

ARTIGOS



Mestre Bimba e a Capoeira Regional

Manteiga

Como surgiu e porquê

A Capoeira que aprendeu **Mestre Bimba** do seu Mestre era uma Capoeira antiga que tinha perdido muita movimentação e efetividade. Com o passar do tempo ela não tinha mais de nove movimentos.

Nessa época a Capoeira era perseguida e castigada, era coisa de gente pobre, era considerada pratica de delinqüentes e malandros. Não tinha didática nenhuma e se ensinava no jogar, isso claramente não ajudava para respeitar ela o preservar ela no tempo.

Mestre Bimba disse:

Naquele tempo, Capoeira era coisa para carroceiro, trapicheiro, estivador e malandros. Eu era estivador, mas fui um pouco de tudo. A Polícia perseguia um capoeirista como se persegue um cão danado. Imagine só que um dos castigos que davam a capoeiristas que fossem presos brigando era amarrar um punho num rabo de cavalo e o 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 houve muitos casos de morte. O indivíduo não aguentava ser arrastado em disparada pelo chão e morria antes de chegar ao seu destino: o quartel de polícia..”

Ainda aluno do **Mestre Bentinho** ele começou a trabalhar na ideia de adicionar movimentos do **Batuque** na Capoeira e de criar um sistema didático para essa arte e luta que lhe apaixonava, a Capoeira.

Cronograma da Fundação da Capoeira Regional

- 1928

Depois de muito trabalho o conceito que a gente tinha da Capoeira e dos seus praticantes começou a mudar. Neste ano Mestre Bimba teve a oportunidade de fazer uma apresentação no palácio do governante de Bahia, em aquele tempo o Juracy Magalhães.

- 1930

Levantou-se a proibição da prática da Capoeira e junto com ela a muitas outras manifestações da cultura negra.

- **1932**

Esse sucesso levou o Mestre a abrir a sua academia em 1932, a primeira academia de Capoeira que chamou **Centro de Cultura Física e Luta Regional**. Ele decidiu de não usar a palavra Capoeira no nome da academia porque ainda existiam muitos preconceitos pela Capoeira na sociedade baiana e a ideia da delinquência ainda se associava na Capoeira.

- **1937**

Academia de Mestre Bimba oficialmente reconhecida pelo governo e registrada como a **Primeira Academia Oficial de Capoeira do Brasil**

- **1939**

Mestre Bimba começou a ensinar Capoeira às Forças Armadas, dando aulas aos recrutas no CPOR (Centro de Preparação de Oficiais da Reserva).

- **1942**

Mestre Bimba abre sua 2ª Academia no Terreiro de Jesus na Rua das Laranjeiras. Esta academia ainda está aberta hoje.

- **1953**

Mestre Bimba é convidado a dar uma demonstração de sua Capoeira Regional ao presidente **Getúlio Dorneles Vargas** no Palácio da Aclamação, em Salvador. O presidente teria dito que a Capoeira era: a única colaboração autenticamente brasileira à educação física, devendo ser considerada a nossa luta nacional

Regulamento e normas

Mestre Bimba criou um centro de aprendizagem de Capoeira, uma das suas metas era que a sociedade respeitasse essa grã arte. Por isso e para evitar problemas dentro da academia ele fez um regulamento pela boa convivência. Os alunos tinham que chegar na academia de branco para mostrar o grau de competitividade da escola, mais ele sabia que isso não bastaria para acalmar o clima e escreveu o:

Regulamento da Academia De Mestre Bimba.

Este Regulamento foi elaborado para Você e em seu benefício. Lembre-se que você ira praticar EDUCAÇÃO FÍSICA e adquirir preparo físico básico, mola mestra para a prática eficiente de qualquer esporte. O Mestre Bimba e seus colegas mais velhos só tem um desejo: torná-lo melhor no prazo mais curto.



Regulamento da Academia de Mestre Bimba

- Deixe de fumar. É proibido fumar durante os treinos;
- Deixe de beber. O uso do álcool prejudica o metabolismo muscular;
- Evite demonstrar aos seus amigos de fora da “roda” de capoeira os seus progressos. Lembre-se de que a surpresa é a melhor aliada numa luta;
- Evite conversar durante o treino. Você está pagando o tempo que passa na academia; e observando os outros lutadores, aprenderá mais;
- Procure gingar sempre;
- Pratique diariamente os exercícios fundamentais;
- Não tenha medo de se aproximar do oponente. Quanto mais próximo se mantiver, melhor aprenderá;
- Conserve o corpo relaxado;
- É melhor apanhar na “roda” que na “rua”.

Sequencias de Mestre Bimba

Para ajudar na didática e criar umas pautas para o ensino Mestre Bimba criou umas sequencias para que os iniciantes aprenderam a base da Capoeira. Assim eles tinham os recursos para poder se comunicar no jogo da Capoeira.

As sequencias de Mestre Bimba se usam até hoje e são uma ferramenta muito importante no ensino da Capoeira e todos os alunos das escolas de Capoeira Regional conhecem elas.

São 8 sequencias com ataques, defesas e movimentos desequilibrantes que todo aluno tinha que aprender e saber dentro da academia.

A Capoeira é uma arte infinita, tem milhões de situações e milhões de respostas a cada uma delas. Cada movimento estudado nas sequências pode se fazer com diferentes bases e assim criar novas situações de jogo.

Mestre Bimba dizia:

Os golpes básicos da capoeira são 17, e desses 17 mais sete podem ser feitos e assim por diante, sendo que qualquer movimento do corpo é aceito dentro de uma roda, desde que ele seja regido pelo som do berimbau e mantenha o ritmo da ginga.

Os golpes básicos que Mestre Bimba usou nas sequencias são:

1. **Meia lua de frente**
2. **Aú**
3. **Cocorinha**
4. **Armada**
5. **Tesoura**
6. **Negativa**
7. **Cabeçada**
8. **Martelo**
9. **Rasteira en Pé/Banda**
10. **Benção**
11. **Queixada**
12. **Galopante**
13. **Godemi**
14. **Joelhada**
15. **Arrastão/Arpão de Cabeça**
16. **Meia lua de compasso.**
17. **Rolê**

O Mestre Bimba também criou umas sequências para alunos formados conhecidas como a Cintura Desprezada. Os movimentos que ensinava nessa sequência se criaram para poder usar a Capoeira com lutadores de outras lutas e são principalmente movimentos de projeção.

Os movimentos da **Cintura Desprezada** são:

- **Aú**
- **Balão de lado**
- **Balão cinturado**
- **Apanhada**
- **Gravata alta.**

Para mais informação pode visitar o nosso artigo das sequencias de Bimba e da cintura desprezada com imagens e links para ver a sua execução prática. .

Graduação

Até agora a Capoeira se dividia entre Capoeiristas e Mestres.

Ao reconhecimento de Mestre se chegava com o tempo e pelo reconhecimento da comunidade capoeirista.

Mestre Bimba queria motivar os seus alunos e criou um sistema de graduação para incentivar eles e também para se aproximar na sociedade baiana.

- **Bautizado – Azul**

Quando o aluno sabia os movimentos básicos era aceitado o não pelos outros capoeiristas em um ritual chamado de **Batizado**, neste batizado o aluno recebia um apelido e se fazia corretamente as sequências recebia um lenço de cor azul que lhe conferia o grau de aluno já batizado.

- **Formado – Vermelho**

O segundo grau era **Formado** com um lenço de cor vermelho. Estes alunos já tinham uma técnica bem trabalhada e conheciam movimentos mais complicados e especiais.

- **Formandos Especializados – Amarelo**

O terceiro grau era o amarelo, uma graduação reservada aos alunos que passavam o curso de armas (facão e navalha).

- **Mestre – Branco**

O quarto e ultimo grau era Mestre diferenciado pelo lenço de cor branco. Mestre Bimba só formou 4 Mestres em sua vida.



Mestre Bimba e seus alunos na Roca do Lobo, Salvador/BA.

A Música

A bateria na Capoeira não tinha muita regulamentação e numa roda você podia achar quase qualquer instrumento musical.

Mestre Bimba também fechou uma bateria concreta para as suas rodas. Ele sempre tinha um berimbau e dois pandeiros, a formação de bateria que chamou de **Charanga**.

Limitar a bateria a apenas 3 instrumentos fez com que todos os alunos tivessem mais tempo para jogar na roda.

Mestre Bimba desenvolveu 8 ritmos diferentes para o Berimbau, cada um deles destinado a comandar um tipo diferente de jogo.

Além de seus 8 toques exclusivos, a Capoeira Regional também é caracterizada por seus estilos distintos de música, que vieram em duas formas: **Quadras e Corridos**.

Quadras são como pequenos Ladainhas geralmente de apenas 4 versos (quad = 4). Corridos também foram caracterizados por versos curtos que foram cantados pelo Mestre, depois repetidos pelos alunos.

As músicas curtas e fáceis fizeram com que todos os alunos pudessem aprendê-las rapidamente e, portanto, o tempo e a atenção podiam ser focados no treinamento físico. A energia da roda era sempre alta, pois todos podiam participar e cantar.