

# Na pé da berimbo@u

Ano XVIII – Abril - 2021

## Capoeira – significado, características e movimentos

Cíntia Ferreira



Nem só de momentos bonitos se faz a história da humanidade. Um desses importantes marcos e também um dos mais tristes – é justamente a história de escravidão a que os negros foram submetidos há alguns séculos. No entanto, esses episódios difíceis também trazem grandes reflexões, deixam marcas, provocam mudanças. Quem diria que da dor de um povo tão oprimido nasceria uma espécie de luta, misturada com esporte e dança, que hoje é considerada Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade, segundo a UNESCO.

Trata-se da capoeira. Com seu gingado, malícia e uma habilidade invejável, a capoeira traz em si uma riqueza que, mesclada a toda brasilidade, faz dessa espécie de arte marcial uma forma diferenciada de combate.

Conheça agora todas as informações sobre ela.

### SIGNIFICADO DA CAPOEIRA

Para entender o que é capoeira, é necessário recorrer a outras línguas. Isso por que capoeira vem **do tupi**, e significa "o que foi

mata". Agora o que a explicação tem a ver com essa arte? Ocorre que os negros, na época da escravidão, costumavam se esconder dos capitães do mato e perseguidores de escravos nas áreas de mata rasteira. A expressão "o que foi mata" faz referência justamente a essas regiões.

A capoeira pode ser resumida como **um tipo de arte marcial**, que envolve dança, esporte, luta, cultura popular e música. Capoeira nunca é uma coisa só, um pouco como os brasileiros, um povo miscigenado, misturado, difícil de explicar. Talvez por isso essa arte tenha se dado tão bem em terras brasileiras.



#### ORIGEM DA CAPOEIRA

A capoeira é uma herança dos escravos que, quando aportaram no Brasil, viram sua cultura, identidade e liberdade completamente cerceadas pela escravidão instalada. Essa arte marcial foi originada no sul da Angola. No século XVI foi exportada para o Brasil, graças a destreza dos escravos em criar uma luta, que mais parecia dança. Essa malícia não foi à toa, já que era proibido que os negros escravizados fizessem qualquer tipo de combate.

Dessa forma, os escravos faziam esse jogo de ritmos e movimentos acrobáticos para conseguir preservar a própria cultura e manter a sanidade física e mental, além de utilizar esse recurso como arma de resistência e defesa. Até 1930, a capoeira era proibida no Brasil. Foi somente em 1932 que essa arte marcial começou a desmarginalizar-se, época em que foi aberta a primeira academia de capoeira da história.



### CARACTERÍSTICAS DA CAPOEIRA

A capoeira é uma espécie de jogo, no qual o mais importante não é o nocaute, mas sim derrubar o oponente, sem ser golpeado. Por tudo isso, essa arte marcial une dança, música, esporte. Por meio de movimentos rápidos, golpes, como rasteiras, cabeçadas e acrobacias, o capoeirista vai "jogando" com o adversário, sempre contando com o importante apoio da música que, geralmente, vem acompanhada de sons de bateria, canto e bater de palmas, bem como do auxílio do berimbau, atabaque e pandeiro, entre outros instrumentos.

Na capoeira, não se usa muito as mãos, mas sim os pés e a cabeça. A roda de capoeira conta ainda com uma espécie de batizado para os iniciados e um nome "de capoeira" para cada um deles. Há, principalmente, dois tipos: a de Angola, **tradicional**, praticada pelos antigos escravos, que tem na malícia uma das principais ferramentas; e a **contemporânea**, que incorpora outras artes marciais e é, atualmente, a praticada pelos quatro cantos do mundo.



#### MOVIMENTOS DA CAPOEIRA

Somente vendo uma roda de capoeira é possível mensurar a grandeza de movimentos que se pode fazer nessa importante arte marcial, que conta com 52 golpes, sendo que a base de todos eles é a ginga. Mas é possível destacar alguns para dar um gostinho sobre o quanto é rica a capoeira.

Ela conta com ataques, como o martelo voador, meia-lua solta e voo do morcego; armas de defesa, como a resistência, esquivas e negativas; golpes de mão, como asfixiante e galopante, além dos especiais: carrinho de mão, trava de perna, entre outros tantos golpes.