafset, 2002.

PIRES, A.L.C.S. *A Capoeira na Bahia de Todos os Santos - um estudo sobre cultura e classes trabalhadoras (1890-1937)*. Tocantins/Goiania: NEAB/Grafset, 2004.

SILVA, G.O., HEINE, V. *Capoeira: um instrumento psicomotor para a cidadania*. São Paulo: Phorte, 2008.

SOARES, C.E.L. *A Negregada Instituição: os capoeiras no Rio de Janeiro 1850-1890*. Rio de Janeiro: Secretaria Municipal de Cultura, Departamento Geral de Documentação e Informação Cultural, Divisão de Editoração, 1994.

SODRÉ, M. *Mestre Bimba: corpo de mandinga*. Rio de Janeiro: Manati, 2002.

SOUZA, M.L. *A Capoeira sob uma nova visão*. Fortaleza: Edição do autor, 2000.

TAVARES, L.C.V. *O Corpo que Ginga, Joga e Luta: a corporeidade na capoeira*. Salvador: Edição do autor, 2006.

VIEIRA, L.R. *O Jogo da Capoeira: corpo e cultura popular no Brasil*. Rio de Janeiro: Editora Sprint, 1995.

WEIL, Pierre. *A Mudança do Sentido e o Sentido da Mudança*. Rio de Janeiro: Record: Rosa dos Tempos, 2004.

WEIL, Pierre. *A Arte de Viver em Paz: por uma nova consciência, por uma nova educação*. São Paulo: Editora Gente, 1993.

ZUMA, A.B. *Gymnastica Nacional (Capoeiragem) Methodisada e Regrada*. Rio de Janeiro: Edição do autor, 1928.