五、技術より心術。

GIJUTSU YORI SHINJUTSU

“O espírito é mais importante que a técnica.”

Luís Martins Junho 2019

Shoto Niju kun – As 20 Regras de Shoto

“O espírito é mais importante que a técnica.”

É uma das vinte regras compiladas pelo Sensei Gichin Funakoshi, também designadas por Shoto Niju kun (二十 训).

Os grandes mestres de Karaté sempre deram muito relevo ao comportamento dos Karatecas. A aprendizagem de qualquer arte marcial acarrecta uma grande responsabilidade devido á utilização que lhe pode ser dada.

O mestre Funakoshi, também preocupado com estes aspectos, a exemplo de outros grandes mestres, compôs um código ético próprio, composto de vinte frases, pequenas e curtas, mas com enorme significado. Código de conduta, superação pessoal, respeito, justiça e honra são os principais valores que se pretendem transmitir nestas regras.

NOTA: È possível encontrar interpretações diferentes dos princípios do Sensei Funakoshi.

Esta é a tradução que é aplicada nos treinos do GRUPO UNITIS e me foi transmitida.

O texto que se segue é a minha interpretação pessoal de uma das Shoto Niju kun - O espírito é mais importante que a técnica - não significa que não existam outras interpretações possiveis, está é exclusivamente a minha interpretação a esta regra.

Espírito

“O **espírito** é mais importante que a técnica.”

A palavra espírito apresenta diferentes significados e conotações, a maioria deles relativos a Psicoenergia que se manifesta através do corpo físico. A palavra espírito é muitas vezes usada metafisicamente para se referir à consciência ou personalidade.

Segundo Descartes, o corpo e o espírito são duas substâncias imiscíveis, cada qual com uma natureza diferente: o espírito pertenceria ao mundo da racionalidade, enquanto o corpo às coisas do mundo das coisas mensuráveis.

Em Psicologia, o espírito designa a atitude mental dominante de uma pessoa ou de um grupo, que o motiva a fazer ou a dizer coisas de um determinado modo.

Para além das diversas conotações religiosas que existem relacionadas com a palavra espírito, e transversais às diversas religiões, pessoalmente as interpretações que considerei mais relevantes são as que transcrevi anteriormente.

Resumindo: pessoalmente considero que o espírito é a personalidade/atitude, maneira de ser, de estar, de reagir de uma pessoa, nasce com ela, poderá ser moldada raramente mudada...

Técnica

“O espírito é mais importante que a **técnica**.”

A palavra técnica, arte ou ofício é a maneira de realizar uma ação ou conjunto de ações.

É o procedimento ou o conjunto de procedimentos que têm, como objetivo, alcançar um determinado resultado, seja no campo da ciência, da tecnologia, das artes ou em outra atividade qualquer. Mesmo aquele, que tenha conhecimento teórico de um determinado assunto, pode não ser capaz de reproduzir a acção na prática com êxito.

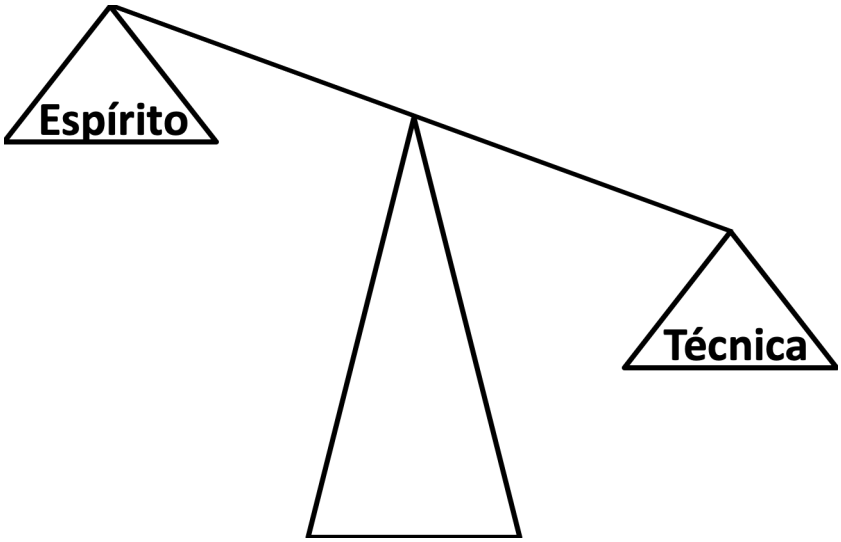
Resumindo: pessoalmente considero a técnica como a capacidade que temos de utilizar as nossas habilidades - saber fazer, os nossos conhecimentos - saber - e as nossas atitudes - saber ser - para solucionar determinada situação/problema.

Ao contrário do espírito, a técnica - prática, é fruto do nosso esforço, dedicação e empenho pessoal, poderá ser passada de geração em geração. Com a prática, temos a capacidade de evoluir as nossas competências, bem como e adquirir novas.

Interpretação da Shoto Niju kun

“O espírito é mais importante que a técnica.”

De ressalvar, novamente, que o texto que se segue é a minha intrepetação pessoal da Shoto Niju kun - O espírito é mais importante que a técnica - baseada na minha experiência enquanto praticante, tendo por base os ensinamentos que me foram transmitidos, não só pelo Sensei Rui Marques mas, por todos os praticantes, independentemente da graduação, com quem tive o prazer treinar. A todos eles o meu muito obrigado.

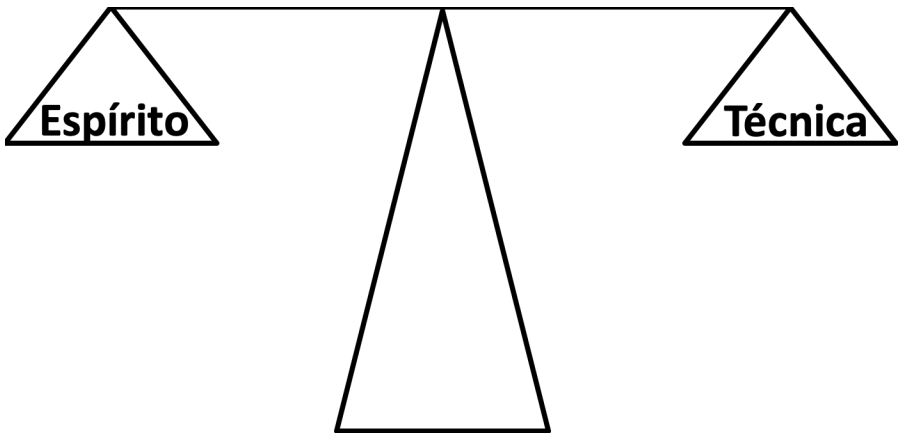


Quando me foi proposto interpretar esta frase, a primeira analogia que me ocorreu entre espírito e técnica está relacionada com a discussão que se assite diáriamente nos diversos meios de comunicação social entre quem será o melhor jogador de futebol do mundo, Ronaldo ou Messi. Uma escolha que decididamente não é unânime mas, em que a qualidade de qualquer um dos dois nunca é/foi posta em causa. Um naturalmente dotado - Messi, o outro, patriotismos à parte, é um exemplo no que toca à dedicação e devoção pelo seu trabalho - Ronaldo. Nesta analogia, Técnica têm os dois. Mesmo os naturalmente dotados sem dedicação e que sem empenho, de alma e coração, não se irão destacar dos demais. Quantas pessoas

conhecemos que tendo capacidades extraordinárias se acomodam não se destacando e desperdiçando dessa forma um dom.

O espirito é sem dúvida mais importante que a técnica, também quem seu eu para discordar de uma das regras elaboradas pelo Sensei Gichin Funakoshi. O espírito, sendo a maneira de ser de um indíviduo, caracteristica nata, dificilmente poderá ser mudada, talvez moldada, mas decididamente tem que ser estimulada. Aqui uma outra Shoto Niju kun está intimamente relacionada com este estímulo não se aplicando exclusivamente ao Karaté mas a tudo na vida - O Karaté é como a água morma - se não for aquecida arrefece. Quem nunca, mesmo sem vontade, contrariou a inércia, venceu a perguiça, foi a um treino, depois de um dia de trabalho ou escola, e quando, saiu de lá embora fisicamente exausto parece que ficou com um novo ânimo, como se constuma dizer parece se vem de alma cheia.

O espírito representando metaforicamente a nossa forma de ser reflecte o "bichinho", como já lhe ouvi chamar, que nos leva a querer evoluir e melhorar. Com dedicação e trabalho o desnível que poderá existir entre o espírito e a técnica tende a nivelar-se.



Quanto mais se treinar, o que eventualmente, o praticante consegue e pretende é atingir um equilíbrio entre o espírito e a técnica. Com a prática, o praticante tende a melhorar quer tecnicamente quer as suas habilidades, estando sempre limitado a uma condicionante nata... e física. Nem todos iremos atingir o mesmo nível técnico independentemente da dedicação que se tenha.

Dependendo da genética, da idade com que começou a praticar bem como da idade do praticante, tirando raras excepções, o nível técnico que se consegue atingir não depende única e exclusivamente do empenho e dedicação do praticante. Com o avançar da idade, independentemente de se manter o espírito, vamos perdendo capacidades intelectuais, mas principalmente físicas.

Tive o prazer de quando voltei a praticar Karaté de o fazer com alguns dos praticantes mais velhos do Grupo Unitis, alguns dos quais recordo com saudades. Tecnicamente deixam ou deixavam muito a desejar, muitas das técnicas eram ou são praticamente imperceptíveis, mas o espírito está ou esteve sempre lá. Alguns chamam-lhe "rotina", ao facto de serem dos praticantes mais assíduos nos treinos. Mas, talvez a "rotina" que os leva ou levou a ir constantemente aos treinos não seja mais do que o "bichinho" - espírito - que ainda lá está e não os deixe levar uma vida sedentária e acomudada que outros indivíduos bem mais novos levam...

Talvez o espírito se mantenha independentemente do envelhecimento e consequente perda de capacidades físico-motoras do praticante.

Como o sensei Rui Marques, por diversas vezes, já referiu aos seus alunos durante os muitos anos que leva como praticante/instrutor de Karaté, já viveu o Karaté de diversas formas: já viveu para o Karaté, viveu do Karaté e agora vive com o Karaté, a forma que considera mais interessante. A técnica continua impressionante e o espírito estou convencido que se mantem independente da forma como viveu ou vive o Karaté. Continua a ser de maneira apaixonada a forma de como "vive com o Karaté" que transmite a todos os seus alunos.

As Shoto Niju kun - as 20 Regras de Shoto não se destinam única e exclusivamente a moldar e reger a forma como os praticantes de Karaté devem actuar enquanto karatecas mas, sim uma forma como se deve e pode viver com o Karaté. Podendo (e devendo) ser muitas delas aplicadas, á letra, nas nossas vidas quotidianas.

Bibliografia

- Dicionário Priberam da Língua Portuguesa - versão online
- Memo Grupo Unitis 2014
- Memo Gruoo Unitis 2017
- Wikipédia, a enciclopédia livre