

Capoeira Arte, Cultura e Esporte

Carlos Eduardo Laurelli das Neves



Foto: Helena Cunha
Marcos Vinícius Duarte à esquerda e Carlos Eduardo L. à direita.

CAPOEIRA: O QUE É?

A capoeira ou capoeiragem é uma expressão cultural brasileira que mistura arte marcial, esporte, cultura popular e música. Desenvolvida no Brasil por descendentes de escravos africanos, é caracterizada por golpes e movimentos ágeis e complexos, utilizando primariamente chutes e rasteiras, além de cabeçadas, joelhadas, cotoveladas, acrobacias em solo ou aéreas.

MUSICALIDADE NA CAPOEIRA

Uma característica que distingue a capoeira da maioria das outras artes marciais é a sua musicalidade. Praticantes desta arte marcial brasileira aprendem não apenas a lutar e a jogar, mas também a tocar os instrumentos típicos e a cantar. Um capoeirista que ignora a musicalidade é considerado incompleto.

Abaixo temos um exemplo de música cantado e tocado nas rodas de capoeira:

“ Que navio é esse
que chegou agora
é o navio negreiro
com os escravos de Angola
vem gente de Cambinda
Benguela e Luanda
eles vinham acorrentados
pra trabalhar nessas bandas
Que navio é esse
que chegou agora
é o navio negreiro
com os escravos de Angola
aqui chegando não perderam a sua fé
criaram o samba
a capoeira e o candomblé
Que navio é esse
que chegou agora
é o navio negreiro
com os escravos de Angola
acorrentados no porão do navio
muitos morreram de banzo e de frio”
Abadá Capoeira

TIPOS DE CAPOEIRA

1. Capoeira Angola

A Angola é o estilo original praticado pelos escravos, caracterizada por ser mais lenta, composta de movimentos furtivos executados de modo rasteiro. O componente básico desse estilo é a malícia. Essa “malandragem” consiste em simular movimentos que sirvam de engodo ao oponente em combate.

2. Capoeira Regional

O Regional é o estilo contemporâneo de capoeira, com atributos de outras artes-marciais em sua prática. Esse estilo foi criado pelo Mestre Bimba e difundiu-se rapidamente pelo mundo. Isso contribuiu para melhorar a imagem do capoeirista ao mesmo tempo que favoreceu o aumento de seus adeptos.

ENTREVISTA

Para entender melhor como se desenvolve essa modalidade, entrevistamos Marcos Vinícius Duarte Barros, 22 anos, estudante de Ciências Contábeis na Faculdade de Economia, Administração, Contabilidade e Atuária, Morador do bairro Vila Olímpia.

Blog do Jornalismo Esportivo (BJE): Como foi seu primeiro contato com a Capoeira?

Marcos Vinícius Duarte Barros: Foi logo no colégio, aos 12 anos. Incentivado pelos meus pais, comecei a praticar o esporte, participando das aulas de capoeira logo após minha grade horária curricular que era pela parte da manhã. Via as aulas acontecerem e me senti intrigado com as músicas e os movimentos. As aulas eram dadas pelo Mestre Pantera que se tornou um grande amigo meu e de minha família.

Blog do Jornalismo Esportivo (BJE): O que a capoeira contribui para você nesses anos praticados?

Marcos Vinícius Duarte Barros: O esporte teve total importância em minha formação como pessoa, pois a capoeira pregava muita disciplina, respeito e

cordialidade em sua formação. Além disso, por se tratar de um esporte que basicamente envolve movimentos com o próprio corpo, minha saúde e bem estar estavam sendo trabalhados e aprimorados, ficando notório um grande desenvolvimento de flexibilidade, força e agilidade logo nos primeiros meses de treinamento.

Blog do Jornalismo Esportivo (BJE): O que te motivou a continuar no esporte?

Marcos Vinícius Duarte Barros: minha experiência e paixão pelo esporte foi aumentando a cada dia, pois conseguia identificar meu progresso nos treinamentos, aprendendo novos movimentos/golpes, aumentando minha capacidade aeróbica e também pelas premiações anuais: a entrega das faixas/cordões, que marcava uma passagem de grau assim como o judô ou o jiu jitsu.

Blog do Jornalismo Esportivo (BJE): O que a Capoeira significa para você?

Marcos Vinícius Duarte Barros: para mim a capoeira é muito mais que apenas um esporte, mas sim um estilo de vida. É algo que faz parte da minha história é que eu busco mante-la no dia a dia. A capoeira impactou a minha saúde, meu lazer, minha educação, contribuiu para a minha disciplina, para diversos aspectos que refletem o que eu sou hoje. Capoeira é cultura, é patrimônio cultural da humanidade, é algo que foi deixado para nós e não podemos esquecer.

Blog do Jornalismo Esportivo (BJE): Por fim, qual a dica que você deixaria para quem deseja praticar a modalidade?

Marcos Vinícius Duarte Barros: Acho que a primeira dica é simplesmente ter curiosidade e permitir-se experimentar dessa experiência. A capoeira é um esporte inclusivo, multicultural, onde o preconceito não pode existir. Temos praticantes de diversas idades, faixas sociais e afins, pois assim deve ser a capoeira, repleta de diversidade para que seus valores sejam espalhados. Então, procure alguma academia, escola, clube, instituição, procure nas redes sociais, pergunte aos amigos e etc. Apenas permita-se a viver essa experiência, pois tenho a certeza de que não se arrependerá.