

Apostila de Capoeira

Grupo de Capoeira Jogo da Vida



Desde 14/09/1996

Monitor Pigeu

2007

Índice

Mestre Bimba.....	3
Mestre Pastinha.....	6
Mulher na Roda.....	8
As Maltas de Capoeira.....	9
Capoeiristas Lendários.....	11
Vocabulário Básico.....	12
Grupo de Capoeira.....	14

Mestre Bimba

O Mestre dos Mestres

Todo capoeirista tem seu mestre ao qual deve respeito e obediência, recebendo em troca, além de lições de capoeira, um exemplo de vida, um legado de experiência, ouvido atentamente pelos discípulos ao fim de cada roda. Porém, houve na Bahia, no início do século, um mestre muito especial, **Mestre Bimba**, hoje cultuado e respeitado por todos, e que revolucionou a chamada **Capoeira Tradicional**, quando criou a **Capoeira Regional**, hoje difundida pelos quatro cantos do Brasil e do mundo.

Mestre Bimba era um capoeirista completo e admirado até mesmo pelos seus adversários. Bom de jogo, gingava como ninguém, tocando o berimbau com uma destreza insuperável. Excelente cantador conheceu tudo a que se referia a cultura Afro-brasileira.

Manuel dos Reis Machado, Mestre Bimba, nasceu na Bahia em **23 de novembro de 1899**, filho de Dona **Maria Martinha do Bonfim** e do campeão de Batuque (luta de golpes desequilibrantes), **Luiz Cândido Machado**.

Sua iniciação na capoeira se deu na Estrada das Boiadas, hoje bairro da Liberdade, em Salvador – BA. **Foi discípulo de Mestre Bentinho**, um africano que era capitão da Companhia de Navegação Baiana, e cujo estilo era Capoeira Angola.

Sua formação durou quatro anos, Mestre Bimba ensinou Capoeira Angola por mais de dez anos.

Em 1918, aos 18 anos de idade, Bimba começou a ensinar capoeira no Engenho Velho de Brotas em sua casa na Roça do Lobo.

Em 1932, Bimba fundou a primeira academia especializada em capoeira. Na época já havia desenvolvido seu próprio método. Em 1937 foi registrado como professor de Educação Física e em 1939 ensinava a **“Regional”**, no quartel da (CPOR). Inaugurou sua segunda academia em 1942. Por sua eficiência, seu método foi considerado o mais prático e perfeito, por isso ultrapassou fronteiras e ficou conhecido mundialmente.

Muitas personalidades políticas e sociais da Bahia foram alunos de Mestre Bimba. Através de algumas delas, Bimba levou a **“Capoeira Regional”** até o Palácio do Governo, na época em que o General **Juracy Magalhães** era Interventor. Ganhou respeito e admiração das

autoridades máximas do Estado e abriu caminho para uma demonstração para o então presidente da República **Getúlio Vargas**. Esta apresentação à Vargas foi fundamental para a evolução da cultura africana em nosso país. Getúlio legalizou a capoeira, reconheceu-a como a luta nacional brasileira e posteriormente, oficializou sua prática através do **Ministério da Educação**.

A afirmação social e o reconhecimento do valor cultural e esportivo da capoeira estão historicamente ligados ao espírito criativo e a organização administrativa de Mestre Bimba. Ele promovia rodas, apresentações e cursos que visavam despertar, em cada vez mais pessoas, o interesse pela prática da capoeira.

No **Centro de Cultura Física Regional**, nome da academia de Mestre Bimba, a capoeira era pensada, não apenas como um novo estilo de se jogar, mas como uma nova fórmula de valorização do passado da capoeira, com um novo método de ensinar uma nova fórmula de se relacionar com a sociedade e apontar outras funções para seu uso, ou seja: **administrá-la como um ofício, uma profissão**.

Mestre Bimba inaugurou uma nova realidade para a capoeira. Sua academia funcionava como uma escola: sala de treino, vestiário, equipamento, bancos e mesas. Além disso oferecia a seus alunos um mural cheio de fotografia e recortes de jornais que apresentava um histórico da capoeira através dos tempos. Era, também, muito rigoroso no ensino e avaliações dos alunos. Na academia havia um livro de matrícula, turmas, horários definidos, apostilas e quadro de avisos.

Apesar de não ter muito domínio sobre a palavra escrita, Bimba utilizava método de organização e gerenciamento sofisticado para a época. Fazia contratos com empresas de turismo, com cláusulas específicas que eram rigorosamente cumpridas pelo mestre, principalmente na questão de horários. Produzia documentos sobre seus trabalhos, roteiros de shows, ingressos e cartazes. Outra preocupação do mestre Bimba era a divulgação na época das formaturas: **cada aluno ficava responsável pela publicação dos eventos nos jornais e, também pela venda de um determinado número de ingressos**.

A academia de mestre Bimba foi modelo para todas as escolas de capoeira da época e hoje, apesar de toda a modernização, ainda vemos traços claros das raízes administrativas deixadas por Bimba.

A Capoeira Regional, criada na década de 30, causou uma revolução na prática da capoeira, quando Bimba, um profundo conhecedor da Capoeira Angola, a primitiva, optou por uma dissidência que mudou os rumos desta arte brasileira, levou-a para um recinto fechado, a academia que batizou de Centro de Cultura Física Regional (1932): Criou um método de ensino,

visando aperfeiçoar e agilizar a formação do atleta capoeirista, buscando com isso, além do reconhecimento do ensino e da prática da luta de escravos por toda a sociedade, a possibilidade de levá-la para escolas, clubes, condomínios e universidades.

A rapidez dos movimentos, a postura ofensiva sem ser violenta, a malícia, raciocínio rápido, ritmo acelerado, roda mais animada e o uniforme branco. São algumas das características da Regional que permanecem até hoje. O estilo de Bimba não privilegiava a ninguém: brancos, negros, fortes ou fracos.

Em 1973, Mestre Bimba mudou-se para *Goiânia*, onde um ano depois faleceu, *vítima de um derrame cerebral.*

Mestre Pastinha

O Grande Mestre da Capoeira Angola

Vicente Ferreira Pastinha nasceu em Salvador – Bahia, no dia **05 de abril de 1889**. Filho de José Señor Pastinha, descendente de espanhol, proprietário de um pequeno armazém, e de Raimunda dos Santos, uma negra nascida em Santo Amaro da Purificação, a qual teve pouco contato.

Aos oito anos de idade, Pastinha travava lutas com um menino, sempre apanhava e levava a pior. Da janela de uma casa tinha um africano “**Mestre Benedito**”, que ficava observando a luta entre os dois. Um dia, com dó de ver o menino apanhar tanto, decidiu ensinar-lhe a arte da capoeira.

Aos doze anos, ingressou na escola de aprendizes da marinha onde ensinou capoeira aos colegas. Em 1910, pediu baixa e começou a ensinar capoeira para **Raimundo Aberrê** na Rua de Santa Isabel, além de trabalhar no **Diário da Bahia**.

Em 1941, fundou o “**Centro Esportivo de Capoeira Angola - CECA**”, no Largo do Pelourinho, número 19. Lá treinaram personalidades como João Grande, João Pequeno, Gildo Alfinete, Albertino da Hora, Natividade, dentre outros grandes nomes da capoeira. Além de turistas, apreciaram as rodas de Mestre Pastinha, **Jorge Amado, Caribé, o Filósofo Jean-Paul Sartre e o ator Jean-Paul Belmondo**.

Em abril de 1966, foi à África, representar o Brasil no **I Festival Mundial de Arte Negra, em Dakar (Senegal)**, recebendo várias homenagens dos participantes e promotores do Festival.

Em 1971, quando já estava velho e cego, disseram-lhe que teriam de ser feitas algumas reformas no conjunto arquitetônico do Pelourinho e que ele teria que se mudar, mas assim que o prédio ficasse pronto poderia voltar normalmente a dar aulas na sua academia. Pastinha acreditou e saiu. Na mudança perderam quase todos os móveis, quadros, fotografias e passou a receber uma quantia simbólica que mal garantia o seu sustento. Quase parálítico e muito doente, foi morar num quarto pequeno, úmido, sem janelas, situado na Rua Alfredo Brito, número 14 – Pelourinho.

Finalmente, chegou o grande dia; o prédio ficou pronto e Pastinha retornaria ao seu lar, mas infelizmente, as coisas não foram bem assim. **O prédio havia sido desapropriado pela**

prefeitura e doado ao Patrimônio Histórico da Fundação do Pelourinho, que vendeu ao SENAC.

Ao ficar sabendo que no local de sua academia construíram um restaurante e que agora aquilo pertencia ao SENAC, o grande Mestre caiu em profunda depressão.

Em fins de 1979, sofreu um derrame cerebral e após um ano de internação em hospital público, foi enviado para o abrigo D. Pedro II.

Em 13 de novembro de 1981, aos noventa e dois anos, morre cego, esquecido e na miséria um dos maiores nomes da história da capoeira, Vicente Ferreira Pastinha – Mestre Pastinha.

Mulher na Roda

A Mulher na Capoeira Regional

A mulher sempre teve uma presença ativa na capoeira e na vida do nosso saudoso Mestre Bimba. É sabido que foi grande o número de ajudantes namoradas, companheiras, esposas e filhas que permaneceram toda a trajetória do Mestre. Ele nunca dispensou a presença da figura feminina em seus trabalhos diários, seja nos arranjos da casa, nas academias, nos afazeres de manutenção, na limpeza e na confecção dos figurinos dos shows folclóricos, *participando diretamente nestes shows como dançarinas e nas rodas de capoeira como cantoras, batendo palmas, respondendo o coro.*

Também como capoeiristas o Mestre algumas vezes tentou introduzi-las em suas aulas. Temos registros de três turmas que iniciaram o aprendizado na arte da capoeiragem. É certo, porém, que nenhuma turma de aulas chegou ao final do curso.

Os motivos foram sempre os mesmos para a interrupção das aulas. Interferências dos namorados, que por ciúmes as impediam de continuar, o envolvimento sentimental entre alunos e alunas, muitas vezes causando a gravidez das colegas, o casamento de outras, etc. Sempre a figura masculina se interpondo nos caminhos das Tijubinas, era como Mestre Bimba as chamava.

Nos anos 1967/1968 a última turma que temos registro, tinha entre sua composição quatro mulheres: *Marialva Nascimento Machado, a Rosa Rubra – esta era uma das filhas de Mestre Bimba*, ainda hoje praticante de capoeira com seu irmão Mestre Nene; *Zilá, a Branca de Neve*, atualmente advogada e tem prestigiado a Fundação Mestre Bimba com sua presença nos eventos e mais duas outras meninas, *Virginia e Ajurimar Tanajura*.

Anteriormente a esta turma temos notícias de outra que aconteceu por volta de 1958. Esta era composta de pelo menos três mulheres: *Dona Francisca, Maria Lúcia, esta filha de D. Francisca e Vilma*.

A turma mais antiga de que temos conhecimento aconteceu na década de 30, na época do Rui Gouveia. Apenas de uma mulher seu nome era Beatriz, apelido A Beata.

As Maltas de Capoeira

do Rio de Janeiro

Mas quando começaram a se formar as maltas? Por quê? Qual o período em que atuaram? Quando e como foram exterminadas?

Muitos falam da formação das maltas após a abolição da escravidão (1888), quando os negros livres e sem emprego, moradia e alimentação começaram a organizar-se em grupos para saquear, roubar, mas na verdade ela é anterior a esse período. As primeiras maltas começaram a formar-se por volta de meados do século XIX (1850), quando a capoeira começa a espalhar-se pelo Rio e absorver outros grupos, dentre eles imigrantes portugueses, negros libertos, intelectuais, policiais, jovens da elite...

Então podemos concluir que as maltas não eram organizações de negros escravos: havia mulatos, pardos, brancos, homens livres e libertos, estrangeiros, artesãos e vendedores ambulantes na sua composição.

Como vimos anteriormente, havia várias maltas no Rio de Janeiro e cada uma comandava uma região, dentre elas: Cadeira da Senhora, na Freguesia de Sant'anna; Franciscanos, na Freguesia de São Francisco de Assis; Flor da Gente, na Freguesia da Glória; Monturo, na Praia de Santa Luzia e Espada, no Largo da Lapa.

Mas dentre todas as maltas, tiveram duas que mais se destacaram: os *Guaiamuns* e os *Nagoas*.

Os *Nagoas* atuavam na periferia, chamada de Cidade Velha. Eram ligados aos monarquistas do Partido Conservador; e tinham uma tradição escrava e africana. Os chapéus eram sinais que diferenciavam os integrantes das duas grandes maltas. Os *Nagoas* usavam um chapéu com uma cinta de cor branca sobre o vermelho e as abas para frente e para baixo.

Os *Guaiamuns* atuavam na região central, chamada de Cidade Nova. Eram ligados aos republicanos do Partido Liberal; Tinham uma tradição mestiça, absorveram muitos imigrantes, crioulos, homens livres e intelectuais. Usavam um chapéu com uma cinta de cor vermelha sobre a branca e as abas para frente e para cima.

Com a Proclamação da República (1889), em nome da “Ordem e do Progresso”, Marechal Deodoro, como o apoio de *Sampaio Ferraz (Chefe de Polícia)*, estava decidido:

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 inculcando temor de algum mal.

Pena: ***Prisão celular de dois a seis meses.***

Obs: ***Aos chefes e cabeças, das maltas impor-se-á pena em dobro.***

Capoeiristas Lendários

Besouro Cordão de Ouro

Manoel Henrique, também conhecido por *Besouro Mangangá*. Era discípulo de *Tio Alípio um capoeirista escravo*.

O nome veio da crença, de muitos que diziam que quando ele entrava em alguma “embrulhada”, e sendo impossível vencê-la, então ele se transformava em besouro e saía voando.

Besouro também não gostava da polícia muitas vezes encontrava companheiros que iam presos e os tomavam da mão de qualquer soldado. *O cabo José da Costa* deu ordem de prender *Besouro vivo ou morto*. Besouro um dia foi emboscado de costas, foi para uma cruz, encostou-se a ela, abriu os braços e disse que não se entregava. Os soldados começaram a atirar. Besouro fingiu estar baleado e caiu. O cabo José Costa abaixou-se e foi embora.

Em uma segunda emboscada, Besouro esperava que as balas o matassem, mas foi com uma facada, pelas costas que ele morreu.

Obs: *Faca de Tucum*.

Ciriaco

Em 1909, o capoeirista, Francisco da Silva Ciriaco, ficou famoso depois de enfrentar a *Sada Miako, Campeão Japonês de Jiu-Jitsu*. Derrotando-o com um rabo-de-arraia, antecipado por uma “cusparada”.

Sinhozinho que assistiu essa luta, contou ao autor, em 1935, que enquanto o japonês se dirigia aos quatro lados, fazendo a costumeira saudação oriental, Ciriaco foi mexendo as bochechas, para encher a boca de saliva, e quando o juiz deu o sinal de combate, o capoeirista soltou uma volumosa cusparada na cara do japonês, cegando-o momentaneamente, e de imediato aplicou um “rabo-de-arraia”.

A luta durou poucos segundos.

Vocabulário Básico

da capoeira

Abadá – Roupa branca usada pelos capoeiristas.

Angola – Modalidade de capoeira codificado por Mestre Pastinha.

Angoleiro – Praticante da Capoeira de Angola.

Batizado – Cerimônia na qual o capoeira assume o seu papel de praticante da arte, recebendo sua primeira graduação.

Berimbau – Principal instrumento da capoeira. O jogo começa e termina a seu pé. E dá o ritmo ao jogo.

Batuque – Antigo método de combate, similar a Luta-livre.

Bimba – Manoel dos Reis Machado, criador e Mestre da Capoeira Regional.

Pastinha – Vicente Ferreira Pastinha, Mestre da Capoeira Angola.

Camará – Amigo capoeirista.

Capoeira – Clareiras abertas na mata; lugares com mato baixo.

Chamada de Angola – É um passo onde um jogador abre os braços em cruz e “chamada” o outro para o combate.

Cordão – É trazido amarrado na cintura, as cores representa sua graduação.

Corrido – São versos ou palavras cantadas.

Iê – Termos utilizados nas cantigas para chamar a atenção dos capoeiristas.

Iuna – Toque musical solene utilizado por Mestre Bimba, é característica da Capoeira Regional (luta).

Ladainha – Uma cantiga parecida com uma reza, geralmente cantada pelo mestre ou aluno mais graduado, é utilizada para alcançar concentração no jogo.

Maculelê – Dança ritual, convertida pelos escravos em técnica de combate.

Malícia – Exclusiva da capoeira “manha”.

Regional – Modalidade criada pelo Mestre Bimba.

Tucum – Árvore espinhosa que se dizia ter poder de combater magias, era usada pelos capoeiristas na forma de uma faca, feita com a sua madeira.

Obs: Todo esse conteúdo foi retirado de varias edições da Revista Praticando Capoeira.

Grupo de Capoeira

Jogo da Vida

Grupo de Capoeira: Jogo da Vida;

Fundado: 14 de setembro de 1996;

Fundador: Mauro Pedro dos Santos (Contra Mestre Mauro)

Ordem de graduação do Grupo “Jogo da Vida”:

1. Verde;
2. Amarelo;
3. Azul;
4. Verde e Amarelo;
5. Verde e Azul;
6. Amarelo e Azul;
7. Verde, Amarelo e Azul (Instrutor);
8. Verde e Branco (Monitor);
9. Amarelo e Branco (Professor);
10. Azul e Branco (Contra Mestre);
11. Branco (Mestre).