



Capoeira

A capoeira egy Brazil harcművészet, mely a XV. század óta létezik. A szabadidő eltöltésére szolgáló, a zenével és a táncokkal kombinált harcművészet. A harcművészetet a zenével és a táncokkal kombinálva, a szabadidő eltöltésére szolgáló harcművészet gyakorlása mindenkinek számára.

Másik mester akit meg kell említeni, ha a capoeira történelméről beszélünk az Mestre Pastinha (Vicente Ferreira Pastinha), aki az Angola stílust terjesztette el.

A zene a capoeira meghatározó része. Ez az ami leginkább megkülönbözteti más harcművészetektől. Lehet gyakorolni és edzeni zene nélkül is, de maga a roda, vagyis a kör amiben a capoeiristák játszanak zene hiányában nem működik. A különböző hangszerek és az ének is egyaránt fontos a játék szempontjából, hisz ez adja az energiát. Egyes énekek kérdés-felelet formájúak, melyeket könnyen meg lehet tanulni azoknak is, akik nem ismerik a portugál nyelvet. Azonban sok olyan dal létezik, mely történeteket mond el, vagy épp valami cselekvésre hívja fel az épp játékban lévő ember figyelmét. Ezért is fontos, hogy aki capoeirázik, az egy idő után elsajátítsa a portugál nyelv alapjait.

A capoeirában az úgynevezett "bateria", vagyis zenekar egymás mellett helyezkedik el a rodában. A fő hangszer a berimbau, mely az egész játékot vezeti és befolyásolja annak ütemét és stílusát. Ebből általában három darab van, három különböző méretben és hangban. A nagy, melyen általában a mesterek vagy nagyobb övfokozattal rendelkező capoeirások játszanak az a "gunga". Ez egy alap ritmust játszik és az övé az irányító szerep. A középső, a "medio" kiegészíti a gunga ritmusát, és a kicsi "viola" pedig szabad ritmust játszik. Ezek mellett helyet kap a csörgődob "pandeiro", és a dob "atabaque". A zenének kezdetben azért is volt nagyon fontos szerepe, mert természetesen tilos volt a rabszolgáknak bármiféle fegyver viselése vagy harcművészet gyakorlása, ezért szabad óráikban tartott edzéseiket énekkel, tapssal, zenével kísérték, a küzdelmeket pedig tánclépésekkel, rituális mozdulatokkal színesítették, így álcázva azt gazdáik elől.

A capoeira csak a XX. század elején vált elfogadottá és törvényessé, ekkor felismerték az általa képviselt kulturális értékeket, így mára a foci mellett Brazília nemzeti sportjává nőtte ki magát, a régmúlt idők híres capoeiristáiról utcákat neveznek el, arcképükkel pénzerméket díszítenek. A világ többi részén is egyre több országban találkozunk capoeirát gyakorló csoportokkal. Ez a harcművészet az mely által a legtöbb ember elsajátíthatja a portugál nyelvet. A capoeira a lelket és a testet egyaránt megmozgatja, így minden ember lelki és testi fejlődését szolgálja, örömet és energiát ad. A capoeira semmiképpen nem mechanikus sport. Táncos jellege miatt erős kreativitást igényel, és nagyon fontos szerepet kap az improvizáció. A napok, hónapok és évek alatt megszerzett tudást az egyén saját ízlése és belátása szerint alkalmazza a játék során, idővel pedig kialakítja saját stílusát is. A capoeira rendszeres gyakorlása javítja a mozgáskoordinációt, a ritmusérzéklet, az egyensúlyérzéklet és az állóképességet, ezen felül segít fejleszteni az önbizalmat és a pozitív életszemléletet. A páros jelleg miatt fejleszti a megfigyelőképességet, a gyors reflexeket és kreatív gondolkodást. Harcművészeti jellegéből fakadóan a tanulók erős hierarchián alapuló közösségbe csöppennek. A különböző capoeira csoportok hierarchiája hagyományos, pozitív emberi értékeken alapul: a tudás, a tapasztalat, a kor, és a hagyomány tiszteletén.

2014 novemberében a capoeira rodát a kulturális világörökség részeként ismerte el az UNESCO.