



Ano II – Abril – 2005

## **A capoeira luta diferente**

Benedito Peixoto

A GINÁSTICA baseada na capoeira grande diversificação de movimentos, alcançando tôdas as variações de flexões acompanhadas de movimentos acrobáticos, e proporcionando resultados que a ginástica comum não obtém.

A capoeira é um tipo de luta diferente, original em tudo. Exibe no seu desenrolar a inteligência, as tendências, e o temperamento do homem brasileiro.

Deve ser classificada mais precisamente como um método de luta de destreza que mesmo um simples luta, visto que possibilita modificações técnicas sempre que fôr necessário à evolução da mesma, assim como tem acontecido com outros tipos de luta, por exemplo, o boxe e o judô.

Têm todos os esportes de luta as suas características especiais: uns de segurar para derrubar e imobilizar, outros de bater, etc.; a prática da capoeira é de bater e derrubar sem segurar, provocando-se o desequilíbrio. Para golpear emprega-se a cabeça, os punhos, os cotovêlos, os joelhos, os pés e até os ombros, tudo em rápidos movimentos de corpo, velozes deslocamentos das posições.

O emprêgo da música no jôgo da capoeira, ao mesmo tempo que aumenta o valor de desempenho, dá mais originalidade: dêsse modo a prática se torna mais fácil. A música acrescenta uma amplitude talvez ainda pouco observada, de grande plasticidade esportiva, evidentemente pelo desembaraço de movimentos que proporciona.

Na luta da capoeira a movimentação é rápida, viva, pronta, num jôgo constante de todo o corpo, com golpes sucedendo-se a golpes, de tal forma que o intervalo entre êles é diminuto, obrigando o homem a pensar rápido para movimentar-se rápido, solicita assim trabalho constante de todos os grupos musculares. O que melhor demonstra a excelência da capoeira, é a facilidade, leveza e prontidão de movimentos que o seu executante adquire, podendo com facilidade esquivar-se sucessivamente de posições e das suas colocações, naturalmente pela descontração muscular constante e sentido de equilíbrio que ganha com essa prática. Mais

que isso, portanto, não é desejável para um esporte de luta de destreza, pois em ação de ataque se tem o que é necessário e em defesa o que é básico.

Com a facilidade de girar o corpo; levantar e abaixar, parar, avançar, recuar em frações de segundo, fica um homem [...] de alta capacidade de defesa. A facilidade de [...] lhe proporciona desembaraço para desferir golpes, o que transforma a defesa em ataque. A rapidez, destreza, as ágeis fugas aos ataques e prontas respostas em contra-ataques, são qualidades marcantes da capoeira.

A prática da capoeira é arrojada, alegre, coreográfica: conseqüência da vibratibilidade, da mecânica, da sensibilidade de ritmo, da capacidade imaginativa do brasileiro. Qualidades que não lhe tornam agradáveis atividades em câmara lenta, sem vivacidade ou colorido artístico, pois que a liberdade de improvisação é uma das características do seu espírito.

Tem a capoeira sido um vítima de preconceitos. Milita igualmente contra ela a falta de método no seu ensino e de locais adequados à sua prática, embora em Salvador haja alguns arrêmedos de academia. De tôdas destaca-se o Centro de Capoeira Angola, de Mestre Pastinha, bem organizado dentro das limitações existentes. Ao que parece, é êste Centro o único, até o momento, o que conseguiu romper a barreira das discriminações legais e obter registro como sociedade civil.