

MALÍCIA



Die Seele der Capoeira

Oder der Versuch den Gegner zu täuschen.



Capoeira hat eine Kampftechnik, die sich von den meisten anderen Künsten deutlich unterscheidet. Dies mag auch als Grund dafür gelten, warum es in Europa nicht die gleiche Verbreitung findet wie z.B. Karate oder Judo. Das zentrale Element – die Seele der Capoeira – ist Malícia. Malícia kann als „Verschlagenheit“ gedeutet werden, doch es ist im brasilianischen eine positiv belegte Eigenschaft und eher mit „Schläue“ oder „Kriegslist“ zu übersetzen. In Liedern wird die Malícia anschaulich beschrieben: bildlich lässt sie sich gut am Beispiel einer Schlange erklären, die in ihrem Loch auf Beute wartet. Die Schlange ist vorbereitet und sobald die Beute eintrifft, wird sie ohne Gegenwehr erlegt (z.B. „bote de cobra coral“ aus der Ladainha *Uma Vez* von Mestre Toni Vargas). An anderer Stelle wäre die Schlange vielleicht unterlegen gewesen. Oft geht es darum, im Kampf beim Gegner einen – falschen – Eindruck glaubhaft zu machen. So durften zu früheren Zeiten die Capoeira-Schüler nicht zeigen, wie kräftig sie wirklich

sind, wenn andere (potenzielle Gegner) dabei zusahen. Sie sollten eher den Eindruck von Schwächlingen erwecken. Dies konnte in einem Kampf entscheidend sein. Malícia zieht sich wie ein roter Faden durch das Leben eines Capoeirista. Dabei wird sie niemals direkt gelehrt, sondern von den Schülern spielerisch ausprobiert. Durch die Malícia ist der Ausgang eines jeden Kampfes ungewiss. Somit sind nicht Technik und Kondition ausschlaggebend, sondern der taktische Überblick über das Spiel. Es gibt Meister, die nur sehr wenige Techniken anwenden, diese jedoch mit Hilfe von Malícia sehr effizient einsetzen. In der heutigen Zeit tritt die Malícia in den modernen Formen der Capoeira Regional häufig in den Hintergrund, da Geschwindigkeit sowie Kürze der Spiele einen Aufbau der notwendigen Spannung und Dynamik nicht ermöglichen. In der Capoeira Angola dagegen ist sie nach wie vor das wichtigste Element.

Regeln von Mestre Bimba

1. Wenn du im Haus eines anderen schläfst, schlafe mit einem offenen und einem geschlossenen Auge.
2. Biege nicht in Ecken ein.
3. Gehe Nachts nicht unter dicht belaubten Bäumen.
4. Setze Dich nicht irgendwo mit dem Rücken zu Strasse hin.
5. Laufe nicht in dunklen Strassen.
6. Sicher währt am längsten.
7. Wenn man in der Roda schläft, fällt die Pfeife.
8. Gib das Rauchen auf. Es ist verboten, während des Trainings zu rauchen.
9. Gib das Trinken auf. Der Genuss von Alkohol beeinträchtigt die Muskeln.
10. Vermeide es, Deinen Freunden ausserhalb der Capoeira-Roda deine Fortschritte zu zeigen.
11. Vermeide es während des Trainings zu schwätzen.
12. Geh immer in die Ginga.
13. Trainiere täglich die Basisübungen.
14. Habe keine Furcht Dich Gegner zu nähern. Je näher Du an ihm dran bist, desto mehr kannst Du lernen.
15. Lass den Körper immer entspannt.
16. Es ist besser sich in der Roda zu schlagen als auf der Strasse.



Mestre Bimba