

Capoeira – cet art martial humaniste

Un art martial... dans L'Essor ?! Eh bien, pourquoi pas... J'ai découvert la capoeira il y a moins de deux ans et les valeurs que j'y ai trouvées m'ont dès le départ fait penser à votre journal ! J'ai donc eu envie de vous la faire connaître.

La capoeira est née au Brésil à l'époque de l'esclavage. Elle est certainement issue de plusieurs traditions africaines qui s'y sont rencontrées, mais aussi et surtout d'une nécessité : se cacher. Les esclaves n'avaient évidemment pas le droit de s'entraîner au combat. Ils y ont donc mélangé des éléments de danse qui leur servaient de camouflage lorsque les maîtres s'approchaient. La musique et les chants sont également omniprésents dans la tradition de la capoeira.

Est-ce une danse ou un combat ? Dans la capoeira, les deux sont intimement liés. Dans la pratique, on n'utilise aucun de ces deux mots. On utilise le mot « jeu » (*jogo* en portugais). Et on joue avec un-e partenaire, comme dans le monde de la danse. Pas contre un-e adversaire.

Aujourd'hui, la capoeira est enseignée dans beaucoup de pays du monde. Dans nombre de ces groupes on valorise le plaisir de jouer ensemble plutôt que la compétition. À la fin d'un jeu, il n'y a pas de gagnant-e ni de perdant-e. On ne compte pas les points, il n'y a pas d'arbitre. Les jeux s'enchaînent de façon fluide au centre d'un cercle formé par les autres participant-es, qui chantent et frappent dans les mains. Les instruments donnent ainsi la cadence et chacun-e y met tout son cœur. Participer à un cercle de capoeira peut être très prenant... et c'est en tout cas un dépaysement !

L'enseignement y est différent de ce que je connais-

sais dans d'autres domaines. Chacun-e est encouragé-e à progresser selon ses capacités. On ne fera pas tous le coup de pied à la même hauteur, ni les acrobaties de la même manière, mais c'est OK. Il y a des techniques,



mais pas un modèle unique. Chacun-e va évoluer à sa façon, selon sa personnalité et ses possibilités.

Les cours sont bien entendu ouverts à toutes et tous. La diversité y est vue comme une richesse et le respect de chacun-e y est une valeur fondamentale : nous sommes porteurs de l'héritage des esclaves, comment pourrait-il en être autrement ?

Les chants de capoeira sont très nombreux et variés. Leur apprentissage permet de transmettre l'histoire et la culture de cet art. Un-e bon-ne professeur-e de capoeira en abordera tous les aspects. C'est bien sûr une richesse, mais encore une condition indispensable pour éviter l'appropriation culturelle.

Voilà donc pour ma part ce que j'ai découvert dans la capoeira, sans prétendre vous la présenter de manière exhaustive : respect, humanisme, culture, musique, en plus du mouvement, bien sûr, et d'une bonne humeur toute brésilienne !

Castanha, élève de capoeira
(depuis près de deux ans) du
groupe **C.T.E.** (VD, NE)

**Capoeira dos bons amigos
Capoeira do coração
Capoeira do resto do mundo
Somos todos irmãos**

**Capoeira des bons amis
Capoeira du cœur
Capoeira du reste du monde
Nous sommes tous frères**

— Chant de capoeira

En Suisse romande, on peut trouver des cours de capoeira dans tous les cantons, donnés par plus de vingt groupes différents, de Chancy à Fribourg et de Venthône à Delémont !